

Stephan Gabriel

RÜCKEN- PROBLEME ERFOLGREICH LÖSEN!

Die Rückenheld® Methode

Rückenheld®

INHALT

Vorwort	5
1. PERSÖNLICHE GESCHICHTE	
1.1 Werdegang	13
1.2 Rücken OP = Ultima Ratio	17
1.3 Wer heilt, hat recht!	20
2. MEINE HEILARBEIT	
2.1 Weniger ich, mehr Sie!	29
2.2 Hilfe holen, wo die Ergebnisse stimmen	31
2.3 Die Ursache hinter vielen Rückenproblemen	35
2.4 Der »Schiefe Turm von Pisa«	39
3. MEINE BEHANDLUNGS-METHODE	
3.1 Das Wirkprinzip hinter der Rückenheld® Methode	49
3.2 Wie läuft die Behandlung ab?	54
3.3 Was bewirkt meine Behandlung	57
3.4 Wo kann ich nur eingeschränkt / nicht helfen?	60
3.5 Was können Sie langfristig erwarten?	62
3.6 Wissenschaftliche Hybris	64
4. GRUNDLEGENDES	
4.1 Seriöses heilen	71
4.2 Chirurgische Eingriffe - OP im Rücken	73
4.3 Unser krankes (Gesundheits-) System	79
5. RÜCKEN-KRANKHEITEN	
5.1 Allgemeine Rücken- und Kreuzschmerzen	91
5.2 Bandscheibenvorfall	95
5.3 Hexenschuss	99

5.4	Ischias-Schmerzen	102
5.5	Wirbelsäulenverkrümmung (Skoliose)	106
5.6	Morbus Scheuermann	110
5.7	Kyphose	114
5.8	Wirbelsäulen-Entzündung (Morbus Bechterew)	117
5.9	Chronische Nackenverspannung	120
5.10	Temporäre Nackenverspannung	124
5.11	Chronische Schulterverspannung	128
5.12	Frozen Shoulder	131
5.13	Wirbelkanalverengung (Spinalkanalstenose)	134
5.14	Wirbelgelenk-Arthrose	137
5.15	Gleitwirbel	140
5.16	Schleudertrauma	142
5.17	Aufgelöste Bandscheiben (Reibung Knochen auf Knochen)	145
6. UNSER KÖRPER – EINE MASCHINE		
6.1	Nerven = Kabel	149
6.2	Gehirn = Festplatte	151
6.3	Bandscheiben = Stoßdämpfer	154
6.4	Blut = Öl	157
6.5	Sauerstoff = Kraftstoff	160
7. WIRBELSÄULE ERKLÄRT		
7.1	Nervliche Verbindungen und Symptome	167
7.2	Halswirbelsäule (HWS)	176
7.3	Brustwirbelsäule (BWS)	178
7.4	Lendenwirbelsäule (LWS)	181
8. RÜCKENAUFBAU		
8.1	Rückenmuskulatur	185
8.2	Schulter erklärt	190
8.3	Becken erklärt	193
9. SCHMERZEN		
9.1	Ursachenebene vs. Symptomebene	199
9.2	Symptom-Schmerzen vs. Heilungsschmerzen	203

10. NERVEN UND FASZIEN	
10.1 Verletzungen, Reizungen und Regeneration von Nervenbahnen	209
10.2 Nervliche Fehlleitungen	213
10.3 Nervenreizungen	219
10.4 Nervenschmerzen lindern durch Entgiftung	221
10.5 Nerven optimal regenerieren	224
11. SCHLAFEN	
11.1 Schlafphasen	229
11.2 Die Ursache vieler Schlafprobleme	235
11.3 Matratze und Kissen	239
11.4 Aufbiss-Schiene	242
11.5 Die Zirbe - Der „Entspannungsbaum“	246
12. (RÜCKEN-) GESUNDHEIT FÖRDERN	
12.1 Geeigneter Sport	251
12.2 Trampolin	253
12.3 Ergonomie	259
12.4 Akupressurmatte	262
12.5 Orthopädische Schuheinlagen	264
12.5 Wasser	267
13. Medikamente	277
14. Schwedenkräuter	281
15. Rückenheld® - Das Elixier	287
16. Die Rückenheld® PEMF Infrarot Kristallmatte	297
17. Schlusswort	303
18. Danke	307
Notizen & Eigene Gedanken	309

VORWORT

“ *„Um Rückenprobleme zu lösen, müssen die Ursachen erfolgreich behandelt werden!“*

Stephan Gabriel

Vielleicht kennen Sie dieses Gefühl: Seit Monaten oder Jahren mit Verspannungen, stechenden Schmerzen oder gereizten Nerven zu leben. Vieles ausprobiert zu haben, und dennoch Momente zu durchleben, in denen Sie sich fragen, wann endlich wieder Schmerzfreiheit und Leichtigkeit zur Normalität werden und ob dies überhaupt möglich ist.

