



ASOCIACIÓN DE PROFESIONALES DE KINESIOLOGÍA
Y TOUCH FOR HEALTH DE ESPAÑA

c. onze de setembre, 9-11 passatge
08160 Montmeló-BCN-Spain
tel. 93 5722065 - oficina@apktfhe.com

BOLETÍN 27
septiembre 2012
Número ESPECIAL

2º Congreso Internacional de
kinesio**logía**
EN ESPAÑA

DEL 1 AL 4 DE NOVIEMBRE DE 2012



INFORMACIÓN
y
PROGRAMA
en
www.kine2012.com

MENTE Y CUERPO DESARROLLANDO CONCIENCIA

No te lo puedes perder

Ponencias, mesas redondas, talleres, expositores, actividades diversas, compartir y experimentar kinesiología y vida entre asistentes y ponentes de todo el mundo...

Eso y mucho más será el próximo congreso Internacional de Kinesiología en España, del 1 al 4 de noviembre. En este número incluimos artículos de algunos de los ponentes. Si deseas ver el programa completo te lo puedes descargar en www.kine2012.com

¿Todavía no te has apuntado?



Cada año, el International Kinesiology College da su aval para que se realice una Conferencia Internacional de Kinesiología. En 2012, el evento se realizará por primera vez en Barcelona, España. Organizado por Vida kinesiología y dirigido por Juan Carlos Monge, Trainer del IKC

para España y Francesca Simeón. El Congreso Internacional del IKC reúne a ponentes de reconocido prestigio y profesionales de todo el mundo, creando una oportunidad única para explorar y experimentar una amplia gama de posibilidades, en un corto espacio de tiempo.

Como Presidente de IKC, me gustaría invitar a todos los kinesiólogos y a los estudiantes de kinesiología, estén donde estén y sea cual sea su tipo de kinesiología, a unirse a nosotros en este congreso.

Espero poder compartir contigo todas las conferencias, enseñanzas, aprendizajes e intercambios que se van a realizar, junto con tiempo para las relaciones personales. Y mientras tanto, ojalá todos tengamos más y más "Toque/Touch & sanación/Healing"!

... Con amor y luz.

Sandy Gannon, IKC President.

Contenido

Artículo Paul Dennison PhD . . .	3
Artículo Mathew Thie	12
Instructores y formadores . . .	21
Melatonina	22
Ser socio	23



Es un placer invitarnos a que compartáis con el International Kinesiology College, nuestro congreso anual que se celebra en Montmeló en noviembre

de 2012. Promete ser un gran encuentro de líderes, innovadores y profesionales apasionados de la kinesiología energética.

... Os esperamos.

Matthew Thie. Touch for Health Education.

PAUL DENNISON

EDUCATIONAL KINESIOLOGY

KINESIOLOGÍA EDUCATIVA

Brain Gym. More than movement and exercises, an approach to help the human development

Brain Gym. Más que movimientos y ejercicios, un abordaje para ayudar en el desarrollo humano

palabras clave: brain gym, kinesioología educativa, educación, aprendizaje.

En la estructura de la memoria muscular de nuestros cuerpos no sólo está impreso el conocimiento de cómo sentarnos, estar de pie, caminar y correr, sino dónde estamos en el espacio y cómo movernos con agilidad, con intención y significado, incluso el crear algo precioso y exquisito durante el proceso... Cada número y letra tienen su movimiento. Tienen una forma impresa y sentida en la musculatura para que pueda elaborarse y repetirse a través del movimiento de la acción de escribir.

—Carla Hannaford

El aprendizaje verdadero no es solamente mental. Es más que la memorización de datos. Dado que el cerebro recibe su información a través de los sentidos y el movimiento, el aprendizaje verdadero se produce a partir de acontecimientos sensoriomotrices instantáneos intensos; momentos de reorganización neural durante los cuales uno se libera para poder pensar de nuevas maneras. Desde el sencillo acto de organizar la musculatura para sentarse o para caminar, hasta las tareas más complejas como coordinar los ojos, oídos, y manos para escribir. El aprendizaje siempre implica patrones de actividad física.

Aunque en las sociedades tecnológicas casi todo el mundo puede acceder a información, lo que constituye la verdadera inteligencia es la unión de poder sentir y ser creativo, así como poseer el conocimiento de recursos para su aplicación; esa es la forma de movimiento y conocimiento que produce un pensamiento claro y una acción decidida. Incluso para aquellas personas que tienen su movilidad reducida, un movimiento sutil o imaginado puede activar vías motoras y generar un nuevo aprendizaje (ver Koester, 2010; Masgutova y Curlee, 2007)

Los patrones reflejos generan capacidades de orientación..

Las 26 actividades de Brain Gym fueron diseñadas para ayudar a las personas interesadas en acceder a sus capacidades de orientación innatas cuando han llegado a un callejón sin salida agotando su repertorio de movimientos. La efectividad de las actividades no depende de la comprensión del desarrollo infantil; la



keywords: brain gym, educational kinesiology, education, learning.

Imprinted on the muscular memory structure of our bodies is not only the knowing of how to sit, stand, walk, and run, but where we are in space and how to move with grace and reason—even to create something beautiful and exquisite in the process. . . . Every number and letter has movement to it. It has a shape felt and imprinted on the musculature so it can be repeated and elaborated through the movement of writing.

—Carla Hannaford

True learning is not just mental. It's more than the memorization of data. Because the brain is informed by movement and the senses, true learning results from highly charged and instantaneous sensorimotor events—moments of neural reorganization by which one is freed to think in new ways. From the simple act of organizing the musculature for sitting or walking to the more complex task of coordinating the eyes, ears, and hands to write, learning always involves patterns of physical activity.

While in technological cultures almost anyone can access information, it's the unity of feeling and creativity, plus the resourcefulness to put these to use, that constitutes real intelligence—that way of moving and knowing that produces clear thought and purposeful action. Even for those whose movement is limited, new learning can occur along motor pathways activated by subtle or imagined movement (see Koester, 2010; Masgutova and Curlee, 2007).

Reflex Patterns Build Orientation Skills

The Brain Gym movements were designed to help learners access their innate orientation skills when they have come to an impasse in their movement repertoire. The activities' effectiveness doesn't depend on an understanding of infant development; the background theory given here is for those wanting insight into the relationship between movement and cognition upon which this work is founded.

“EL APRENDIZAJE VERDADERO NO ES SOLAMENTE MENTAL”

teoría subyacente que se expone aquí, en la que se basa este trabajo, es para aquellos que quieran comprender la relación entre movimiento y cognición.

A través del movimiento, los niños generan un mapa interno a través del cual se orientan, conectan con el mundo y aprenden por sí mismos. Basado en la precisión de los puntos de referencia físicos que contribuyen al mapa de movimiento, éste les ayudará o bien les obstaculizará en su estabilidad y navegación espacial. El movimiento relajado y el juego desarrollan una consciencia centralizada basada en la alineación postural, el equilibrio y la atención. Este mapa, escenario de todas las acciones cotidianas, proporciona, además de orientación espacial, facilidad de locomoción y una base para que se produzcan las habilidades motoras finas y el lenguaje.

El juego a temprana edad genera las capacidades que detallan el mapa del movimiento, creando la inteligencia física que fomenta los saltos cognitivos. Sin puntos de referencia reales en el mapa, el estudiante dedica su atención a orientarse y no es libre para aprender.

Especialistas en desarrollo infantil y en desarrollo perceptual motor como, Jean Ayres (2005), Sally Goddard Blythe (2005, 2009), Ann Hoopes y Stanley Appelbaum, OD (2009), Carol Stock Kranowitz (1998), y Nancy O'Dell y Patricia Cook (2004) identifican reflejos y secuencias de movimientos específicos, a través de los cuales, los niños progresan antes de integrar patrones más complejos de movimientos aprendidos. Estos patrones reflejos son universales al ser innatos en niños de todo el mundo. Idealmente, en su primer año de vida, un bebé tendrá una dilatada experiencia tridimensional al mover su cuerpo en el espacio; sin la restricción de sillitas ni caminadores, sus más de 650 músculos se desarrollarán en equilibrio.

Un niño, al moverse, imita a aquellos a su alrededor y va adquiriendo y codificando las infinitas posibilidades de relación entre las manos, los ojos, las caderas, los hombros y la línea media. Todo esto abre la puerta a patrones posturales que enriquecen su mapa de movimiento. A no ser que su maduración sea interrumpida por alguna lesión, enfermedad, estrés emocional, nutrición inadecuada, o confinamiento físico, pasará cada momento que esté despierto buscando nuevas maneras para dominar sus habilidades en el espacio y la gravedad. Debido a la estrecha franja para este desarrollo temprano de patrones musculares (para girarse, alcanzar objetos, caminar,

“TRUE LEARNING IS NOT JUST MENTAL”

Through movement, infants build an internal map by which they orient themselves, connect with the world, and self-teach. Based on the accuracy of the physical reference points contributing to this movement map, it will either support or detract from their stability and spatial navigation. Relaxed movement and play develop a centralized awareness based on alignment, balance, and attention. This map, the backdrop for all daily-life actions, gives, besides spatial orientation, ease of locomotion and a basis for the fine-motor skills and language abilities to come. Early play builds up the skills that detail the movement map, creating the physical intelligence that supports cognitive leaps. Without true reference points on the map, some part of the learner's attention is always searching for orientation and is not free to learn.

Child-development and perceptual-motor specialists such as Jean Ayres (2005), Sally Goddard Blythe (2005, 2009), Ann Hoopes and Stanley Appelbaum, OD (2009), Carol Stock Kranowitz (1998), and Nancy O'Dell and Patricia Cook (2004) identify specific reflexes and movement sequences through which infants progress before integrating more complex, learned movement patterns. These reflex patterns are cross-cultural, for they are innate to infants everywhere. Optimally, in the first year of life an infant will have ample three-dimensional experiences of moving his body in space, without the constraint of infant seats or walkers, so that all of his 650-plus muscles will develop in balance.

As a child moves, he imitates those around him as he gathers and codes a myriad of possible relationships between hands, eyes, hips, shoulders, and midline that give rise to postural patterns and add to his movement map. Unless his maturation is interrupted by injury, illness, emotional stress, inadequate nutrition, or physical confinement, he'll spend every waking moment seeking new ways to master his abilities in space and gravity. Because of the narrow windows for this early muscle-pattern development (for turning, reaching, walking, listening, looking . . .), movement's integrating promise may not be readily fulfilled. Yet, through playful use of the 26, a child who misses crucial developmental steps can reconnect in later life with his skills of equilibrium, locomotion, or sensorimotor coordination.

No one has described the beauty, subtlety, and reciprocal balance of the developmental skills as they relate to vision

PAUL DENNISON

EDUCATIONAL KINESIOLOGY

KINESIOLOGÍA EDUCATIVA

escuchar, mirar...) la integración de movimiento puede no cumplirse inmediatamente. Aun así, a través del juego con las 26 actividades, un niño que se ha saltado los pasos cruciales de desarrollo puede reconectar más adelante con sus habilidades de equilibrio, locomoción o coordinación sensoriomotriz.

Arnold Gesell, M.D. (2008, p. 46), el gran pionero del desarrollo infantil del siglo pasado describió mejor que nadie la belleza, sutileza y equilibrio recíproco de las capacidades de desarrollo respecto a la visión. Puntualizó, "la red de fibras (neuronales) y musculares. . . es tan compleja que no se puede construir pieza a pieza, sino que debe ser entretejida como una tela compleja. Los músculos flexores y extensores deben contraequilibrarse. Los grupos musculares bilaterales, unilaterales y cruzados deben armonizarse. . . Esto implica un complejo proceso de tejido cruzado y entrelazado, un proceso de entretejido recíproco que enlaza grupos musculares tanto adyacentes como lejanos. Es así como los ojos finalmente se incluyen en la esfera del sistema axial."

