



# Tiefergehende Erklärungen zum Körperpendel:

Das Körperpendel in der History Clearing Coachingmethode für Selbsttests.

Woher kommt der Test und warum wirkt er so schnell und gut?  
Der Test kommt aus der asiatischen Welt, wo Ärzte Medikamente und Heilmittel mit dem kinesiologischen Test austesten. Hier wird typischerweise über den Muskel- oder Armlängentest gearbeitet. Für den Selbsttest ist das Körperpendel ideal geeignet, da dieser nicht beeinflusst werden kann.

Warum nicht?

Wenn wir mit dem ersten Testimpuls gehen, wird dieser ausgelöst aus dem Hirnstamm, auch genannt Reptilienhirn. Das ist der älteste und tiefstliegende Teil unseres Gehirns, der auch unsere lebenswichtigsten Bereiche wie Atmung und Herzschlag steuert. Befragen wir durch das Körperpendel diesen Teil des Hirns, der mit 100 Herz getacktet ist, bekommen wir direkt einen Körperreflex. Das heißt wir spüren den Reflex sofort und diese Antwort ist schneller als wir denken können. Daher lässt sich dieser Test nicht austricksen.

Wie geht der Körperpendel-Eichungstext:

**Ich ordne an:**

**Wenn es mich stärkt und entspannt, pendle ich nach vorne.**

**Wenn es mich schwächt und stresst, pendle ich nach hinten.**

**Körper gib mir ein eindeutiges Signal.**

Dieser Test wird verwendet, wenn wir nur ein Wort oder eine Situation oder eine Beziehung austesten möchte. Es geht hier immer um den ersten Impuls.



## Körperpendel bei Ja und Nein Fragen:

Eichung: Bei JA pendle ich nach vorne. Bei NEIN nach hinten.

Jetzt gilt es, Fragen zu stellen wie z.B. *“Bin ich ein Mann?”*

*“Vertrage ich dieses Essen gut?” “Ist dies der optimale Job/Wohnung/Material/Zeitpunkt?” “Soll ich zu diesem Preis kaufen?”*

Was tun, wenn das Körperpendel nicht gleich funktioniert?

- Von links nach rechts und rechts nach links, üben den Kopf streichen und symbolisch die beiden Gehirnhälften miteinander verbinden.
  - Die Hände nach vorne strecken, mit den Handflächen gegeneinander zeigend, dann Arme überkreuzen, sodass die Handrücken sich gegenüber sind, dann in verschränkter Armhaltung die Hände umdrehen und Hände falten. Die Hände dann etwas nach unten geben und von unten nach oben Richtung Gesicht bis zur Nase drehen.
- Voilà, so sind die beiden Körper- und Gehirnhälften automatisch aktiviert und verbunden worden. Jetzt neu mit dem Eichungstext beginnen.
- Statt der Händefaltungs-Übung wirkt auch, das rechte Ellenbogengelenk auf das linke Knie zu legen und das linke Ellenbogengelenk auf das rechte Knie zu legen. Hier wird dasselbe Aktivierungsprogramm gestartet.
  - Ein großes Glas Wasser zu trinken, hilft für die Leitfähigkeit der Körperimpulse.



- Den Satz zu sagen: „Hiermit erlaube ich mir zu fühlen“, „Hiermit erlaube ich, dass mein Körper Reaktionen zeigt“, „Hiermit erlaube ich mir dass das Körperpendel funktioniert.“
- Eine Umkehrformelkarte (=Auflösung) zu tragen am Körper oder in der Hosentasche, visitenkartengroß: .-(1) Selbstsabotage
- Oder die Karte Selbstsabotage mit Wasseraktivierung verwenden: 2 bis 3 Mal am Tag ein Glas Wasser für 5 Sekunden auf diese Karte stellen und trinken. In dieser Karte sind homöopathische Mittel in dieses Farbmandala verwandelt, um die Selbstsabotage aufzulösen. Diese Karten sind entwickelt von Ruedi Kern. Mehr Infos unter:  
<https://www.kerngesund.ch/shop/mandala-kartenset/>