Der Anlass, warum ich dieses Buch geschrieben habe, sind nämlich genau Sie, die es gerade vor sich haben und in den Händen halten. Sie und all jene Menschen da draußen, die sich mit einer der vielen Varianten der Volkskrankheit „Rücken“ herumschlagen. Menschen, die bereits unzählige Wege gegangen sind - von orthopädischen Behandlungen über chiropraktische und osteopathische Ansätze bis hin zur Physiotherapie - und trotz aller Ansätze langfristig weiterhin mit den selben Beschwerden konfrontiert sind. In unserem Gesundheitssystem wird bei „Rücken“ gerne auf bekannte Behandlungswege und Therapiearten gesetzt. Doch was bewirken diese? **Welche Ergebnisse werden erzielt? Können wir damit zufrieden sein?**

Oder ist es an der Zeit, die Zusammenhänge im Organismus zu fokussieren, logisch zu ordnen, richtig zu interpretieren und den **Erfolg der Behandlung als Maßstab in den Mittelpunkt zu stellen?**

Die wertvollen Informationen in diesem Buch haben das Potenzial, Ihre Rückenprobleme, Verspannungen oder Nervenschmerzen stark zu lindern oder sogar zu heilen. Wenn Sie dieses Buch lesen und die Inhalte umsetzen, begeben Sie sich auf Ihre persönliche „Heilungsreise“. Wenn Nerven über einen längeren Zeitraum chronisch gereizt waren, brauchen die Heilungsprozesse Zeit. Wir begünstigen konsequent den bestmöglichen und dauerhaften Erfolg. Das Resultat ist in den allermeisten Fällen großartig: Verspannungen, Schon- und Fehlhaltungen lösen sich, wodurch sich langfristig die Nervenschmerzen minimieren. Bewegungsabläufe funktionieren wieder freier und leichter. Insgesamt kann sich Ihre Lebensqualität enorm verbessern.

Um diese Resultate erzielen zu können, fokussieren wir uns ausschließlich auf echte Lösungswege!

Sie werden verstehen, warum viele Rückenprobleme ohne grundlegende Maßnahmen den Körper nicht dauerhaft verlassen können. Wenn man bei Behandlungen und Therapien aber immer wieder den gleichen, erfolglosen Weg beschreitet, wird sich logischerweise kein zufriedenstellendes Resultat einstellen.

Was muss also zuerst geschehen, um ein positives Ergebnis zu erzielen?

Schonhaltungen führen häufig zu (muskulärem) Druck auf Nervenbahnen. Dieser Druck führt zu Schmerzen. Die Ursache dafür liegt häufig im Schiefstand des Beckens, was über das Iliosakralgelenk die Wirbelsäule lagert und unser Fundament im Körper ist.

Wenn wir die Zusammenhänge verstehen, wird vieles klarer — und neue Perspektiven öffnen sich.

Ich führe Sie verständlich und nachvollziehbar durch diese Zusammenhänge und stelle Ihnen die Methode und geeignete Hilfsmittel vor, die Ihren Rücken dauerhaft heilen können. Mit diesem Wissen können Sie beginnen, Ihren Körper neu zu sehen - und zu spüren, wie Veränderung möglich wird. Nicht von heute auf morgen, aber wirksam und kontinuierlich. Lassen Sie uns diesen Weg gemeinsam starten!

Ich wünsche Ihnen inspirierende, erkenntnisreiche Stunden und viel Freude mit diesem Buch. Ihr Rücken wird es Ihnen danken!

Herzlichst

Ihr



1. PERSÖNLICHE GESCHICHTE

„Wieso kann das mein Arzt nicht?“

„Warum funktioniert Ihre Methode so gut?“

„Haben Sie diese Gabe oder kann man das lernen?“

Diese Fragen höre ich häufig - und sie sind verständlich. Wer lange Schmerzen hatte und auf neue Weise Entlastung erlebt, möchte wissen, warum etwas plötzlich so effektiv wirkt, wo vieles andere zuvor nicht den gewünschten Erfolg gebracht hat.

Dabei ist mir eines wichtig: Es gibt hervorragende Ärzte, Therapeuten und Behandler in den unterschiedlichsten Bereichen.

Und gleichzeitig gibt es Methoden, die noch nicht weit verbreitet sind oder in klassischen Ausbildungsgängen nicht integriert sind.

Mein Ziel ist es nicht, andere Behandlungsformen herabzusetzen. Viele Ansätze leisten wertvolle Unterstützung. Gleichzeitig zeigt die Erfahrung in meiner Praxis täglich, dass die meisten Rückenbeschwerden sich erst dann nachhaltig verbessern, wenn die tatsächlichen Ursachen erfolgreich behandelt werden.

Die **Rückenheld® Methode** transformiert den Stand des Beckens, der Schulterblätter und der Wirbelsäule selbst dorthin, wo andere Verfahren meist an ihre Grenze stoßen. Dadurch entstehen Ergebnisse, die eine dauerhafte und echte Veränderung bewirken.