El juego contribuye a completar el mapa de movimiento.

Desde el primer juego de la niñez, un niño está aprendiendo a coordinar el flujo de su entrada sensorial con tres habilidades del movimiento primario: equilibrio, locomoción, y coordinación sensoriomotriz. Al ir creciendo, todos se van combinando para contribuir a las capacidades físicas de aprendizaje perceptuales, conductuales y posturales propias de los académicos. Por eso, el niño busca continuamente su equilibrio en el contexto de la fuerza gravedad, se orienta hacia un foco de atención (una luz, un sonajero, una voz o una cara) y se fascina a la hora de tocar y chupar objetos. Idealmente, todos los niños pasan por esta fase de desarrollo sensorial y motriz, simultánea a la adquisición del lenguaje, y obtendrán de esta manera sus máximos beneficios. Aunque no siempre es así.

Nuestro bebé tipo, llamémosle Keisha, encuentra equilibrio en la sensación de conexión ofrecida por la voz y el olor de su madre, la solidez cálida del hombro de su padre, la seguridad de estar en brazos, o sus propios ímpetus de mantener por primera vez su cabeza erguida al recalibrar continuamente su equilibrio vestibular. Al descansar sobre su vientre o al voltear de un lado a otro, la mayor parte de su movimiento se inicia en la línea media central. Al moverse de delante hacia atrás o mover su peso de un lado a otro, su línea media vertical se convierte en el eje de arriba-abajo, así como en eje del movimiento de rotación, proporcionando una plantilla simétrica de cuerpo entero para su estabilidad. Estas acciones ayudan a Keisha a establecer una relación equilibrada de hombros y caderas opuestos, fortaleciendo los músculos posturales centrales, los cuales idealmente organizarán todos los patrones de

any better than Arnold Gesell, M.D. (2008, p. 46), the great child-development pioneer of the last century, who pointed out, "The network of [neuronal] fibers and muscle fibers is so intricate that it cannot be built up piece by piece, but must be woven and interwoven like a complex fabric. Flexor and extensor muscles must be brought into counterbalance. Unilateral and cross-lateral and bilateral muscle groups must be harmonized. . . . This involves a complicated process of cross-stitching and interlacing, a process of reciprocal interweaving that knits together distant as well as adjacent muscle groups. Thus, the . . . eyes are eventually brought into the sphere of the axial system."

Play Fills in the Movement Map

From the first play of infancy, a child is learning to coordinate her sensory input with three primary movement abilities: equilibrium, locomotion, and sensorimotor coordination. As she grows, all these combine to contribute to her physical skills of learning, the perceptual, behavioral, and postural correlates of academics. Thus she continually seeks her balance in gravity, orients herself toward a focus of attention—a light, a rattle, a voice and face—and finds fascination in handling and mouthing objects.

Ideally, all infants going through this phase of sensory and motoric development, simultaneous with the acquisition of language, will achieve its full benefits in this way. But not all do. Baby Keisha finds equilibrium in the feeling of connection offered by her mother's voice and scent, the warm solidity of father's shoulder, the security of being held, or her own impetus to first hold her head upright as she continually recalibrates her vestibular balance. As she rests on her belly or rolls over front to back and back to front, most of her movement is initiated at her central midline. As she scoots

forward and back or shifts her weight from side to side, her body's vertical midline becomes the axis for up-and-down as well as rotational motion, providing a whole-body symmetrical template for her stability. These actions help Keisha establish a balanced relationship of opposite shoulders and hips, strengthening the core postural muscles that will ideally organize all her movement patterns, whereas a stress response will draw energy into her arms and legs and away from her center.

A child's movement is a child's play. The desire to participate is a call to action. As Keisha develops her skills of locomotion, moving toward what engages her interest, the interrelatedness of her various muscle systems becomes apparent. In her avid curiosity, she'll rock and scoot herself, and midway through her first year will start to use her arms and legs in the cross-motor fashion that lets her creep and crawl. For Keisha,

movimiento; mientras que una respuesta de estrés transferirá la energía hacia piernas y brazos, alejándola del centro.

Para un niño, moverse es jugar. El deseo de participar es una llamada a la acción. Mientras Keisha desarrolla sus habilidades de locomoción, moviéndose hacia donde su interés la lleve, se hace evidente la interrelación de todos sus sistemas musculares. En su ávida curiosidad, se mecerá y se moverá y a partir de los seis meses comenzará a utilizar brazos y piernas de forma cruzada, lo cual le permitirá gatear y reptar. Para Keisha, enfocar su atención en cualquier cosa significa mover sus ojos, cabeza, manos y cuerpo entero.

Al explorar las texturas, colores y formas de su entorno, boca abajo o sentada, moverá sus extremidades diagonalmente, cruzando su línea media estirando el brazo desde el hombro. Su línea media servirá una vez más como su referencia central, esta vez para localizar estímulos visuales, auditivos y táctiles al ir desarrollando las habilidades motoras finas de la coordinación sensoriomotriz, utilizando sus ojos, oídos y manos de forma sincronizada para seguir los objetos en el espacio. La postura corporal con la cabeza erguida que adopta el bebé al gatear mientras busca un objetivo, fomentará el desarrollo del tono muscular de brazos, piernas, cuello, músculos del centro, así como una visión binocular madura.

Por lo tanto, durante sus primeros seis meses, Keisha aprenderá a coordinar sus movimientos superior-inferior, de un lado a otro lado, delante-detrás a través de una jerarquía de reflejos donde cada patrón de movimiento se construye sobre la base del anterior. El equilibrio vestibular estable, necesario para la fluidez de todo movimiento funcional, no sólo sustentará el desarrollo de su atención, sino que además proporcionará una referencia central para sus habilidades motoras finas de direccionalidad.

Más adelante la estabilización de la función vestibular, que permitirá a Keisha desplazarse con sus pies y su movimiento bilateral, se originará desde su centro físico y entrará en otra fase con respecto a su alineación postural. La estabilidad de su centro le permitirá relajar sus hombros y caderas y facilitará la rotación de su torso sobre el eje vertical de su espina dorsal. Utilizará sus ojos a la par y mantendrá su cabeza, al girarse para escuchar, centrada sobre su torso, moviéndola simétricamente sin la necesidad de inclinarla.

El aprendizaje sensoriomotriz crea asociaciones de memoria.

Los padres quizás no se den cuenta que los niños y bebés ya están desarrollando sus cerebros al desarrollar un sistema de orientación y las capacidades motrices que más adelante supondrán la base para sus capacidades académicas. Los educadores experimentados utilizan el movimiento y el juego para ayudar a los jóvenes de cualquier edad a acceder a su inteligencia innata. El movimiento es la base de la aventura

to focus her attention on anything is to move—her eyes, head, hands, and whole body.

In exploring the textures, colors, and shapes of her space (on her tummy, or as she sits), she'll move her limbs diagonally, crossing her midline and reaching freely from her shoulder girdle. Her midline will again serve as her central reference, this time for locating visual, auditory, and tactile stimuli as she develops the finemotor skills of sensorimotor coordination by using her paired eyes, ears, and hands to track objects in space.

The raised-head body shape she assumes for crawling toward an objective will support the developing tone of her arms, legs, neck, and core muscles, as well as the promise of mature visual binocularity.

In her first six months, then, Keisha will learn to coordinate her upper-and-lower, back-and-forth, and side-to-side body motions through a hierarchy of reflexes—each movement pattern building on those previously laid down. The stable vestibular balance required for ease of all functional movement will not only support her developing attention, muscle tone, and orientation, but also provide a central reference for her fine-motor skills of directionality.

Later, as this stabilizing vestibular function allows Keisha to locomote on her feet, her two-sided movement will stem from her physical core as she enters a new phase in her postural alignment. The stability of her core will allow her shoulders and hips to relax and will keep her torso free to rotate on the vertical axis of her spine. She'll use her eyes as a paired team, and will keep her head, when she turns it to listen, centered over her torso, moving it symmetrically without the need to tilt it.

Sensorimotor Learning Creates Memory Associations

Parents may not realize that infants and toddlers are already building their brains by developing an orienting system and movement skills that will later support their academic abilities. Skilled mentors use movement and play to help youngsters of any age access their inborn intelligence.

Movement bestows the natural, lifelong adventure of learning. Thus, a preschooler is capable of globally taking in the world, finding its meaning, and recreating it, and school-age children easily integrate the movement-based learning (with its multisensory rather than abstract orientation) that will be their entryway to linguistic facility. In contrast, when the muscles prepare for a fight-or-flight reaction, tension or restraint leads to stress, lack of comprehension, and diminished learning.

PAUL DENNISON

EDUCATIONAL KINESIOLOGY

KINESIOLOGÍA EDUCATIVA

natural de un aprendizaje que dura toda la vida. Por tanto, un niño en edad preescolar es capaz de absorber el mundo de forma global, encontrando su significado y recreándolo. Los niños en edad escolar integran fácilmente el aprendizaje basado en el movimiento (con su orientación multisensorial, en vez de abstracta), el inicio de su capacidad de lenguaje. Contrariamente, cuando los músculos se preparan para una reacción de lucha-huida, tensión o restricción, nos vemos abocados a un estado de estrés, a una falta de comprensión y un déficit de aprendizaje.

El cerebro humano está diseñado para absorber nueva información a través de los sentidos. Mientras el sujeto que aprende crea un campo de asociaciones, interactúa con cada nuevo acontecimiento, lo ordena y lo identifica (usando la memoria a corto plazo) y lo integra, aplicándolo, en su estructuración del mundo (usando la memoria a largo plazo). Esta ordenación del mundo en la memoria necesita movimiento y entrada de información sensorial para generar referencias estables. En esta línea, la educadora visionaria María Montessori (1995, p. 167) comentó que "Los sentidos, siendo los exploradores del mundo, abren el camino al conocimiento."

El procesamiento de la memoria se realiza en tres niveles:

- Memoria sensorial (entrada de información momentánea de la respuesta sensorial)
- Memoria activa a corto plazo (almacenada temporalmente; va desde una atención breve hasta la retención simultánea de diversas informaciones para una asociación posterior)
- Memoria a largo plazo (almacenada durante minutos o durante toda la vida)

La psicóloga educativa Jane Healy (2004, p. 233), confirma que los datos sensoriales son los primeros que asimilan los niños para procesarlos posteriormente. Son los precursores de toda memoria, y tal y como ella dice, "la única parte del sistema de la memoria que opera de forma eficiente en niños pequeños así como en adultos."

El significado, el valor otorgado, es fundamental para la atención, y también para la memoria. Como más significado tenga un nuevo aprendizaje, más probable es que se almacene en la memoria a largo plazo. El aprendizaje nuevo, para ser retenido, debe ser asociado de forma significativa con lo que ya se ha aprendido. Healy (2004, p. 232) describe el proceso mediante el cual toda experiencia aprendida se internaliza: "Los niños utilizan muchos canales para almacenar muchos pequeños fragmentos, pero lo que da significado es la base del sistema."

Por tanto, las memorias que se basan en el movimiento y en los sentidos, y se unen de forma significativa a sentidos

The human brain is designed to take in new information through the senses. As the learner creates a field of associations, he interacts with each new event, sorts and identifies it (using short-term memory), compares it to past associations (using working memory), and integrates it, through application, into his structuring of the world (using long-term memory). This ordering of the world in memory needs movement and sensory input for stable references. In this regard, the visionary educator Maria Montessori (1995, p. 167) commented that "The senses, being explorers of the world, open the way to knowledge."

