

Réal Choinière

Gründer der Psycho-Kinesiologie

Buchautor

- Die Emotionen und der Körper
- La formation de l'athlète intérieur (nur in Französisch)

Réal Choinière wurde 1932 in Granby, Québec geboren und ist im Sommer 2015 von uns gegangen. Nachdem er das Doktorat in Chiropraktik abgeschlossen hatte, folgten Ausbildungen in Akupunktur, Osteopathie, Homöopathie und diverse Ansätze der Psychotherapie. Er studierte und praktizierte angewandte Kinesiologie und entwickelte eine Methode, die er Psycho-Kinesiologie nennt. Als unermüdlicher Forscher stellte er die modernen Techniken der Medizin immer wieder in Frage und stellt die ganzheitliche Heilung des Menschen in den Mittelpunkt.

Initiateur de la psycho-kinésiologie

Auteur des livres

- Les émotions et le corps
- La formation de l'athlète intérieur

Monsieur Réal Choinière est né à Granby, Québec, en 1932 et nous a quittés en 2015. A la suite de son doctorat en chiropraxie, il poursuit sa formation en acupuncture, ostéopathie, homéopathie et diverses approches de psycho-thérapie. Il étudie et pratique la kinésiologie appliquée pour développer une méthode qu'il nomme la psycho-kinésiologie. Chercheur infatigable, il remet constamment en question les techniques modernes au service de la guérison de l'être humain.

Wer bin ich?

Nach der Schulzeit und der Berufsbildung bin ich von Murten weggezogen, dieser kleinen Stadt, die mir am Herzen liegt. Heute lebe ich mit meinem Mann in Chénens.

Die Psycho-Kinesiologie habe ich 2002 kennengelernt. Nach einem Einführungswochenende war ich von der Methode überzeugt und habe mich in Psycho-Kinesiologie und Biographie-Arbeit aus- und weitergebildet.

Diese Werkzeuge haben mich gelehrt, meine emotionalen Verletzungen zu heilen, meinen Lebensweg besser zu verstehen und die Gegenwart gelassener zu leben. Diese Lebensphilosophie ist mir hilfreich in allen Bereichen meines Lebens.

Seit mehreren Jahren coache und unterrichte ich diese Methode. Ich begleite Kinder und Erwachsene und bin immer wieder fasziniert von den positiven Auswirkungen.

Kontaktieren Sie mich für weitere Informationen oder ein erstes Gespräch.

Qui suis-je?

Après les années scolaires et de formation professionnelle, j'ai quitté Morat, cette petite ville qui me tient toujours à cœur. Aujourd'hui, je vis avec mon mari à Chénens.

J'ai découvert la psycho-kinésiologie en 2002. Après un weekend d'introduction, j'étais convaincue de cette méthode et je me suis formée pendant plusieurs années en psycho-kinésiologie et en Biographie humaine.

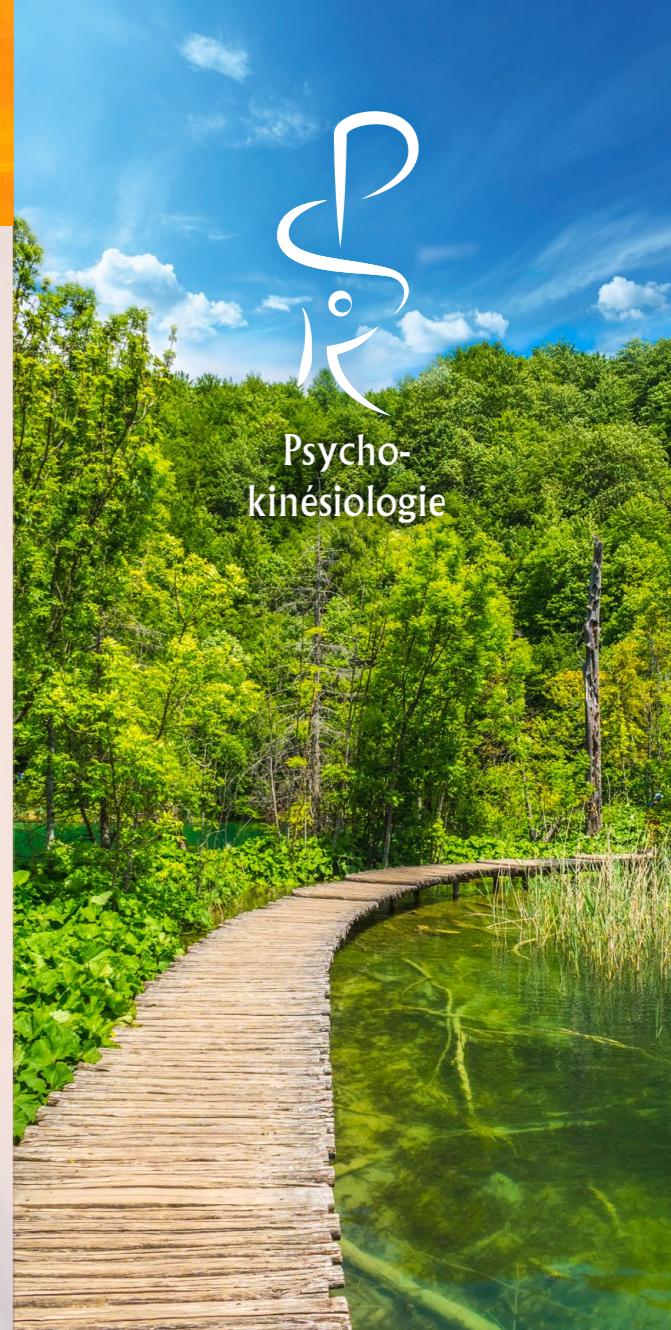
Ces outils me permettent de guérir mes blessures émotionnelles, de mieux comprendre mon vécu et de vivre mon présent sereinement. Cet art de vie m'est utile dans toutes mes activités.