Die Praxis Rückenheld® im Schloss Garath in Düsseldorf

1.2 RÜCKEN OP = ULTIMA RATIO

Eine Bandscheiben-OP wollte ich also um jeden Preis vermeiden.

Wie immer im Leben braucht der Mensch auch Glück. In meinem Fall war es aus heutiger Sicht eine schicksalhafte Fügung.

Denn als es um die Entscheidung für oder gegen eine Bandscheiben-Operation ging, trat ein heute guter Freund neu in mein Leben. Auch ihn lernte ich im Zusammenhang mit unserem Modelabel kennen, da er unsere Produkte mit Lasertechnik für prominente Kunden individualisierte. Wir verstanden uns beim ersten Kennenlernen direkt gut. Während der Lasergravuren redeten wir über meine Rückenprobleme, die durch meine Laufbewegung und meinen Körperstand offensichtlich waren. Mein Rücken steckte in massiven Schon- und Fehlhaltungen fest. Leichte und unbeschwerte Bewegungen waren somit auch zehn Monate nach meinem Bandscheibenvorfall in der Lendenwirbelsäule unmöglich.

Dieser neue Freund riet mir, schnellstmöglich eine Rücken-Heilerin aufzusuchen, die er durch die Arbeit seiner Mutter, einer Heilpraktikerin, kannte. Er erzählte mir, dass alle Patienten mit Rückenproblemen, die aus der Heilpraxis seiner Mutter zu dieser Rücken-Heilerin gegangen waren, ihre Rückenprobleme danach los waren oder eine deutliche Verbesserung erfahren hatten. Die

Rückenheilerin hatte sich auf die „energetische Wirbelsäulenauf-
richtung“ spezialisiert.

Bis zu diesem Zeitpunkt war mir diese Methode völlig unbekannt. Natürlich informierte ich mich darüber und stellte fest, dass diese Heilerin sehr bekannt und erfolgreich arbeitete. Zahlreiche Berichte und Erfahrungen anderer Menschen belegten das.

Auch wenn der Ansatz auf den ersten Blick ungewohnt und für mich nicht sofort greifbar war, entschied ich mich, offen zu bleiben und die Behandlung auszuprobieren. Diese damalige Entscheidung hat mein Leben völlig verändert!

Die Wirkung war beeindruckend - so eindrucksvoll, dass ich später begann, den Mechanismus hinter diesem Ergebnis verstehen zu wollen. Den Grundstock dieser Behandlungsmethode habe ich systematisch weiterentwickelt. Daraus ist schließlich meine eigene Behandlungsform (die **Rückenheld® Methode**) entstanden, die ich bei hunderten Patienten jährlich erfolgreich anwende.

Den Namen der damaligen Heilerin nenne ich bewusst nicht, aber ich bin ihr bis heute dankbar. Sie war der Ausgangspunkt einer Entwicklung, die dazu geführt hat, was ich heute tun darf. Sie behandelte mich insgesamt nur zwei Mal im Abstand von zwei Monaten, jeweils etwa eine halbe Stunde lang. Schon die erste Behandlung brachte eine spürbare Verbesserung. Nach der zweiten Sitzung war mein Bandscheibenvorfall nicht mehr spürbar.

Das war für mich damals kaum zu glauben - und gleichzeitig ein Wendepunkt.

Dieses grandiose Erlebnis ließ mich nicht mehr los. Dies lag auch daran, dass mir die Heilerin damals sinngemäß - in meiner Erinnerung fast wörtlich - sagte, es wäre ihr eine Ehre, mich heute zu behandeln, da ich selbst noch viel Zeit in meinem Leben mit der Wirbelsäulenaufrichtung verbringen werde.

Darunter konnte ich mir zu diesem Zeitpunkt logischerweise noch nichts vorstellen, aber es brachte mich noch fokussierter auf die Spur, verstehen zu wollen, wie diese wundervolle Methode funktioniert. Ich wollte diese Heilfähigkeit selbst anwenden können, um anderen Lebewesen zu helfen. Denn wenn man diese Heilmethode beherrscht, kann man jedes Lebewesen, das eine Wirbelsäule hat, behandeln. Somit also auch Tiere, die ich sehr liebe! Die Methode wirkt von der Wirbelsäule ausgehend über das Spinalnervensystem im gesamten Körper.

Heute verfüge ich selbst über diese kraftvolle Heilfähigkeit. Nur wenige Menschen verfügen über diese besondere Gabe und eine so fein ausgebildete Heilfähigkeit. Wenn man dieses Können einmal erlangt hat, kann man es ein Leben lang anwenden. Wenn Sie einmal die Gelegenheit haben, die Wirbelsäulenaufrichtung bei mir oder einem guten, seriösen Kollegen persönlich zu erleben, werden Sie verstehen, was ich mit Gabe und Heilfähigkeit meine.