Memory Processing Involves Three Levels:

- sensory memory (momentary input from sensory feedback)
- short-term, working memory (temporarily stored and ranging from brief attention to the simultaneous holding of several bits of information for further association)
- long-term memory (stored for minutes or for a lifetime)

Educational psychologist Jane Healy (2004, p. 233), confirms that sensory data is the first to be taken in by children for processing. This is the precursor to all other memory, and is, as she says, "the only part of the memory system that operates as efficiently in young children as it does in adults."

Meaning is fundamental to attention, and also to memory. The greater the meaning of new learning, the more likely it is to be stored in long-term memory. And new learning, to be retained, needs to be meaningfully associated with what has already been learned. Healy (2004, p. 232) describes the process by which all learned experience is internalized: "Children use many channels to store many little pieces, but meaning is the cement for the system."

So memories that are movement- and sensory-based—tied meaningfully to such specific senses as vision, hearing, and touch—are more likely to be retained. And, the more an impression is kept current in working memory by sensory review and rehearsal, the more readily it can be recalled.

No learning takes place without the ability to retain and recall. In fact, learning can be understood as the creation of meaningful memories for storage and future application. Children don't need to be taught how to think and remember. As they associate movement experiences with the subject area, they'll realize their heritage as natural learners endowed with the ability to interact with their environment. Educators who use

específicos como la visión, el oído, el tacto, gozan de una mayor probabilidad de retención. Y cómo más presente se mantenga una impresión a través del ejercicio de la memoria mediante el ensayo y repaso sensorial, más fácilmente será recordado.

No se produce aprendizaje alguno sin la capacidad de retener y recordar. De hecho, el aprendizaje se puede entender como la creación de memorias significativas para su almacenado y futura aplicación. A los niños no hay que enseñarles cómo pensar y recordar. Al asociar experiencias de movimiento con el ámbito temático, se darán cuenta de su patrimonio de "estudiantes por naturaleza" dotados con la capacidad de interactuar con su entorno. Los educadores que utilizan movimiento y juego hacen surgir estas capacidades naturales, enseñando las técnicas físicas implicadas en el proceso de aprendizaje y ayudando a los niños a mantenerse en sintonía con sus sentidos. Cuando los niños se sienten relajados y con ganas de jugar, su sistema sensorial está activado (en vez de apagado) por sus estudios, y responden con una curiosidad atenta.

Teniendo en cuenta el aprendizaje logrado por niños y bebés sin una enseñanza intencionada, observamos que el desarrollo cognitivo ocurre de forma simultánea en las experiencias de juego y movimiento. El trabajo del padre, madre o educador es crear un entorno seguro para que estas habilidades de movimiento naturales puedan seguir siendo la base del crecimiento. Al jugar, cantar y utilizar el lenguaje, los niños que aprenden, están creando su mapa de movimiento de memorias e impresiones. En este mapa, construirán una estructura y contexto para el aprendizaje futuro

Movimiento, percepción, cognición y los centros cerebrales..

Los padres y los educadores de movimiento están llegando a comprender que enseñar a los niños a leer y escribir es proporcionarles unos hábitos motores, visuales y auditivos para toda la vida. Las 26 actividades de Brain Gym pueden ayudar a los niños a refinar y diferenciar su movimiento en un proceso gradual (crucial en las habilidades de lenguaje, lectura, escritura, escucha y habla) sobre cómo aprender a usar su cuerpo para conseguir el control motor y su futura destreza motora fina. Y no sólo son los niños sino gente de cualquier edad los que pueden, al realizar las 26 actividades, desarrollar su mapa de movimiento para conseguir estabilidad, locomoción, manipulación mano-ojo, y muchas más habilidades vitales.

El cerebro humano es una inmensa red neural que crece y se adapta al entorno. Es informado mediante la experiencia y a su vez informa actividades subsiguientes con expectativas según lo que ya es familiar. Si es cierta la máxima de que aprendemos lo que vivimos, también es cierto que vivimos lo que aprendemos. Ahora se sabe que el cerebro tiene

movement and play draw out these natural abilities by teaching the physical skills involved in the learning process and helping children stay in touch with their senses.

When children feel relaxed and playful, their sensory system is engaged (rather than compromised) by their studies, and they respond with attentive curiosity.

To consider the learning accomplished by infants and toddlers with little deliberate teaching is to realize that cognitive development occurs simultaneously with movement and play experiences.

It's the job of the parent or educator to create a safe environment so that these natural movement capacities can continue to support growth. As learners play, sing, and use language, they're creating their own movement map of memories and impressions. On this map, they'll build a structure and context for further learning.

Movement, Perception, Cognition, and the Brain Centers

Parents and movement educators are now coming to understand that to teach children to read and write is to give them lifelong visual, auditory, and motor habits. The 26 Brain Gym activities can help children to refine and differentiate their movement in a gradual process (crucial to the language skills of reading, writing, listening, and speech) of learning to use their body for large-motor control and eventual fine-motor dexterity. And it's not just children but people of any age who can, by doing the 26, develop their movement map for stability, locomotion, hand-eye manipulation, and many more such life skills.

The human brain is a vast neural network that grows and adapts to the instructional environment. It is informed by experience, and it informs later activities with expectations according to what is already made familiar. If it's true that we learn what we live, it's also true that we live what we learn.

The brain is now known to have a biological imperative to survive and adapt; only when these basic needs are met can humans begin to be creative and expressive. New brain pathways are created when intentional goals and movement patterns are envisioned and acted upon.

Four pioneering neuroscientists are among the experts of today who describe the dynamic functional interface of the various brain centers as these relate to learning. Elkhonon Goldberg, a clinical neuropsychologist and researcher in cognitive neuroscience, teaches neurology at the New York University School of Medicine and directs the Institute of Neuropsychology and Cognitive

PAUL DENNISON

EDUCATIONAL KINESIOLOGY

KINESIOLOGÍA EDUCATIVA

un imperativo biológico a sobrevivir y adaptarse. Sólo cuando estas necesidades básicas son satisfechas los seres humanos podemos ser creativos y expresivos. Cuando se visualizan metas, intenciones y patrones de movimiento y se actúa sobre ellos se crean nuevas vías cerebrales.

Entre los expertos contemporáneos que describen la interrelación funcional dinámica de los diferentes centros cerebrales durante el aprendizaje, encontramos cuatro neurocientíficos pioneros. Elkhonon Goldberg, un neuropsicólogo clínico e investigador en neurociencia cognitiva, enseña neurología en el New York University School of Medicine y dirige el Institute of Neuropsychology and Cognitive Performance. Bruce Perry, M.D., psiquiatra y neurocientífico es Miembro Senior del Child Trauma Academy. Daniel Amen, M.D., es Miembro distinguido del American Psychiatric Association y el CEO y director médico de Amen Clinics, Inc., donde la ciencia de imágenes cerebrales se aplica a la práctica clínica. El neurocientífico Paul MacLean, el cual dirigió el laboratorio de Brain Evolution and Behavior en el National Institute of Mental Health in Maryland, fue un defensor temprano de ideas parecidas. Y en su obra, John Ratey M.D., un profesor asociado clínico de psiquiatría en el Harvard Medical School, demuestra una visión del cerebro compatible.

Cualquier categorización de la experiencia humana sólo puede ser una simplificación, aunque los ejemplos simples tienen su utilidad. El siguiente resumen de las principales áreas cerebrales muestra que aunque los patrones de movimiento reflejos están incorporados para asegurar la supervivencia, las capacidades deben ser aprendidas y practicadas para convertirse en patrones automáticos en el mapa de movimientos. Las funciones de los centros cerebrales van desde los reflejos más primitivos hasta los niveles superiores de cognición. Las siguientes ideas clave han sido extrapoladas de las obras de los expertos anteriormente mencionados y explican cómo los diferentes centros están implicados en el proceso de aprendizaje:

El tronco del encéfalo, encargado del funcionamiento autónomo, incluye el cerebelo que modula todos los patrones reflejos, sensoriales, no cognitivos de supervivencia, y todos los patrones aprendidos recientemente (en Edu-K, estos patrones forman el mapa de movimientos). Incluyen la locomoción y movimientos de orientación, ritmo, y el sentido del equilibrio, además de las funciones autonómicas para la regulación de la respiración, ritmo cardíaco y tono muscular. Para su funcionamiento, El tronco del encéfalo requiere comunicación continua con el sistema límbico, para transmitir seguridad o la necesidad de luchar o huir. El tronco del encéfalo, a través de la repetición de movimientos, sonidos e impresiones, proporciona el equilibrio físico, el entorno y los patrones motores que sustentan todo el procesamiento de información abstracto. Entre otros, algunos ejemplos de estos patrones son la acción de andar, mantenerse de pie, estar sentado, escribir, hacer

Performance. Psychiatrist and neuroscientist Bruce Perry, M.D., is Senior Fellow of the Child Trauma Academy. Daniel Amen, M.D., is a Distinguished Fellow of the American Psychiatric Association

and the CEO and medical director of Amen Clinics, Inc., where brain-imaging science is applied to clinical practice. The late neuroscientist Paul MacLean, who directed the Laboratory of Brain Evolution and Behavior at the National Institute of Mental Health in Maryland, was an early proponent of similar views. And in his writings, John Ratey M.D., a clinical associate professor of psychiatry at Harvard Medical School, demonstrates a compatible view of the brain.

Any categorization of human experience can only be a simplification, yet simple constructs are still useful. The following summary of major brain areas shows that, while reflexive movement patterns are hard-wired for survival, skills must be learned and practiced to become automatic patterns on the movement map. The brain-center functions range from the most primal reflexes through the highest levels of cognition. The following key ideas extrapolated from the writings of the abovenamed experts explain how various centers relate to the learning process:

- The brain stem, in charge of autonomic functioning, includes the cerebellum that modulates all reflexive, sensory, non cognitive survival patterns and all new learned patterns (in Edu-K, these patterns make up the movement map), including locomotion and orienting movements, rhythm, and the sense of balance, plus the autonomic functions for the regulation of breathing, heart rate, and muscle tone. For its functioning, the brain stem requires continuous communication from the limbic system, to convey a sense of security or a need to fight or run. The brain stem, through repetition of movements, sounds, and impressions, provides the physical equilibrium, framework, and motor patterning that support all cognitive, abstract information processing. Examples of such patterning include walking, standing, sitting, handwriting, language phrasing, and rote memorization of such elements as number facts and musical tempos. In this regard, the Brain Gym activities are observed to help children improve their stability and postural alignment, as well as support the sensorimotor functions needed for higher-order thinking.

- The limbic midbrain is the center for feelings and self-control—the site for making associations to recall learned information and movement patterns. When one is engaged in play and interaction with objects or other people, the midbrain stores impressions to aid memory and gives the system emotional equilibrium for organization, planning, alignment, and sequencing.

frases y la memorización de cosas como datos numéricos y partituras musicales. En este contexto, las actividades de Brain Gym son utilizadas para ayudar a los niños a mejorar su estabilidad y alineación postural, así como sustentar las funciones sensoriomotrices necesarias para pensamientos de orden superior.