Depuis plusieurs années je consulte et enseigne cette méthode. Je suis fascinée de voir son impact sur les enfants et les adultes que j'accompagne.

Contactez-moi pour tout renseignement ou un premier entretien.



Psycho-
kinésiologie



Chemin des Carroux 24, 1744 Chénens
Fri Up Coaching, Freiburgstrasse 25, 3280 Murten

079 298 57 02
info@psycho-kine.ch
www.psycho-kine.ch

Corina Niederberger
Biographie & Life Coach

Die Emotionen und der Körper



Begegnung mit dem inneren Athleten

Die Psycho-Kinesiologie ist eine Heilmethode für jede Frau und jeden Mann, auch für Kinder. Vor allem ist sie eine Lebensphilosophie, eine andere Sichtweise.

«Alle körperlichen Leiden und Verhaltensschwierigkeiten sind emotionaler Herkunft.» Das ist die Überzeugung von Réal Choinière, Gründer der Psycho-Kinesiologie. Einer seiner Schlüsselelemente lautet:

«Alles beginnt mit einem Gedanken».

In der Tat, unsere Gedanken beeinflussen unsere Gefühle. Dem entsprechend fühlen, agieren oder reagieren wir. Wir Menschen sind ein Ganzes: Gedanke, Emotion und Körper.

Durch Beobachtung, können wir lernen bewusster zu denken und wahrzunehmen, was sich in unseren Gefühlen und im Körper abspielt.

Mit dem Muskeltest können gelebte Emotionen und negative Überzeugungen aufgezeigt werden und er lässt uns das «Warum» unserer Schwierigkeiten und festgefahrenen Muster erkennen.

Dies allein genügt nicht. Wir lernen, «wie» wir zu uns Sorge tragen können. Die Psycho-Kinesiologie lehrt uns, das Erlebte mit Herzenswärme, der wesentlichen Kraft der Selbstheilung anzunehmen.

Schlussendlich lehrt sie uns die Selbstverwandlung, das zentrale Anliegen der Psycho-Kinesiologie, das bekannte «Erkenne dich selbst». Sie macht uns aufmerksam auf unsere Fähigkeiten, die wir bereits in uns tragen und wie wir sie trainieren können, damit wir auf dem Herzensweg vorankommen und zur Selbständigkeit gelangen.

Es geht darum, unsere Wunden der Vergangenheit zu verstehen und zu verwandeln, um unsere Gegenwart gelassener zu leben und unsere Zukunft vorzubereiten.

Ich nehme mein Leben in die Hand!

Les émotions et le corps



Rencontre avec l'athlète intérieur

La psycho-kinésiologie est une méthode à la portée de toutes et tous, aussi des enfants, mais elle est surtout un art de vivre, un autre regard.

«Tous maux physiques ou difficultés de comportement sont d'origine émotionnelle.» C'est la conviction de Réal Choinière, initiateur de la psycho-kinésiologie. Une des phrases clef est:

«Tout part d'une pensée».

En effet, lorsque je pense, il y a une conséquence sur mon ressenti : d'abord je ressens, puis j'agis ou je réagis. N'oublions pas que nous sommes un tout : pensée, émotion, corps.

Par l'observation, nous apprenons à penser un peu plus consciemment puis à regarder ce qui se passe au niveau de notre ressenti et de notre corps physique.

A l'aide du test musculaire, nous allons découvrir nos émotions et nos croyances (pensées négatives), liées à notre vécu.

Cet outil permet de nommer le «pourquoi» de nos difficultés et de leur répétition.

La psycho-kinésiologie nous apprend le «comment» en prendre soin. Elle nous donne des connaissances et nous aide à accueillir ce qui se vit, avec tendresse, substance d'auto-guérison.

Enfin, la psycho-kinésiologie nous amène l'auto-transformation, le noyau central, le célèbre «connais-toi toi-même».

Elle nous fait prendre conscience des facultés que nous avons déjà en nous et nous apprend comment les entraîner pour aller vers l'autonomie, ce chemin du cœur.

Comprendre et transformer nos blessures du passé pour mieux vivre notre présent et préparer notre avenir.

Je prends ma vie en main!

Alles beginnt mit einem Gedanken...
Tout part d'une pensée...