1.3 WER HEILT, HAT RECHT!

Zwei Leitsätze haben mein Leben in vielerlei Hinsicht bereichert:

“ **„Probieren geht über Studieren.“**
und
„Wer heilt, hat Recht.“ (Hippokrates)

Mit der Einstellung, offen zu sein, Neues selbst auszuprobieren und sich darauf basierend eine Meinung zu bilden, kommt man im Leben immer wieder zu außergewöhnlichen Begegnungen, Erlebnissen und Ergebnissen.

Für mich steht eines im Vordergrund: Die bestmögliche Versorgung von Patienten gelingt dann, wenn unterschiedliche Fachrichtungen zusammenarbeiten. Rückenbeschwerden sind komplex, und ihre erfolgreiche Behandlung erfordert oft mehr als nur einen Blickwinkel.

In einer modernen Gesundheitskultur sollte es selbstverständlich sein, Wissen zu bündeln und unterschiedliche Kompetenzen miteinander zu verbinden. Nicht die Berufsbezeichnung oder ein Titel entscheidet letztlich über den Behandlungserfolg, sondern die

Qualität der Arbeit, die Erfahrung, die Fähigkeit, genau hinzusehen - und zufriedenstellende Ergebnisse zu bewirken.

Ich habe in meiner Laufbahn hervorragende Ärzte, Therapeuten und Heilpraktiker kennengelernt - mit und ohne akademische Titel. Entscheidend war ausnahmslos eines: Ihre Intention, ihr Können und die spürbare Wirkung der jeweiligen Behandlung.

Genau dafür setze ich mich ein: Für eine fortschrittliche Medizin, die sich an Resultaten orientiert, offensteht für wirksame Ansätze - und das gemeinsame Ziel nie aus den Augen verliert: Die nachhaltige Verbesserung der Lebensqualität der Menschen, die uns ihr Vertrauen schenken.

Ich bin selbst ganz klar ein Mann der Praxis und des Handelns. Deshalb beeindruckt mich vor allem Ergebnisse!

Wenn Ergebnisse, egal in welchem Bereich, auf einem hohen Level erreicht werden, bin ich zufrieden. Dies ist auch mein eigener Maßstab bei jeder einzelnen Behandlung eines Patienten. Bestehende Probleme des Knochenstands lösen oder deutlich verbessern, Rückenprobleme langfristig lösen oder signifikant optimieren.

Wenn Ihnen Ergebnisse wichtig sind, sind Sie in diesem Buch und in meiner Behandlung goldrichtig.

Patienten-Erfahrung

Rückenheld® Google Bewertung von

Marc Buhr



Am 12.08.2024 hatte ich meinen ersten Termin bei Herrn Gabriel. Vorher waren meine Tage geprägt von starken Problemen im Bereich der unteren Wirbelsäule. Gebücktes Arbeiten? Schweres Heben? Undenkbar! Selbst das morgendliche Aufstehen aus dem Bett war eine Herausforderung. Dazu gesellten sich permanente Verspannungen im ganzen Körper – trotz meiner regelmäßigen Thai-Massagen alle zwei Wochen, die zwar halfen, aber nie das Grundproblem lösten. Nach der ersten Behandlung bei Herrn Gabriel passierte etwas Unerwartetes: Am nächsten Morgen konnte ich ohne Probleme aus dem Bett steigen! In den darauffolgenden Wochen verbesserte sich meine Situation merklich. Die Verhärtungen ließen nach, der Rücken wurde deutlich belastbarer, und ich musste mir keine Sorgen mehr machen, dass mich bereits kleine Belastungen wieder zurückwerfen würden.

(...) Wer zu Herrn Gabriel geht, sollte wissen, dass er – so kompetent und freundlich er auch ist – keinen Zauberstab aus der Welt von Harry Potter schwingt. Die Besserung kommt Schritt für Schritt. Was mich beeindruckt hat, ist, dass ich diese Verbesserung ohne Medikamente und ohne Operation erreicht habe.

2. MEINE HEILARBEIT

Der klassische akademische Weg hat mich nie wirklich angezogen. Nicht, weil ich Bildung oder Wissenschaft ablehne - ganz im Gegenteil.

Ich habe einige Semester Germanistik studiert, aber irgendwann wurde mir klar: Mein Weg liegt nicht in theoretischen Diskursen oder langen Seminargesprächen. Mir fehlte dabei etwas Entscheidendes: Das unmittelbare Erleben oder zumindest sichtbare Resultate dieser häufig ausschweifenden Diskussionen.

Rückblickend war diese Erkenntnis wichtig. Sie hat mich konsequent dorthin geführt, wo ich heute stehe: In die praktische Arbeit mit Menschen und zu einer Methode, die aus Erfahrung gewachsen ist und konstant wunderbare Ergebnisse liefert.

Nicht jeder findet seinen Weg in Hörsälen oder über akademische Titel. Manche finden ihn in der Praxis, im genauen Hinsehen und im stetigen Weiterentwickeln. Und genau dort beginnt meine Geschichte.

Nach dem Tod meines Vaters kam mir die Idee, ein Buch zu schreiben, das den Lesern die Möglichkeit verschafft, selbst zu Autoren ihrer eigenen Lebensgeschichte zu werden.