El sistema límbico es el centro de los sentimientos y el autocontrol; es el lugar donde se realizan las asociaciones para recordar la información aprendida y los patrones de movimiento. Cuando uno está ocupado jugando e interactuando con objetos u otras personas, el cerebro medio almacena impresiones para ayudar a la memoria y proporciona al sistema equilibrio emocional para la organización, planificación, alineación y secuenciación. El cerebro medio fomenta la cognición mediante la organización de sensaciones y asociaciones que relacionan el pasado con el presente. Su amígdala, siempre alerta al peligro, proporciona respuesta al tronco del encéfalo en cuanto a reacciones de lucha o huida, los cuales activarían los reflejos motores gruesos del tronco del encéfalo de huida o lucha, sacrificando así las habilidades motoras finas necesarias para tareas como escribir o leer. La facilidad para el aprendizaje depende de la inhibición de este sistema reflejo cuando no es necesario, permitiendo la relajación y estabilización de los movimientos motores gruesos y un ambiente seguro para la utilización de las manos y los ojos. En este aspecto, se observa que las actividades de Brain Gym ayudan a los niños a mejorar su equilibrio vestibular y su coordinación, así como los correspondientes efectos posturales/de comportamiento perceptuales relacionados con la estabilidad emocional.

El neocórtex, que incluye los hemisferios cerebrales derecho e izquierdo, es el lugar de la actividad cognitiva; el lugar de todas las operaciones globales, espaciales, lógicas, lineales para el procesamiento racional y lingüístico de la información y de la percepción del significado. Aquí, a través de la coordinación sensoriomotriz producida por una escucha activa, al leer, al hablar, al escribir, el pensamiento simbólico de descodifica y codifica para la comunicación y expresión verbal. Cuando se producen asociaciones, a través del sistema límbico, entre la entrada de información nueva y los datos previamente almacenados, el nuevo aprendizaje se codifica para poder ser accesible posteriormente, completando un ciclo de aprendizaje continuo. Aquí es donde se generan las habilidades de lenguaje y pensamiento crítico. En este aspecto, se observa que las actividades de Brain Gym facilitan la función cognitiva al ocuparse de los patrones sensoriomotrices en las actividades de mirar, escuchar y el moverse para el procesamiento de información.

El córtex prefrontal está situado en los lóbulos frontales del neocórtex, reconocidos como el centro cerebral de función ejecutiva y responsables de la creación, toma de decisiones, locomoción planeada y movimiento intencionado, así como

The midbrain supports cognition by organizing feelings and associations through relating the past to the present. Its amygdala, ever scanning for danger, gives feedback to the brain stem regarding any need for fight-or-flight reactions, which would engage large-motor brain stem reflexes for running or fighting at the expense of the fine-motor control needed for such skills as reading and writing.

Ease of learning depends on the inhibition of this reflex system when it's not needed, allowing for relaxation and stabilization of large-motor movements and a safe ambience for the use of the hands and eyes. In this regard, the Brain Gym activities are observed to help children improve vestibular balance and coordination as well as the related perceptual and behavioral/postural correlates associated with emotional stability.

- The neocortex, including both the right and the left cerebral hemispheres, is the place

of cognitive activity—of all global, spatial, logical, and linear operations for rational and linguistic information processing and the perception of meaning. Here, through sensorimotor coordination produced by active listening, reading, speaking, and writing, symbolic thought is decoded and encoded for communication and verbal expression.

When associations are made, through the limbic system, between fresh input and previously stored data, new learning is encoded for later retrieval in a continuous learning cycle. Language abilities and critical thinking depend on this area. In this regard, the Brain Gym activities are observed to facilitate cognitive function by addressing the sensorimotor patterns of looking, listening, and moving for information processing.

The prefrontal cortex is located in the frontal lobes of the neocortex, which are recognized as the brain's center of executive function and known to be responsible for creating, choice making, planned locomotion and purposeful movement, and the reading of social cues. Given its direction of speech and language and its finely tuned interconnections with sensorimotor function, the prefrontal cortex is considered to be the area of consciousness and intentional awareness. As the center for comprehension, anticipation, and imagination of various scenarios and consequences, it initiates new motor pathways throughout the rest of the brain for ever new learning cycles, interweaving these pathways with those previously

laid down. In this regard, the Brain Gym activities are observed to facilitate focal attention, comprehension, anticipation, and altruistic thinking.

PAUL DENNISON

EDUCATIONAL KINESIOLOGY

KINESIOLOGÍA EDUCATIVA

la lectura de indicadores sociales. Dada su función de habla y lenguaje y sus interconexiones finamente sincronizadas con el funcionamiento sensoriomotor, el córtex prefrontal es considerado como la zona de la consciencia y consciencia intencionada. Como centro de comprensión, anticipación e imaginación de varios escenarios y consecuencias, genera nuevas vías motoras por el resto del cerebro para así crear infinitos ciclos de aprendizaje, entretejiendo estas vías con las ya creadas anteriormente. En este aspecto se observa que las actividades de Brain Gym facilitan la focalización de la atención, la comprensión, la anticipación y el pensamiento altruista.



web: www.bringym.com
 em@il: EduKBooks@aol.com
 California, USA

SPEAKER

Paul E. Dennison, Ph.D., is a pioneer in the field of movement education and an authority on the acquisition of cognitive and academic skills. In the 1960s, Dr. Dennison began the seminal research into reading achievement and its relation to brain development that would form the basis for the Brain Gym work.

Working alongside developmental optometrists, he offered his students a full program in sensory development, including movements that he observed as improving equilibrium and perceptual skills.

In 1975, at the University of Southern California, Paul received the Phi Delta Kappa award for outstanding research. He was granted a Doctorate in Education for his research in beginning reading achievement and its relationship to cognitive development and silent speech (thinking) skills.

He began to elaborate what would later become Educational Kinesiology (Edu-K)—basing his discoveries on his unique understanding of the interdependence of physical development, language acquisition, and academic achievement.

In the early 1980s Paul joined forces with Gail, an artist and movement educator who became his wife and collaborator. In 1986 the two, sensing the need for a self-teaching element in their work, gathered twenty-six of their favorite activities for learning and moving, gave them playful names, and wrote about them in *Brain Gym®: Simple Activities for Whole-Brain Learning*.

This article is excerpted from his latest book: *Brain Gym Teachers Edition*. Paul & Gail Dennison.

PONENTE

Paul E. Dennison, Ph.D., es un pionero en el campo de educación a través del movimiento y una autoridad en la adquisición de habilidades cognitivas y académicas.

En la década de 1960 inició la investigación sobre la adquisición de la lectura y su relación con el desarrollo cerebral, sentando las bases de Brain Gym®

Trabajando con optometristas del desarrollo y con un programa completo de desarrollo sensorial, incluyendo movimientos que mejoraban el equilibrio y las habilidades perceptuales.

En 1975 recibió el galardón Phi Delta Kappa en la Universidad de California del Sur por su investigación. Posee un doctorado por su investigación sobre los comienzos de la adquisición de la lectura y su relación con el desarrollo cognitivo y las habilidades de habla silenciosa (pensamientos).

A principios de los 1980 unió fuerzas con Gail, artista y educadora de movimiento que se convirtió en su esposa y colaboradora. Desarrollaron Edu-K y en 1986 incorporan un elemento de autoenseñanza con los 26 ejercicios, a los que dieron nombre divertidos y las plasmaron en el libro: *Brain Gym®*

El presente artículo está extraído de su último libro: *Brain Gym®: Movimientos para mejorar en tu vida*. Paul & Gail Dennison.

MATTHEW THIE

METAPHORS OF TOUCH FOR HEALTH (TFH) AND LIFE

LAS METÁFORAS DE TOQUE PARA LA SALUD (TPS) Y LA VIDA



An Embodiment of Mind/Body Awareness & Development

Integración del desarrollo de la conciencia cuerpo / mente

El concepto y el sistema de TPS se pueden entender, en su núcleo, como un sistema de desarrollo de la conciencia del cuerpo/mente, tanto como medio de potenciar la salud y como un fin en sí mismo. Utiliza técnicas y conceptos de equilibrio muscular y energético de Kinesiología Aplicada, pero no está diseñado para el uso en el ámbito del diagnóstico o del tratamiento de la enfermedad. Más bien, es para el uso de personas, de sus amigos y familiares para su cuidado personal, capacitándolos como los agentes principales en el desarrollo de su propio Bienestar, el apoyo de sus propias funciones intrínsecas naturales de sanación, y en última instancia, su propia percepción, apreciación y el desarrollo continuo de la calidad de su experiencia de vida. Cada uno de nosotros es protagonista en escoger hacia dónde enfoca su atención, energía y esfuerzo para optimizar sus funciones, ser más eficaz y experimentar satisfacción.

—Matthew Thie

Podríamos decir que la metáfora primaria o paradigma conceptual de TPS no es averiguar lo que está mal y arreglarlo, sino más bien el desarrollo de nuestro conocimiento del sistema integrado del cuerpo/mente completo. Y hacer esto participando activamente en una serie de actividades que involucran la sensación-sentimiento-pensamiento, mover-equilibrar, y la reintegración que en última instancia conduce a un mayor flujo y equilibrio postural, emocional y energético. El proceso se acompaña frecuentemente con liberación de la tensión emocional y postural; alivio de molestias, dolores y síntomas; mayor claridad mental y mejor función física y lo más importante, una renovación del sentido de significado, satisfacción, y gozo de la VIDA.

Suele decirse que TPS se fundamenta como sistema práctico y sorprendentemente eficaz para equilibrar la postura física ("Si tu columna está alineada, usted se sentirá muy bien." G. Goodheart - "If your spine is in line, you'll feel fine.") Sin embargo, el modelo profundo del sistema y los talleres de TPS no es la práctica clínica de Kinesiología Aplicada, es el concepto central de la psicología centrada en la persona de Carl Rogers, y los talleres prácticos de "Comunicación Eficaz" desarrollado por su discípulo, Thomas Gordon:

The TFH system & concept can be seen at the core as primarily a system of developing mind/body awareness, both as a means of health enchantment and ultimately as a worthwhile end in itself. TFH derives many of its muscle/Energy balancing ideas and techniques from Applied Kinesiology, but it is not designed for the use by physicians in diagnosis and treatment of disease (finding out what's wrong and fixing it). Rather, it is meant for the use of individuals and their friends and family for their self-care, empowering them as the primary agents in the development of their own Wellness, support of their own intrinsic natural healing functions, and ultimately their own perception, appreciation, and ongoing development of the quality of their experience of LIFE. Each of us has a continuous role in choosing where to focus our attention, energies and efforts to optimize our functions, effectiveness and satisfaction.

—Matthew Thie

We could say that the primary Metaphor or conceptual paradigm of TFH is not finding out what's wrong and fixing it, but rather developing our awareness of the integrated body/mind whole by actively participating in a series of activities involving sensing- feeling- thinking, moving-balancing, and reintegrating which ultimately leads to greater postural, emotional and energetic flow and balance. This is often accompanied by release of emotional stress and tension, relief from aches, pains and symptoms, greater mental clarity and physical function and most importantly a renewal of a sense of meaning, satisfaction, and enjoyment of LIFE.

We start with a system that is very practical and often startlingly effective for balancing the physical posture ("If your spine is in line, you'll feel fine." G. Goodheart"). Yet the actual model for the TFH workshops and system is not the clinical Applied Kinesiology practice, it is the core concept of the person centered psychology of Carl Rogers, and the practical workshops of "Effective Communication" developed by his protégé, Thomas Gordon: It is more important to focus on Wellness than on illness ("It is more important to focus on a positive

MATTHEW THIE

METAPHORS OF TOUCH FOR HEALTH (TFH) AND LIFE

LAS METÁFORAS DE TOQUE PARA LA SALUD (TPS) Y LA VIDA

Es más importante centrarse en el bienestar que en la enfermedad ("Es más importante centrarse en un objetivo positivo que hurgar en ¿qué es lo que te pasa?" decía John Thie). En lugar de analizar, diagnosticar, prescribir o aconsejar, lo más poderoso, incluso en los casos de enfermedad física, es que la propia persona cree conciencia de sus circunstancias, sus sentimientos, sus recursos y su capacidad de participar en su propio cuidado. Es que la propia persona tome decisiones que no sólo contribuyen a su sanación, recuperación y mejora de su bienestar, decisiones que también se traducirán en una mayor satisfacción, en una experiencia de VIDA más profunda, significativa y agradable. Carl Rogers señala que en la psicología, e incluso en enfermedades físicas, el tratamiento de problemas es problemático, y a menudo conduce a más problemas, mientras trabajar con la persona en su totalidad en el desarrollo de la conciencia de su mente/cuerpo

"ES MÁS IMPORTANTE CENTRARSE EN UN OBJETIVO POSITIVO QUE HURGAR EN EL PROBLEMA"

es eficiente, más agradable, contribuye a la transformación espontánea de percepción y la actitud, y también suele aliviar o eliminar los problemas como un efecto secundario del proceso de sensibilización!

Visto desde esta perspectiva, es claro que nuestro diálogo (Educación, la fijación de objetivos, la contemplación de posibles significados/Metáforas de nuestros deseos y de nuestros bloqueos/desequilibrios) y nuestra equilibración muscular (que implica la alineación de la columna vertebral, postura física, la neurología, la circulación y otros circuitos fisiológicos/energéticos, incluyendo la energía vital o sistema de meridianos - Chi) se convierte en un medio complejo, que facilita el equilibrio óptimo/función de los sistemas de sanación naturales intrínsecas de la mente y el cuerpo. Además cada aspecto del proceso se puede considerar como un ejercicio de desarrollo de la conciencia de la mente/cuerpo, que se traduce en mejoras fácilmente observables,

pero también es el fin, en si mismo, más importante – El Conocerse a si Mismo -- con el apoyo del acompañamiento de un compañero, que no nos juzga, en nuestra propia auto-conciencia y auto-responsabilidad.

Las metáforas de TPS: Ideas maravillosas y aspectos de un proceso de desarrollo mente/cuerpo

La gente maravillosa del centro "Vida Kinesiología", en Montmeló, España, tradujeron el título de nuestro libro Metáforas de TPS y los Cinco Elementos Chinos como Metáforas de la Salud y la Vida. Estoy encantado con esta interpretación dado que muestra una gran comprensión de

goal than to 'dig out' what is wrong with you" John Thie). Rather than analysing, diagnosing, prescribing or advising, the most powerful thing, even in cases of physical disease, is to raise the person's own awareness of their circumstances, their feelings, their resources and their ability to take part in their self-care and make choices that will not only contribute to their healing, recovery and improvement of their Wellness, but will actually result in a more satisfying, more deeply meaningful and enjoyable LIFE. (Carl Rogers points out that in psychology, and even physical illness, treating problems is problematic, and often leads to more problems, while working with the whole person in developing their mind/body awareness is efficient, more enjoyable, contributes to spontaneous transformation of perception and attitude, and also often alleviates or eliminates problems as a side effect of the awareness process!)

Seen from this perspective, it is clear that our dialogue (Education, goal-setting, contemplation of possible meanings/ Metaphors of our desires and our blocks/ imbalances) and our muscle balancing (involving spinal alignment, physical

posture, neurology, circulation and other physiological/ energetic circuits, including the Life Energy or Chi meridian system) becomes an elaborate means of not only facilitating the optimum balance/function of the intrinsic natural healing systems of the mind-body; Every aspect of the process can be thought of as an exercise in mind/body awareness development, which results in so many readily observable improvements, but is also the most important END in itself-- to Know Thyself-- with the support of accompaniment by a gentle, non-judgemental advocate in our own self-awareness and self-responsibility.

The Metaphors of TFH: Wonderful Ideas and Aspects of a Mind/Body Awareness Development Process

The wonderful people at the Vida Kinesiologia center translated the title of our book TFH Chinese Five Element Metaphors as Metaphors for Health and LIFE (Metáforas para la Salud y la Vida). I was actually delighted by this interpretation as I felt they grasped the greater concept of the Metaphor, beyond the specific associations with the 42 muscles, 14 Meridians, and 55 aspects related to the Chinese Five Elements (which are a main area of exploration in the TFH Goal Setting & Metaphor Workshops, as well as creating greater awareness and

"IT IS MORE IMPORTANT TO FOCUS ON A POSITIVE GOAL THAN TO 'DIG OUT' WHAT IS WRONG WITH YOU"

estás metáforas, más allá de las asociaciones específicas con los 42 músculos, los 14 meridianos y los 55 aspectos relacionados con los cinco elementos chinos. Estas son las áreas principales de exploración en los Talleres TPS a la hora de establecer objetivos y Metáforas, y en la creación de una mayor conciencia y comprensión del modelo de auto-responsabilidad de TPS.

De hecho, hay muchos conceptos asociados con la palabra metáfora, y explorar algunos de estos conceptos en relación con TPS y la VIDA será profundizar nuestro aprecio y eficacia en la vida y el trabajo! Además, a medida que aumentamos nuestro conocimiento de los significados de nuestra prueba/test muscular, tenemos que tener cuidado con no entrar en un modelo médico/diagnóstico. Utilizar el "pensamiento metafórico" no sólo nos permite un enfoque alternativo al diagnóstico, más importante abre una vasta área de conocimiento y conciencia del cuerpo/mente en muchos niveles. Para devolver el favor, voy a interpretar VIDA Kinesiología como un tipo especial de Kinesiología. "Vida-K" no es "enfermedad-K", no se trata de "Patología-K" o "K-alopatía", esta es la "VIDA-K", ocupada en cuidar a su cuerpo, su ser, de una manera integral, hacia la mejora de su experiencia de VIDA más que sólo en la solución de problemas.

Metáfora significa concepto principal, paradigma o idea central:

Cuando usamos metáforas, en realidad estamos trabajando con muchas interpretaciones diferentes o funciones de la metáfora. Estamos funcionando automáticamente en muchos niveles, lo que corresponde a la experiencia práctica y la intención de operar en muchos niveles que siempre está en juego en un equilibrio TPS. Uno de los significados de la metáfora, y de las intenciones de TPS, es ver la "visión global". Echemos un vistazo a algunas de las ideas principales de TPS para poder renovar su reconocimiento y realización de nuestro trabajo de TPS/ Kinesiología.

Las ideas principales de TPS provienen de varias tradiciones que entroncan en el proceso de la conciencia del cuerpo / mente. A medida que aumentamos nuestro conocimiento de estos conceptos y sus orígenes, también podemos desarrollar un Meta-Conciencia: Ver el contexto y la interconexión de todos los aspectos de la vida, encarnada en cada momento del proceso de equilibrio. Es importante tener en cuenta algunos de los supuestos e intenciones que hemos adoptado desde la psicología centrada en la persona, la quiropráctica/AK, y la teoría de la medicina tradicional china/acupuntura. Tener en cuenta cuál es el modelo de la realidad, nuestro marco actual de referencia, influye profundamente en el tipo de experiencia que podemos imaginar, crear y encarnar. Una Meta-Conciencia significa ver el contexto general en el que operamos, no sólo las ideas convencionales y principios de TPS, también

understanding of the self-responsibility model of TFH)

Indeed, there are MANY concepts associated with the word Metaphor, and exploring some of these concepts in relation to TFH and LIFE will deepen our appreciation and effectiveness in life and work! In addition, as we increase our awareness of the meanings of our muscle testing, we need to be careful about falling back into a medical/diagnostic model. Utilizing "Metaphorical thinking" not only allows us an alternative approach to diagnosis, but also opens up a vast area of insight and Body/Mind awareness on MANY LEVELS. To return the favor, I will interpret VIDA Kinesiología as a special kind of Kinesiología. Vida-K is not disease-K, this is not Pathology-K or Allopathy-K, this is LIFE-K, concerned with, and addressing your body, your being, in a holistic way, towards improvement of your experience of LIFE rather than just fixing problems.

Metaphor Means Main Concept, Paradigm or Big Idea:

When we use METAPHOR, we are actually working with many different interpretations or functions of metaphor. We are automatically operating on many levels, and this corresponds to the practical experience and intention of operating on many levels that is always at play in a TFH balance. One of the meanings of Metaphor (and intentions of TFH) is to see the "big picture". Let's look at some of the main ideas of TFH so that we can renew their appreciation and embodiment in our TFH work.

The main ideas of TFH come from several traditions that all resonate with the body/mind awareness process. As we increase our awareness of these concepts and their origins, we can also develop a Meta-Awareness: Seeing the context and the interconnectedness of all aspects of a life, embodied in each moment of the balancing process. It is important to realize some of the assumptions and intentions that we have adopted from person-centered psychology, chiropractic/AK, and traditional Chinese medicine/ acupuncture theory. Knowing which model of reality is our current frame of reference profoundly influences the type of experience we can envision, create and embody. A Meta-Awareness means seeing the overall context within which we operate- not just the standard ideas and principles of TFH, but how they fit into Energy Kinesiología in general, alternative and mainstream healthcare, and the current societies and world culture at this point in history.

Indeed, when I began to brainstorm the Metaphors of TFH and these source traditions, I began to lose my mind as the ideas and associations began to multiply infinitely! Upon returning to Earth, I found my center, and ability to decrease to "optimum" and here offer you just a few possible insights as appropriate for the context

MATTHEW THIE

METAPHORS OF TOUCH FOR HEALTH (TFH) AND LIFE

LAS METÁFORAS DE TOQUE PARA LA SALUD (TPS) Y LA VIDA

cómo encajan en la Kinesiología Energética en general, la salud alternativa y alopática, y en las sociedades actuales y la cultura del mundo en este momento de la historia.

De hecho, cuando empecé a generar mi propia "Lluvia de Ideas" de las metáforas de TPS y de estas tradiciones de origen, mi mente se perdía en las ideas y asociaciones que comenzaron a multiplicarse infinitamente! Al regresar a la Tierra, encontré mi centro, y la capacidad de centrarse en lo "óptima" y aquí les ofrezco sólo algunas ideas posibles, apropiadas para el contexto de esta conferencial!

La Salud Interior

El taller original de TPS fue diseñado alrededor de 1973 para permitir que habilidades de comunicación y habilidades básicas de Kinesiología Aplicada fueran accesibles a personas sin formación terapéutica y/o académico, ya que ambas tradiciones reconocen que la salud se crea de por dentro del ser humano cuando hay congruencia y equilibrio.

- TPS debe ser práctico, fácil, rápido y eficaz. Práctico, "con las manos". No se necesita un equipo o instrumental especial. Útil para todo el mundo. Es seguro, aun cuando no tengan conocimientos previos, y precisa poca práctica para empezar a obtener resultados. Se puede hacer

"NINGÚN HUMANO ES UNA ISLA"

solo, pero mejor con un amigo. Brinda conceptos y procedimientos de base estándar y de composición abierta para permitir un viaje de exploración personal. Proporciona resultados inmediatos que la gente puede sentir a través de la práctica. Los beneficios aumentan con la repetición, la práctica, la competencia, la confianza, el refinamiento y la profundización en los conceptos y las técnicas.

Enfoque Centrado en la Persona

TFH se nutre de muchas tradiciones prácticas, integradas de una forma fácil de utilizar. Se construye sobre las estructuras existentes que tiene resultados repetibles, mientras, al mismo tiempo aprovecha y se enfoca en nuestra actitud, atención, intención y conciencia.

- El Modelo Educativo y de auto-responsabilidad: Cuando era un niño creía que el propósito de seguir el modelo de auto-responsabilidad era evitar que quienes no tienen acreditación legal de emitir diagnósticos pudieran decir que sabían tal y cual cosa sobre la salud de la persona o intenten tratar una condición.