Meine Bücher „Die Spuren deines Lebens“ und „Schreibe deine Lebensgeschichte“ aus der My-Biography-Buchreihe etablierten sich über Jahre hinweg als Nischen-Bestseller, und die Rückmeldungen der Leser sind ausgesprochen positiv.

Im Frühjahr 2023 behandelte ich einen jungen Arzt aus den USA, der neben seinem Medizinstudium auch Health Management studiert hatte. Seine Rückenbeschwerden waren für sein Alter ungewöhnlich stark ausgeprägt. Wir kennen uns seit Jahren und schätzen uns sehr - deshalb entschied er sich, meine Methode mit ehrlichem Interesse auszuprobieren.

Das Ergebnis überraschte ihn zutiefst. Seine Körperhaltung veränderte sich deutlich und nachhaltig, und er sagte später, er habe so etwas in seiner klinischen Laufbahn noch nie erlebt. In seinen Worten war es pure Magie (wörtlich „Pure Fucking Magic“) und hat seine bisherige Sicht auf körperliche Regulation und Behandlungsansätze erweitert.

Für mich war dieser Moment ein weiterer Hinweis darauf, wie wichtig Offenheit in der Medizin ist. Wissenschaft lebt davon, Beobachtungen ernst zu nehmen, die sich wiederholen - auch dann, wenn sie zunächst nicht vollständig erklärbar sind. Mit anderen Worten: Wenn etwas zuverlässig wirkt, lohnt es sich hinzusehen, nicht wegzuschauen.

Denn am Ende zählt nicht die Theorie, sondern das Ergebnis - und die Lebensqualität der Patienten.

Wissenschaft und medizinisches Wissen entwickeln sich stetig weiter - und genau das ist ihre eigentliche Stärke. Neue Erkenntnisse entstehen, weil man Beobachtungen ernst nimmt, Hypothesen prüft und offen bleibt für das, was noch nicht vollständig erklärbar ist.

Manchmal begegnet man jedoch der Haltung, dass nur das existieren dürfe, was bereits wissenschaftlich belegbar ist. Dabei wäre es viel konstruktiver, neugierig zu bleiben, wenn wiederholt Ergebnisse auftreten, die sich wissenschaftlich noch nicht vollständig einordnen lassen.

Aus meiner Erfahrung heraus profitieren Patienten dann am meisten, wenn Offenheit und Methodik Hand in Hand gehen: Bewährtes nutzen, Neues prüfen, Erfahrungen sammeln und weiterdenken. Viele meiner Patienten schätzen genau diesen Ansatz, weil sie schon viele Wege gegangen sind, die im Ergebnis nicht überzeugen konnten.

Es geht nicht darum, bestehende Modelle zu widerlegen - sondern vielmehr darum, Erkenntnisse zu erweitern, wenn die Realität Ergebnisse abbildet, die Aufmerksamkeit verdienen.

Wir sollten alle im Leben kontinuierlich dazulernen. Glücklicherweise macht dies auch die Wissenschaft. Was sich manche Wissenschaftler allerdings anmaßen, bleibt für mich vollkommen unverständlich. Vielfach ist die Einstellung nämlich:

„Kann die Wissenschaft etwas (noch) nicht erklären, kann es auch nicht sein.“ Dieses Denkmuster zeugt meiner Ansicht nach weder von Klarheit, wacher Intelligenz noch logischen Gedankengängen.

Aber die Gedanken sind in der westlichen Welt glücklicher Weise - ob richtig oder falsch - frei!

Zurück zu meinem amerikanischen Freund: Im Falle der Behandlung dieses jungen Arztes aus Amerika war es genau einer dieser Momente, von dem irgendwann viele Lebewesen profitieren können. Denn wenn er - jung, erfolgreich, solide ausgebildet und ehrgeizig - in Zukunft Krankenhäuser managt und es um die Wirksamkeit von „energetischem Heilen“ geht, wird er vermutlich nicht wie leider so viele Ärzte vom „Placebo-Effekt“ oder „man muss daran glauben“ schwafeln. Dieser Arzt wird aus seiner eigenen, wunderbaren Erfahrung heraus Heiler in die Patientenarbeit seiner Krankenhäuser integrieren.

Als Rücken-Spezialist kann ich Dinge im Rücken bewirken, die ein Arzt oder Chiropraktiker schlichtweg nicht bewirken kann. Genauso kann ich viele Dinge nicht, die ein Arzt oder Chiropraktiker gelernt hat.

Als Arzt, Chiropraktiker, Osteopath oder Physiotherapeut sind Sie in meiner Praxis übrigens herzlich willkommen. So können Sie selbst beurteilen, was meine Rückenheilbehandlung bewirkt.