Hoy, con una mayor apreciación de las raíces de TPS y la Kinesiología Energética, me doy cuenta de que este modelo no sólo nos mantiene éticamente y jurídicamente seguros, el enfoque centrado en la persona es tal vez el elemento

of our conference journal!

Health from Within

The original TFH workshop was designed to make communication skills AND basic AK skills accessible to lay people circa 1973, as both traditions recognize that health comes from within when there is congruence/balance.

- TFH must be practical, easy, quick and effective. Hands on. No special equipment needed. For everybody. Safe without prior knowledge, and a little bit of practice. Can be done alone, but better with a friend. Standard base concepts and procedures, and open-ended for personal exploratory journey. Immediate results that people can FEEL through practice. Increasing benefits with repetition, practice, competence, confidence, refinement and deepening of concepts and techniques.

The Person-Centered Approach

TFH draws from many practical traditions, integrated for easy use, and built upon existing structures that have repeatable results, while also harnessing and focusing our attitude, attention, intention and awareness.

- The Educational, Self-responsibility model: When I was a child, I believed

"NO MAN IS AN ISLAND"

that the purpose of following the self-responsibility model was to keep lay people without proper training from saying that they know, or treat, more than they can legally claim. With greater appreciation of the roots of TFH and Energy Kinesiology, I realize that this model not only keeps us ethically and legally safe, the person-centered approach is perhaps the most powerful element to be preserved and respected in every aspect of the work.

- The Circle: Just sharing information is transformative; we don't necessarily have to "fix" anything. Focus on the positive goal and outcome is often immediately more effective and satisfying, and also leads to greater long-term proactive health development and prevention, rather than waiting until we're sick and need medical treatment.

- Perception creates our reality: What we think and how we feel may be the most profound factor in our personal satisfaction as well as our physical health.

- No Man is an Island: We are social animals and a human need is TOUCH. We create a safe space for touch that is not for sex or punishment, but for health, within a clear, respectful context of informed consent and personal authority.

más poderoso de ser preservado y respetado en todos los aspectos de la obra.

- El Círculo: Sólo compartir información es transformadora, no necesariamente se tiene que “arreglar” nada. Centrarse en el objetivo positivo y el resultado muchas veces es efectivo, eficaz y satisfactorio, y también conduce a un mayor desarrollo de la salud y la prevención proactiva, a largo plazo, en lugar de esperar hasta que esté enfermo.

- La percepción crea nuestra realidad: Lo que pensamos y lo que sentimos puede ser el factor más profundo en nuestra

“LA PERCEPCIÓN CREA NUESTRA REALIDAD”

satisfacción personal, así como en nuestra salud física.

- Ningún humano es una isla: Somos animales sociales y una necesidad humana es el tacto. Creamos un espacio seguro para el tacto humano, que no es para el sexo ni para el castigo, sino para la salud, dentro de un contexto claro, respetuoso, del consentimiento informado y la autoridad personal.

Quiropráctica y Kinesiología Aplicada

- “Enseñar a pescar”: un verdadero médico enseña a las personas a conocerse y cuidarse a sí mismos. Trata a las personas, no a las enfermedades. El enfoque holístico es más eficaz.

- Inteligencia Innata: La condición natural del ser humano es la salud y la vitalidad. Las desalineaciones o desequilibrios en los aspectos estructurales, emocionales o fisiológicos interfieren con el sistema de comunicación, en el ser/medio ambiente, lo que resulta en última instancia en la enfermedad. Podemos ayudar al cuerpo a recuperar su equilibrio natural, sanar y evitar el deterioro futuro.

- Las pruebas musculares no son la pruebas de los músculos: Los músculos reflejan la función muscular, los desequilibrios posturales y la neurología, la integración del cerebro, así como el sentido sutil de energía en diferentes circuitos del cuerpo relacionadas con diferentes sistemas, vascular, linfático, espinal/nervioso, energético/emocional.

- Inténtalo... te va a gustar: Una amplia variedad de TOUCH - TOQUE, con cualidades específicas en lugares específicos, incluyendo los puntos de acupuntura y los meridianos, pueden crear cambios espontáneos, quizás por reflejos, en la respuesta muscular, el equilibrio postural, y la persona en su totalidad.

Medicina Tradicional de la China

La armonía en todo el sistema es el objetivo final, lo que permite una buena vibración e integración entre todas las partes como un todo integrado. Tratar a enfermedades

Chiropractic and Applied Kinesiology

- Teach a man to fish: A true physician teaches people to know and care for themselves. Treat people, not diseases. Holistic approach to life is most effective.

- Innate intelligence: The natural human condition is health and vitality. Misalignments or imbalances in structural, emotional or physiological aspects interfere with the communication system, within the being/environment, resulting ultimately in disease. We can help the body regain its natural balance, heal and prevent future deterioration.

- Muscle testing is not muscle testing: Muscles reflect/affect muscle function, postural imbalances AND neurology, brain integration, as well as subtle energy sense in different circuits of the body related to different systems- vascular, lymphatic, spinal/nervous, energetic/emotional energy flow, etc.

- Try it You'll Like it: A wide variety of TOUCH, with specific qualities at specific locations, including acupuncture points and meridians, can bring about spontaneous (reflex) change in muscle response, postural balance, and the whole person.

Chinese Medicine

Harmony in the whole system is the ultimate goal, allowing a good vibration and integration among all parts as an integrated WHOLE. Fixing problems can be helpful, but is closing the barn door after the cows have left. Cultivating vitality is where it's at.

- Chi is the primary energy: Balance of the vital energy (Chi) brings about balance and function of the whole person. Blocks in Chi or imbalances are reflected in every other aspect and eventually will lead to disease. Balancing the energy allows the internal wisdom of the body to heal itself, and we do not have to intellectually understand all of the mechanisms. Just do it. It's natural.

- The Unity Principle: Many things influence the Chi/Life-energy, including context, environment, color, sound, words and feelings. Cultivation of the SENSES, including subtle intuition, can allow us to tune into and modulate our chi energy.

Dialogue & Metaphor

Contextualizes, creates a specific space, and biofeedback lets us find clues about where there may be an imbalance or an involved circuit that can be activated to improve function and overall harmony-- specific to our positive

“PERCEPTION CREATES OUR REALITY”

MATTHEW THIE

METAPHORS OF TOUCH FOR HEALTH (TFH) AND LIFE LAS METÁFORAS DE TOQUE PARA LA SALUD (TPS) Y LA VIDA

puede ser útil, pero eso es como cerrar la puerta del establo después de que las vacas se han ido. Cultivar la vitalidad es donde más vale la pena enfocar nuestros esfuerzos.

- El Chi es la energía primaria: El equilibrio de la energía vital (Chi) facilita equilibrio y la función de toda la persona. Los bloqueos en el Chi o los desequilibrios se reflejan en todos los demás aspectos y eventualmente conducen a la enfermedad. Equilibrio de la energía permite que la sabiduría interna del cuerpo fluya para curarse a sí mismo, y no tenemos que entender intelectualmente todos los mecanismos. Just do it. Es natural.

- El Principio de la Unidad: Muchas cosas influyen en el Chi/energía vital, incluyendo el contexto, el ambiente, el

“LA PALABRA METÁFORA TAMBIÉN PUEDE SER INTERPRETADA COMO CAMBIO, NUEVO SIGNIFICADO, Y TRANSFORMACIÓN”

color, el sonido, las palabras y los sentimientos. Y el cultivo de los sentidos, incluyendo la intuición sutil. Todo esto puede permitirnos sintonizar y modular nuestra energía chi.

El Diálogo y la Metáfora

Contextualizar, crear un espacio específico, y la retroalimentación nos permite encontrar pistas acerca de dónde puede haber un desequilibrio o un circuito implicado que se puede activar para mejorar la función y la armonía general. Esto relacionado con nuestro enfoque positivo.

- Trabajamos con personas completas, no con la enfermedad: Los pensamientos conscientes intelectuales e ideas, así como las sensaciones que acompañan, sentimientos, emociones, significados.

La Metáfora Literaria: Lenguaje colorido y poético para “expresar mucho en poco”.

Palabras expresivas y simbólicas que enriquecen nuestra comprensión, lo que implica más que hechos o información, también significado y emoción. Imágenes del sentido, del significado de nuestra vida. Imágenes que enriquecen la vida. Encontrar una manera de expresar y comprender algo que inicialmente sólo se siente. Conectar con la intuición, con la “gestalt” de todo el cuerpo y el mundo entero adquiere sentido. Son cuadros, imágenes que resuenan en muchos niveles, creando la sensación de comprender más allá de las palabras, permitiendo la captura de un significado más profundo, un sentimiento, en las imágenes que crean una experiencia sensorial, significados, sentimientos y emociones.

focus.

- We work with the WHOLE person (and not disease): The conscious intellectual thoughts and ideas, and the accompanying sensations, feelings, emotions, meanings.

The Literary Metaphor: colorful, poetic Language to Express Much In Little

Rich, expressive, symbolic words that enrich our understanding, implying more than facts or information, but also meaning and emotion. Coloring our sense of meaning in life, enriching life. Finding a way to express and understand something initially only FELT. Intuition or “gestalt”, whole body/whole world sense.

Pictures/Images that resonate on many levels creating a sense of knowing beyond words, but capturing a deeper meaning, a feeling, in images that create a sensory experience, personal meanings,

feelings and emotions. In fact, all words are metaphors – language that represents/stands for, things, ideas and feelings. When we work with Metaphors we are working with the building blocks and processes whereby human beings make, and share meaning of the experience of life!

Metaphor: The Emotional Language

When I returned to Zurich to teach the Metaphors workshop again, I noticed they had added a subtitle: Metaphors, the emotional language. I was a little surprised and I realized it’s true. When we work with Metaphor, we find more than the literal meanings in the words. We also find the emotional meanings and we are tapping into the emotional brain of the gut where we not only do emotional processing, but nutritional processing, and a huge percentage of immune function and healing/regeneration to all internal organs. This is also called the “Enteric brain” and it literally has all the same types of nerves, cells and neuro-chemicals as the brain, including the majority of serotonin! But the language of this second brain, is not spoken language, it is EMOTION. When we communicate in the language of emotion, we communicate with our core and have a profound effect on well being, via our feelings and sensations, and our functions on physiological, nutritional, and immunological levels.

“THE WORD METAPHOR CAN ALSO BE INTERPRETED TO MEAN CHANGE, NEW MEANING, AND TRANSFORMATION”

De hecho, todas las palabras son metáforas. El lenguaje representa y significa cosas, ideas y sentimientos. Cuando se trabaja con metáforas, estamos trabajando con los bloques de construcción y los procesos que los seres humanos utilizan para crear y compartir el significado de la experiencia de la vida!

Metáfora: el lenguaje emocional

Cuando regresé a Zurich para enseñar el taller de Metáforas de nuevo, me di cuenta de que habían añadido un subtítulo: Metáforas, el lenguaje emocional. Yo estaba un poco sorprendido y me di cuenta de que es verdad. Cuando

“EL TRATAMIENTO DE PROBLEMAS ES PROBLEMÁTICO” trabajamos con la metáfora, encontramos más que el significado literal de las palabras. También encontramos los significados emocionales y estamos tocando en el cerebro emocional de las tripas, donde no sólo hacemos el proceso emocional, también el proceso alimenticio y un porcentaje enorme de la función inmune y la sanación/regeneración de todos los órganos internos.

Se le denomina “cerebro entérico”, por que tiene todos los mismos tipos de nervios, células y sustancias neuroquímicas que el otro cerebro, incluyendo la mayoría de la serotonina! Pero el lenguaje de este segundo cerebro, no es el idioma de las palabras habladas. El idioma del cerebro entérico es la emoción. Cuando nos comunicamos en el lenguaje de la emoción, nos comunicamos con nuestra esencia y tiene un efecto profundo en el bienestar, a través de nuestros sentimientos y sensaciones, y nuestras funciones en los niveles fisiológicos, nutricionales e inmunológicos.

Metáfora: Cómo ir PROFUNDO rápido

En Alemania le llamaron a un taller de metáforas “ Cómo ir PROFUNDO rápido”. No era mi intención con ese taller, pero es lo que pasó! Podemos profundizar, o tener aprecio y efectos profundos, a través de las cosas mundanas, aparentemente superficiales, que elegimos para observar con toda nuestra atención, mente y cuerpo.

De hecho, si estamos usando metáforas, estamos automáticamente profundizando dentro del ser humano. Pruébalo, y verás que es así. Pero ¿por qué? Otra idea es que, a través de las pruebas, de los test musculares, a veces permitimos que se muestren las indicaciones de nuestras funciones corporales inconscientes, autonómicas, aunque éstas también pueden referirse a las emociones, y a veces se accede a lo subconsciente, a aquella parte de nuestra propia conciencia, que no es parte de nuestra conciencia “despierta”, se accede al “sueño”. En el libro de C. Jung, Recuerdos, Sueños, Reflexiones, dice que si se quiere entender lo subconsciente, los sueños, no se los puede considerar

Metaphor: How to GO DEEP FAST

In Germany Language of Metaphor was called “How To Go Deep Fast”. It was not my intention with this workshop, but it is what happened! We can go deep, or have a profound appreciation and effect, via seemingly superficial, mundane things that we choose to notice with our full attention, mind and body. In Fact, if we are using the Metaphor, we are automatically going deep in the human being- just try it, and you’ll see that it is so. But why? Another thought is that via muscle testing we are sometimes getting indications from our unconscious, autonomic body functions, though these may also relate to emotions, and sometimes we access the Subconscious- that part or our own consciousness that is not part of our waking awareness- our dream life. Reading In Jung’s, Memories, Dreams, Reflections, he says that if you want to understand your subconscious, your dreams, you cannot consider them literally, as the language of dreams is Metaphorical. There is deep meaning within your subconscious, and you can expand your waking awareness of it by working with Metaphors.

“TREATING PROBLEMS IS PROBLEMATIC”

Metaphor means Transformation [Karada No Fushigi]

I learned the phrase Karada no Fushigi from the TFH instructors in Japan. It means [Respect for] The Mystery of the Body. We accept the mystery of how the body transforms energy into form and allows all the cells to cooperate as one self-aware BEING. Yet we can use muscle testing to better appreciate and develop awareness of the many dimensions of our being.

Movement is healing. The movements of TFH activate energy flow and neurological integration. We can expand on this by bringing another metaphorical dimension to our awareness of the physical movements of the tests. Considering them as gestures, or expressive movements we can “listen” to the body. I have heard the manual muscle test described as an Ideo-Motor Response, or (as Maurizio Piva describes it) an auto-hypnotic exercise for becoming more consciously aware of what’s happening in the body. Years ago at a conference in England there was a presentation on muscle testing as “Body Listening” by Antony Attenborough. We can observe our movements and just notice how it feels and what ideas come into our minds based on sensation, body attitude/position. The functional movement, or gesture suggested by the movement can have a message for us. Our TFH Faculty from Japan, Kenichi Ishimaru, tells us via Zen Kinesiology, that each muscle test is an opportunity for mini-enlightenment. Each test, and the meanings that we

MATTHEW THIE

METAPHORS OF TOUCH FOR HEALTH (TFH) AND LIFE

LAS METÁFORAS DE TOQUE PARA LA SALUD (TPS) Y LA VIDA

**“EL ENFOQUE CEN-
TRADO EN LA PER-
SONA ES TAL VEZ
EL ELEMENTO MÁS
PODEROSO DE SER
PRESERVADO Y RES-
PETADO EN TODOS
LOS ASPECTOS DE
LA OBRA”**

literalmente, dado que el lenguaje de los sueños es metafórica. Hay un profundo significado dentro de la subconsciente, y se puede expandir la conciencia de vigilia mediante el trabajo con metáforas.

associate with it, can serve as a “Zen Koan” which uses language to reach understanding beyond language and can lead to lightening flashes of insight.

The word Metaphor can also be interpreted to mean Change (as in the 5 changes of the

Elements), new meaning, and Transformation. Awareness and new perspective influences and moves energy at the quantum level (the observer effect), contributing to the overall balance and function, resulting in spontaneous transformation at physical/structural, mental/emotional, biochemical/physiological and spiritual levels.

This will make balancing more profound as well as more effective, but the true power is in expanding our self-awareness and vision for our positive goals and our choices that will contribute to health, balance and enjoyment of life! For me the most powerful aspect of the multi-factorial process of TFH Energy Balancing (and developing mind/body awareness), is that whole-being awareness that spontaneously leads to greater flow of energy/information, in our body/mind, greater balance, centeredness, and integration for a more effortless, energized, creative approach to health and life, envisioning, enriching and creating the life in which we will thrive, with deep meaning and satisfaction.

Metáfora significa transformación [Karada No Fushigi]

Aprendí la frase Karada no Fushigi de los instructores de TPS en Japón. Significa [Respeto al] Misterio del Cuerpo. Aceptamos el misterio de cómo en el cuerpo se transforma la energía en forma concreta, y permite que todas las células cooperan como un SER auto-consciente. Sin embargo, podemos utilizar la prueba muscular para apreciar mejor y desarrollar la conciencia de las múltiples dimensiones de nuestro ser.

El movimiento del cuerpo sana al cuerpo. Los movimientos de TPS activan el flujo de energía y la integración neurológica. Podemos ampliar esto agregando una nueva dimensión metafórica a la conciencia de los movimientos físicos de los diferentes test musculares. Podemos contemplándolos como gestos o movimientos expresivos, podemos “escuchar” al cuerpo. Una descripción de la prueba muscular puede ser “una respuesta Ideo-Motora”, o, como Maurizio Piva lo describe, un ejercicio de auto-hipnosis para volverse más consciente de lo que está sucediendo en el cuerpo/subconsciente. Hace años, en una conferencia en Inglaterra, hubo una presentación sobre el test muscular como “Escucha Corporal” por Antony Attenborough.

Podemos observar nuestros movimientos y simplemente notar cómo se siente y que ideas vienen a la mente, basado en la sensación, en la actitud y la posición corporal. El movimiento funcional, o un gesto sugerido por el movimiento, puede tener un mensaje para nosotros. Kenichi Ishimaru, miembro de IKC Faculty para Japón, nos dice a través de Zen - Kinesiology, que cada prueba/test muscular es una oportunidad para una mini-iluminación. Cada prueba, cada test, y los significados asociados, pueden servir como un “Koan Zen”, que utiliza el lenguaje para lograr la comprensión más allá del lenguaje y puede inspirar destellos y relámpagos de perspicacia. La palabra metáfora también puede ser interpretada en el sentido de cambio, nuevo significado, y transformación. Igual que los 5 elementos se pueden interpretar como las 5 transformaciones. La nueva perspectiva y la conciencia

**“THE PERSON-CEN-
TERED APPROACH
IS PERHAPS THE
MOST POWERFUL
ELEMENT TO BE
PRESERVED AND
RESPECTED IN EVE-
RY ASPECT OF THE
WOR”**

influyen y mueven la energía a nivel cuántico, efecto del observador, contribuyendo al equilibrio general y a la función, lo que resulta en una transformación espontánea en los niveles físico/ estructural, mental/emocional, bioquímicos/fisiológicos y espirituales.

Esto hará que la equilibración sea más profundo y más eficaz, pero el verdadero poder está en la expansión de nuestra conciencia de nosotros mismos y en la visión de nuestros objetivos y nuestras decisiones positivas que contribuyan a la salud, el equilibrio y el disfrute de la vida!

Para mí, el aspecto más poderoso del proceso multi-factorial de la equilibración energética de TPS (y el desarrollo de la mente/conciencia corporal), es que esa conciencia del SER TOTAL, de forma espontánea conduce a un mayor flujo de energía/información en nuestro cuerpo/mente, a un mayor equilibrio, a un centrarse natural, a una integración dinámica, que crea un enfoque energizado y creativo para la salud y la vida, imaginando, enriqueciendo y dando cuerpo a la vida en la que prosperemos con un profundo significado y satisfacción.



web: www.touch4health.com
em@il: thie@touch4health.com
California
USA

SPEAKER

Matthew Thie, M.Ed.; www.touch4health.com

IKC Director Public Relations (2009-2013) & Research (2006-present)

Board Member, IKC Touch for Health School (2011-2013)

B.A, Literature , UC Berkeley, 1988, M.Ed., UCLA in 1990

TFH Instructor since 1980, TFH Instructor Trainer/Faculty (2003),

Brain Gym Int'l Board, (2010-2012).

As the son of Dr. John & Carrie Thie, Matthew grew up with Touch for Health (TFH) and Effective Communication skills as part of his everyday family system. From 1996-2005 Matthew worked extensively with TFH Founder , John F. Thie, DC. Co-authoring the TFH Pocketbook with Chinese 5 Element Metaphors (2003), and Touch for Health: The Complete Edition, (2005). Matthew has taught the TFH Metaphors Workshop to over 1000 students worldwide, making TFH balancing more profound, effective, lasting, and meaningful; helping people to enjoy their own unique lives.

Matthew continues teaching the TFH Clinical Intensive Workshops that John developed at Serra Retreat in Malibu, California, in addition to teaching the TFH synthesis, Proficiency, and the advanced TFH Training (Instructor Qualification).

PONENTE

Matthew Thie, M.Ed.; www.touch4health.com

IKC Director Public Relations (2009-2013) & Research (2006-present)

Board Member, IKC Touch for Health School (2011-2013)

B.A, Literature , UC Berkeley, 1988, M.Ed., UCLA in 1990

TFH Instructor since 1980, TFH Instructor Trainer/Faculty (2003), Brain Gym Int'l Board, (2010-2012),

Como hijo del Dr. John Thie y Carrie, Matthew creció con Touch for Health (TPS) y habilidades de comunicación eficaz como parte de su sistema familiar cotidiano. Desde 1996-2005 Mateo trabajó extensamente con el fundador de TPS, John F. Thie, DC. Co-autor del libro de bolsillo con Metáforas Para la Salud y la Vida (2003) , y Toque para la Salud: La Edición Completa, (2005). Matthew ha enseñado el Taller de Metáforas a más de 1000 estudiantes de todo el mundo, haciendo que la equilibración TPS sea más profunda, eficaz, duradera y significativa, ayudando a la gente a disfrutar de sus propias vidas.

Mateo sigue enseñando los Talleres "TFH Clinic Intensive" que John desarrollaba en Serra Retreat en Malibú, California, además de enseñar todos los seminarios de TPS, el "Proficiency", y la Formación como instructores.

Relación de instructores y formadores

Los instructores relacionados se encuentran autorizados y actualizados por la escuela o método reflejado y han autorizado expresamente hacer pública su condición.