Patienten-Erfahrung

Rückenheld® Google Bewertung von
Mathies Schiffers



Ich hatte jahrelang massive Rückenprobleme und habe wirklich alles ausprobiert – ohne nachhaltigen Erfolg. Rückenheld war meine letzte Hoffnung, und ich kann nur sagen: es war eine der beeindruckendsten Erfahrungen meines Lebens.

Auch wenn die Methode auf den ersten Blick schwer greifbar erscheint, war die Wirkung einfach unglaublich. Es wurde nicht nur an den Symptomen gearbeitet, sondern an der wahren Ursache, und genau das hat den entscheidenden Unterschied gemacht.

Seitdem bin ich nachhaltig schmerzfrei – nachweisbar! Ich hab lange Zeit gehofft das sagen zu können: Mein Rücken ist wirklich geheilt.

Ein riesiges Dankeschön – Rückenheld hat mir sehr viel Lebensqualität zurückgebracht!

2.3 DIE URSACHE HINTER VIELEN RÜCKENPROBLEMEN

Viele Menschen kennen das: Regelmäßige Termine bei Orthopäden oder Physiotherapeuten, korrekte Diagnosen, zeitweise Besserung - und dennoch kehren die Rückenschmerzen immer wieder zurück.

Leider fokussiert sich das „Gesundheits-System“ in Deutschland häufig auf Diagnostik und symptomorientierte Maßnahmen. Was oft fehlt, ist der gezielte Ansatz an der Problemursache - da wo Schonhaltungen, Fehlhaltungen und Verspannungen entstehen.

Die entscheidende Frage lautet daher „Was braucht der Körper, um wieder ausgeglichen zu stehen und Schmerzen abzubauen?“

Rückenprobleme beruhen fast immer auf Nervenschmerzen. Diese können unterschiedliche Ursachen haben und stellen lediglich das Symptom, nicht aber die Ursache selbst dar. Dies ist ungemein wichtig zu verstehen!

Denn in vielen Fällen ist Druck der Grund für unterschiedlich stark gereizte Nervenbahnen. Dieser wird durch Schonhaltungen, Fehlhaltungen und muskuläre Verspannungen ausgelöst. Wenn

Nervenbahnen Druck ausgesetzt sind, führt dies je nach Intensität zu unterschiedlich starken Schmerzen.

Solange diese Schonhaltungen, Fehlhaltungen und muskulären Verspannungen ungelöst bleiben, können sich die Nervenschmerzen logischerweise überhaupt nicht regenerieren.

Doch was löst Schonhaltungen, Fehlhaltungen oder muskuläre Verspannungen aus und führt zu Nervenschmerzen?

Was ist die Ursache hinter der Ursache, »des Pudels Kern«?

Es sind Fehlstellungen auf Knochen-Ebene!

Steht die Wirbelsäule schief, gibt es einen Schulterschiefstand oder Beckenschiefstand und die Gewichtsverteilung des Körpers ist unausgeglichen. Es entsteht einseitig mehr Druck durch dieses Ungleichgewicht.

Darauf reagiert unser Körper zumeist muskulär. Er versucht, uns so gut es geht aus den Schiefständen herauszuhelfen, und nimmt diese Kompensation über die Anspannung verschiedener Muskelgruppen vor. So entstehen Schonhaltungen, die uns dabei helfen, die Schiefstände bestmöglich auszugleichen.

Unser Organismus ist ein hochintelligentes System und versucht, die für uns bestmögliche Haltung herzustellen.

Geht die Muskulatur zu diesem Zweck jedoch in dauerhafte Anspannung über, wird aus der Anspannung eine Verspannung, die sich mit der Zeit zu einer chronischen Verspannung entwickeln kann. Angespannte Muskulatur ist hart und unser Rücken gleicht einem wahren „Nervenbündel“. Durch diese Kombination treffen viele Nervenbahnen auf große, durch Schonhaltungen verhärtete Muskelgruppen.

Die Folge: Es entsteht Druck. Wie zuvor erwähnt, reagieren Nervenbahnen, die unter Druck stehen, mit Schmerzen.

Fehlstellungen unserer Knochen sind also die Ursache vieler Rückenprobleme!

Meine folgende These lässt sich an hunderten Patienten jährlich validieren:

Die allermeisten Patienten mit starken Rückenschmerzen haben einen Beckenschiefstand. Die Quote liegt aus meinem Erfahrungswissen heraus bei über 98 %.

Wenn wir das Becken und seine Funktion richtig verstehen, müssen wir es als das Fundament des Körpers betrachten. Denn es verbindet den Unter- mit dem Oberkörper.

Zudem ist die äußerst wichtige Wirbelsäule über das Iliosakral-Gelenk gelagert. Stehen die Beckenschaukeln schief, steht unser Fundament schief.

In der Architektur versucht man deshalb immer, auf einem geraden Fundament zu bauen. Verändern wir also das Becken und begradigen es, profitiert davon direkt die Wirbelsäule durch die gerade Lagerung - und auch die Schulterblätter, da alles miteinander verbunden ist.