Toque para la salud - Touch for Health

Abad Torregrosa, Lidia
Abollado Santamarina, Josefa
Arnal Arnal, Elisa
Arroyo Gómez, Lorenzo
Azañón Donoso, M. del Prado
Bellver Morales, Eva
Bernal Rodrigo, M^a Pilar
Bravo Navarro, Cristina
Buendía Noguera, Marino
Cazalis Zulaica, Veronica
Claveria Quintillà, Vicenç
Espinosa Vergara, Arend
Esteve Boix, Asunción
Esteve Tomás, Blanca
Ferruz Gómez, Miguel Ángel
García Bajo, Araceli
Gascó i Ventura, Jordi
Gasull Magrí, Pilar
Gómez Moreno, Juan Manuel
Guerra Marín, M^a Inmaculada
Hernández Gutiérrez, Belén
Lava Mares, Olga
López Martínez, Pablo Jesús
Martínez Gimeno, Ángeles
Miñambres Martín, Miren
Monge Hijarrubia, Juan Carlos
Montesinos Martínez, Carmelo
Morrall Castán, Elvira
Navarro Pellicer, Monica
Nieto Nieto, M^a Carmen
Palomino Platas, Juan José Felipe
Pérez del Canto, Mari Carmen
Rius Ustrell, Jaume
Roldós Bonamusa, Nati
Ruiz García, Antoni
Sánchez Bueno, Nuria
Simeón Roig, Francesca
Vila Siurana, Jordi
Waliño Nieves, M^a José
Xena Marsol, Àngels

KINERGETICS

Abad Torregrosa, Lidia
Esteve Boix, Asunción
López Martínez, Pablo Jesús
Monge Hijarrubia, Juan Carlos
Montesinos Martínez, Carmelo
Simeón Roig, Francesca

Brain Gym - Kineisología educativa

Abad Torregrosa, Lidia
Abollado Santamarina, Josefa
Arnal Arnal, Elisa
Auba Pons, Magda
Azañón Donoso, M. del Prado
Bellver Morales, Eva
Bernal Rodrigo, M^a Pilar
Elsner, Werner
García Bautista, Cristina
Lozano Fenollar, Victoria
Martí Charlo, Xavier
Montesinos Martínez, Carmelo
Pla Viña, Laura
Rius Ustrell, Jaume
Simeón Roig, Francesca
Viade Freixes, Marta
Xena Marsol, Àngels

Kinesiología del comportamiento y las relaciones humanas

Abollado Santamarina, Josefa
Guerra Marín, M^a Inmaculada
Hernández Gutiérrez, Belén
Monge Hijarrubia, Juan Carlos
Morrall Castán, Elvira
Nieto Nieto, M^a Carmen
Palomino Platas, Juan José Felipe
Simeón Roig, Francesca

KINESIOLOGÍA PSICOENERGÉTICA

Abad Torregrosa, Lidia
Abollado Santamarina, Josefa
Arnal Arnal, Elisa
Bravo Navarro, Cristina
Buendía Noguera, Marino
Claveria Quintillà, Vicenç
Esteve Boix, Asunción
Esteve Tomás, Blanca
Gascó i Ventura, Jordi
Gómez Moreno, Juan Manuel
Guerra Marín, M^a Inmaculada
Hernández Gutiérrez, Belén
López Martínez, Pablo Jesús
Monge Hijarrubia, Juan Carlos
Montesinos Martínez, Carmelo
Nieto Nieto, M^a Carmen
Palomino Platas, Juan José Felipe
Simeón Roig, Francesca
Xena Marsol, Àngels

LEAP

Monge Hijarrubia, Juan Carlos

Sueño, salud y juventud con melatonina

Los tiempos de sueño y vigilia son controlados por una hormona denominada melatonina. Una sustancia que se convierte en un elemento crucial ante trastornos como el insomnio o el jet lag.

La melatonina es una hormona que nuestro cuerpo produce y que tiene un papel destacado en la regulación del sueño. Además, se trata de una sustancia que participa en otras funciones del organismo, ya que es antioxidante y ayuda a combatir la acción de los radicales libres, causantes del envejecimiento, del deterioro de las células y del desarrollo de graves enfermedades degenerativas. La melatonina es segregada por una glándula denominada pineal, que se encuentra en el cerebro, y es producida a partir de otra sustancia, la serotonina (un neurotransmisor que actúa en el sistema nervioso central y que tiene un efecto inhibitor del enfado y de la agresión, e influye sobre el sueño, el humor, la sexualidad y el apetito).

EN LA OSCURIDAD

La glándula pineal, también conocida como epífisis, forma parte del hipotálamo y controla los ritmos circadianos; es decir, regula los ciclos de sueño y vigilia. Para poder realizar esta función se sirve de la secreción de melatonina. La melatonina se produce respondiendo a factores como la edad (la producción de esta hormona disminuye con el paso de los años), el estrés, la estación del año o la temperatura. No obstante, el principal factor desencadenante



de su secreción es la oscuridad, y, de este modo, el organismo sabe cuándo inducir el sueño, actuando como una especie de reloj interno. La máxima concentración de esta hormona se da entre la una y las cinco de la madrugada, que es cuando el sueño es más profundo. Por otro lado, la epífisis también la segrega después de comer, lo que explicaría por qué tenemos sueño tras la ingesta de alimentos.

Además de regular el sueño, la melatonina determina el inicio de la pubertad.

SU ACCIÓN, ESENCIAL

La melatonina es una hormona crucial para el organismo. Principalmente por su papel determinante a la hora de regular el sueño, pero también por cumplir con otros propósitos, como frenar la degeneración de las células.

Poder antioxidante. La melatonina es un potente antioxidante, y su disminución a lo largo del tiempo está ligada al envejecimiento natural. Al neutralizar los radicales libres y estimular las enzimas antioxidantes endógenas, retrasa los signos del envejecimiento y supone un plus de salud, ya que frena la aparición de enfermedades degenerativas.

Trastornos del sueño. Esta hormona tiene un impacto especial sobre las condiciones del sueño, puesto que se encarga de generar la alternancia entre éste y el estado de vigilia. Así, trastornos

como el insomnio o el jet lag estarían íntimamente relacionados con la melatonina, y el tratamiento de los mismos podría requerir la toma de suplementos a base de

otros medicamentos. Esta hormona influye en la muerte celular de las células cancerígenas (apoptosis). No obstante, existe la contrariedad de que la melato-

La melatonina actúa sobre los tiempos de sueño y vigilia. Se produce en la oscuridad y alcanza el máximo nivel de concentración entre la una y las cinco de la mañana

esta sustancia. Y es que, en muchos casos, la falta de melatonina es la causante de los trastornos del sueño que ocurren durante la vejez, asociados a los bajos niveles hormonales. Del mismo modo, al producirse con la oscuridad, cuando realizamos un largo viaje en avión (enlazando demasadas horas de sol), también puede disminuir la concentración de esta hormona en el organismo.

Lucha contra el cáncer. En los tratamientos contra el cáncer se emplea la melatonina, tanto por separado como en conjunto, con

nina, en grandes dosis, tiene un efecto cancerígeno.

Otras patologías. La melatonina también puede ser útil en el tratamiento del Alzheimer, ya que se producen alteraciones del sueño y, en ocasiones, problemas de agresividad (síntomas que algunos expertos relacionan con la falta de melatonina). Además, forma parte de algunos tratamientos para afecciones como los zumbidos del oído, la depresión, la fatiga crónica, la menopausia, la fibromialgia o la osteoporosis. ■

S. Ruiz

Suplemento de melatonina

Cuando los niveles de melatonina son insuficientes en el organismo, se producen una serie de desórdenes que pueden combatirse mediante el uso de suplementos hormonales. En las farmacias se venden en formato de pastillas. Aun así, es indispensable consultar antes al médico acerca de su uso y de los efectos secundarios que puedan tener en cada caso particular.

- **Insomnio:** En muchas ocasiones, la falta de sueño puede estar estrechamente ligada a la falta de melatonina. Los suplementos de melatonina sirven como refuerzo y hacen la función de la hormona que debería existir de manera natural.
- **Antienvejecimiento:** Gracias a su poder antioxidante, la melatonina es empleada también en tratamientos estéticos, para mejorar el estado de la piel.

Ser SOCIO, ¿por qué?

La Asociación es un medio de unión para todas aquellas personas que trabajan con la Kinesiología o para quienes disfrutan de la Kinesiología como sistema de crecimiento personal válido.

- Los socios reciben de forma periódica el Boletín completo de la Asociación, manteniéndoles informados sobre todo lo que se refiere a la Kinesiología y a temas relacionados con la profesión.

- La Asociación organiza eventos, como Congresos Internacionales de Kinesiología o las jornadas anuales en las cuales los socios tienen condiciones económicas ventajosas. En todos los Congresos Internacionales los socios tienen un precio reducido.

- Los socios también tienen la posibilidad de contratar un Seguro de Responsabilidad Civil por la actividad de la Kinesiología. Así como la posibilidad de contratar la póliza del seguro de defensa jurídica.

- Los socios reciben un carnet de identificación profesional que se actualiza cada dos años.

- Al estar asociado también te permite acceder a los servicios y representatividad de TENACAT Federación de Asociaciones de Profesionales de Terapias Naturales a la que pertenece nuestra Asociación.

- A los socios también se les facilita información fiscal y otra serie de servicios, ventajas y promociones.

- En última instancia, ser socio es un beneficio para todos y para la Kinesiología en España. La Asociación es el foro que nos permite estar en contacto y proyectarnos al exterior. Cuantos más seamos, más representativa será la Asociación y más se podrá lograr en beneficio de todos.

Para asociarse basta remitir cumplimentado el siguiente cupón, adjuntando su currículum y una foto tamaño carnet.

Cupón de	Marcar casilla en el concepto que corresponda	
inscripción	<input type="checkbox"/> Inscripción socio simpatizante y profesional inactivo	Cuota semestral 45 €
	<input type="checkbox"/> Inscripción socio estudiante.	Cuota anual 25 €
contratación de seguro	<input type="checkbox"/> Inscripción instructor registrado y profesional activo	Cuota semestral 60 €
	<input type="checkbox"/> Seguro de responsabilidad civil.	Cuota anual 100 €
cambio de datos	<input type="checkbox"/> Seguro de defensa jurídica.	Cuota anual 25 €
	<input type="checkbox"/> Domiciliación bancaria.	
	<input type="checkbox"/> Cambio de datos.	

Nombre Apellidos

DNI Teléfono / Fax / E-mail

Dirección

C.P. Población

Domiciliación bancaria Entidad Oficina

Código cuenta completo (20 dígitos)

Titular de la cuenta y DNI (si no es el mismo)

Por la presente les ruego que desde ahora y hasta nueva orden, procedan a cargar en mi cuenta corriente o libreta, los recibos que presente al cobro "Asociación de profesionales de kinesiología y TFH de España.", fruto de mi vinculación con la misma. Todo ello de conformidad con la ley 16/2009, aceptando los recibos de cuota periódica y aquellos puntuales que resulten procedentes.

Firma del titular de la cuenta:

Fecha:

Ponemos en su conocimiento que los datos que Usted nos entrega voluntariamente, serán introducidas en la Base de Datos general de administración de "Asociación de profesionales de kinesiología y TFH de España." denominada BDGAAPKIFHE, con número de inscripción 2083090336, fichero del cual el responsable es "Asociación de profesionales de kinesiología y TFH de España." con el fin de atender su solicitud y gestionar y administrar la cooperativa. En todo caso y en cualquier momento, Usted puede consultar, acceder, rectificar, cancelar o bien oponerse al tratamiento que damos a sus datos dirigiéndose a nuestras oficinas situadas en la Calle Onze de Setembre, 9-11, passatge, de Montmeló, Barcelona, donde le facilitarán los impresos oficiales oportunos y adecuados a su pretensión.

este otoño



COMPOSOR 8
echina complex
fortalece tus defensas
y las de los tuyos

con la garantía de


SoriaNatural[®]

las plantas de los expertos en plantas

www.sorianatural.es

... y síguenos en  