Genau das kann und mache ich: In meiner Behandlung setze ich mit der **Rückenheld® Methode** das Becken, die Wirbelsäule und die Schulterblätter wieder so gerade wie möglich - denn ich resette Ihren Knochenstand.

Das ist der Grund, warum meine Behandlung einen anderen Ansatz verfolgt und eine so hohe Erfolgsquote bei der langanhaltenden Verbesserung von Rückenbeschwerden hat.

3. MEINE BEHANDLUNGS- METHODE

Mit der **Rückenheld® Methode** kann ich zahlreiche Problemursachen der Wirbelsäule, des Nackens, der Schultern und des Beckens signifikant verbessern oder vollständig lösen.

Ich arbeite bei der Behandlung also nicht daran, die Symptome kurzfristig zu lindern, sondern an einer langanhaltenden Verbesserung auf Knochenstandsniveau.

Und genau hier fängt meine Arbeit oft an: Wo die bekannten medizinischen Fachkräfte (Ärzte, Chiropraktiker, Osteopathen und Physiotherapeuten) bei der Volkskrankheit „Rücken“ nicht oder nur eingeschränkt weiterhelfen können. Denn hierzulande ist es zumeist nicht die erste Idee, zum „Rücken-Spezialisten“ oder „Rücken-Heiler“ zu gehen.

Mein Ziel ist es, die Aufrichtungs-Behandlung aus der „Spirituellen- und Esoterik-Ecke“ herauszuholen und einer breiten Masse zugänglich zu machen.

Denn Patienten mit intensiven Rückenbeschwerden sollten über die Existenz dieser großartigen Behandlungsform informiert sein. Viel zu viele Menschen quälen sich unnötig über viele Jahre hinweg mit „Rücken“, obwohl es funktionierende Lösungen gibt.

Selbst wenn Patienten bereits operiert wurden: Meine Heilbehandlung hat bislang bei jedem einzelnen Patienten eine deutliche Verbesserung des Knochenstands (Schultern, Becken und Wirbelsäule) bewirkt.

Dies wird anhand des Wirbelsäulenverlaufs (vorstehende Wirbel und seitliche Bögen), des Standes der Schulterblätter (horizontaler Unterschied), des Standes des Beckens (horizontaler Unterschied) und des Beinlängenunterschieds gemessen.

Werden die Schiefstände minimiert oder ganz aufgelöst, verbessert sich die Körperhaltung. Dies führt in den allermeisten Fällen zu einem leichteren und freieren Körpergefühl.

Denn muskuläre Verspannungen, die aus Fehlstellungen der Knochen resultieren, bauen sich im Anschluss an meine Behandlung weiter ab.

Dieser Prozess der Repositionierung dauert Wochen.

Deshalb setze ich die Nachbehandlung(en) auch erst mit einem Abstand von ca. sechs bis acht Wochen an.

Warum ist die deutliche Verbesserung oder Auflösung von Schiefständen auf Ebene des Knochenstands so wichtig?

Weil Fehlstellungen von Becken, Schultern und der Wirbelsäule die wahrscheinlich häufigste Ursache von Rückenproblemen sind.

Die angesprochenen Fehlstellungen führen zu einseitig stärkeren Belastungen und damit einhergehend zu schmerzhaften Reizungen der Nervenbahnen.

Beispielsweise haben praktisch alle Patienten mit Ischiasbeschwerden einen Beckenschiefstand. Wird dieser behoben, ist die Ursache beseitigt und die Ischiasnerven sind plötzlich gleichmäßig belastet.

Das bedeutet jedoch nicht, dass die Schmerzen sofort aufhören. Je nach zeitlicher Dauer und Intensität der Beschwerden sind die Nervenbahnen mehr oder weniger stark geschädigt und müssen sich erst regenerieren, bevor das Schmerzlevel spürbar absinkt.

Meinungsäußerung - gilt es speziell in diesen Zeiten hierzulande mit Herzblut zu verteidigen. Das ist ebenso notwendig wie richtig.

Für mich gilt bis heute: Ich konnte bei jedem Patienten die Problemursachen im Rücken signifikant verbessern, gemessen an der Knochenstands-Ebene vor und nach der Behandlung. Gleichzeitig gilt: Die Ausheilung von Nervenschmerzen zu garantieren oder zu versprechen, ist unseriös und überhaupt nicht möglich. Aus gutem Grund ist dies sogar vom Gesetzgeber verboten!

Wir können die Ausheilung chronischer Nervenschmerzen jedoch wirksam begünstigen - mehr dazu erfahren Sie in den Kapiteln **14 Schwedenkräuter** und **15 Rückenheld® - Das Elixier**.

Wenn eine Behandlung, gemessen an den dokumentierten (und von einer Begleitperson überprüfbaren) Vorher-Nachher-Ergebnissen, nicht erfolgreich wäre, würde ich kein Honorar berechnen. Das kam bis jetzt noch nie vor! Ich sage Ihnen das im vollen Bewusstsein meiner Heilfähigkeit, die ich praktisch täglich anwenden darf und für die ich dankbar bin.

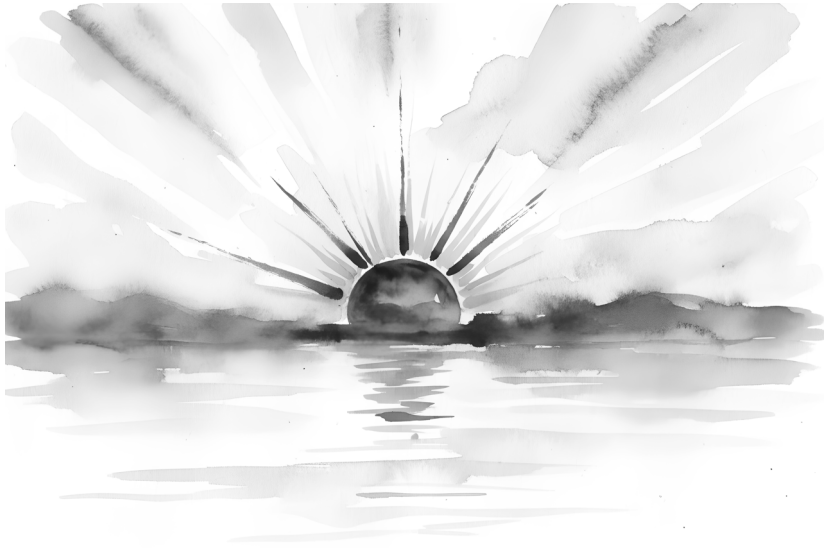
4. GRUNDLEGENDES

Meine Intention ist es, die „Energetische Wirbelsäulenaufrichtung“ - unter diesem Namen wurde die Basis dieser Behandlungsmethode bekannt - in unserer Region so bekannt und bedeutsam zu machen, wie sie es in anderen Teilen der Welt längst ist.

Denn die Fähigkeiten von mir und anderen Heilern, die diese angeborene Gabe mit einer präzisen Ausbildung dieser Heilfähigkeit verbinden, sind für die Gesamtgesellschaft viel zu wertvoll, um sie als „Geheimtipp“ oder „letzten verzweifelten Versuch“ irgendwo im Raum stehen zu lassen. Diese Methode gehört auf ein goldenes Podest. Wenn Sie die Behandlung selbst erhalten haben, werden Sie verstehen, was ich meine.

Selbstverständlich kann und werde ich nicht für andere Heiler sprechen.

Heiler und Patienten sind vor allem Menschen. Einige Menschen verfügen über ganz besondere Fähigkeiten. Dies ist durch historische Schriften und viele biblische Geschichten bekannt, war schon immer so und wird auch immer so sein.



4.1 SERIÖSES HEILEN

Bei der Behandlung von Patienten sind die Themen Vertrauen, Erwartung, Hoffnung und Ergebnis von zentraler Bedeutung.

Grundsätzlich setzt die Behandlung bei einem Arzt, Heilpraktiker oder Heiler immer eins voraus: Vertrauen. Vertrauen in den Menschen, der die Behandlung durchführt.

Wichtig ist, mit Fachkenntnissen und einem inneren Antrieb dem Patienten bei seiner individuellen Problematik bestmöglich zu helfen.

Wenn man fachlich kompetent ist, das passende „Werkzeug“ zur Hand hat und den Willen hat, dieses zum optimalen Nutzen des Patienten einzusetzen, kommt man fast automatisch zu einem zufriedenstellenden oder gar wunderbaren Ergebnis.

Meine Patienten kommen mit gewissen Erwartungen zu ihrem Behandlungstermin.

Diese können beispielsweise Linderung der Beschwerden, Schmerzreduktion, bessere Beweglichkeit, ein verbessertes Körpergefühl oder die Lösung chronischer Verspannungen sein. Mit

dieser Erwartung geht eine gewisse Hoffnung einher. Meine Patienten verwenden im Vorgespräch häufig den Ausdruck „letzte Hoffnung“.

Vertrauen, Erwartung, Hoffnung und Ergebnis sind also wesentliche Bestandteile eines jeden Behandlungstermins - nicht nur in meiner Praxis. Vertrauen zu rechtfertigen, Erwartungen und Hoffnungen offen und ehrlich zu managen sowie ein Ergebnis zu erzielen, das eine langfristige Verbesserung bei den Patienten bewirkt, ist der grundlegende Ansatz meiner Rücken-Heilarbeit.

Dies ist eine hoch verantwortungsvolle Heilleistung, die nur dann erfolgreich ausgeführt werden kann, wenn die Intention stimmt. Die Intention muss daher immer auf dem ehrlichen und aufrichtigen Willen fußen, für den jeweiligen Patienten das bestmögliche Heilergebnis zu erzielen. Meiner festen Überzeugung nach sollte jeder Arzt, Heilpraktiker oder Heiler, dem dieser Anspruch fehlt oder abhanden gekommen ist, nicht (mehr) mit Patienten arbeiten.