

„Hilf dir selbst, dann hilft dir

Neues zur effektiven Behandlung bei Rückenschmerzen

Von Franz-Josef Neffe, Pfaffenhofen.

Es kann aussehen wie ein Wunder. Ein paar präzise Griffe, einige vorsichtige Bewegungen – und der quälende Ischiasschmerz ist weg. Unzähligen Menschen haben die sanften Wirbel- und Gelenkkorrekturen schon geholfen, seit der Landwirt Dieter Dorn sie vor 30 Jahren entwickelt hat. Franz-Josef Neffe wirft einen aktuellen Blick auf die beliebte Methode.

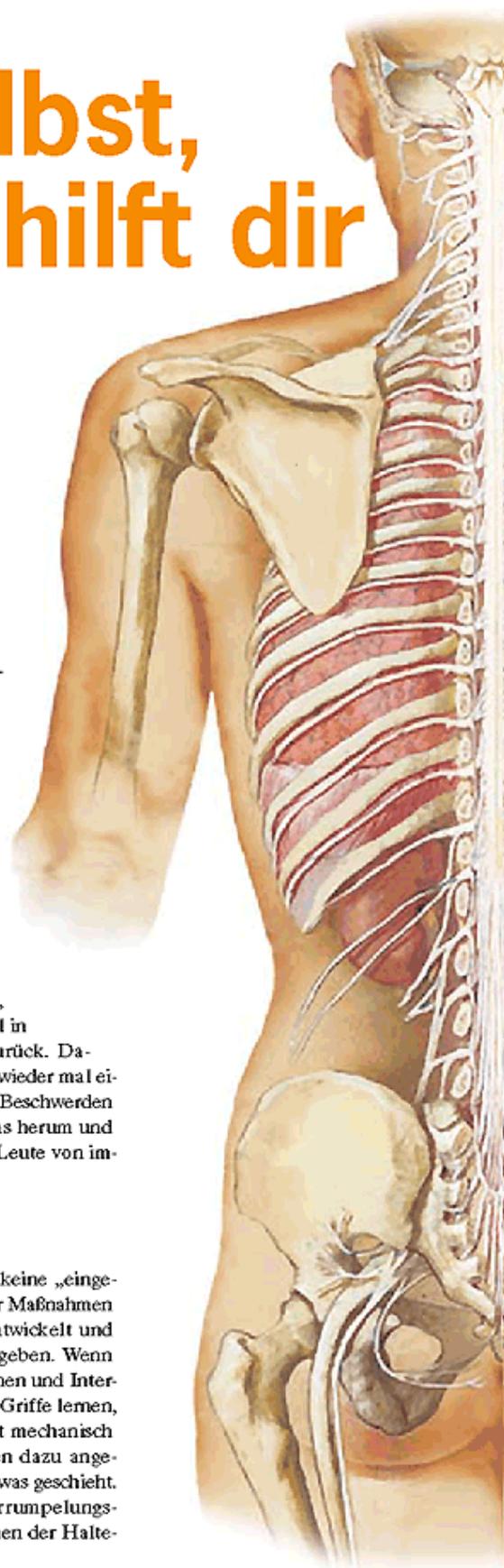
Krumm laufen sie rein und grad wieder raus!“. Sehr viele raum&zeit-Leser waren begeistert, als ich unter diesem Titel 1998 die Dorn-Methode vorstellte. Diese sanfte und präzise Gelenk- und Wirbelkorrektur wurde von dem Allgäuer Bauern Dieter Dorn entwickelt.

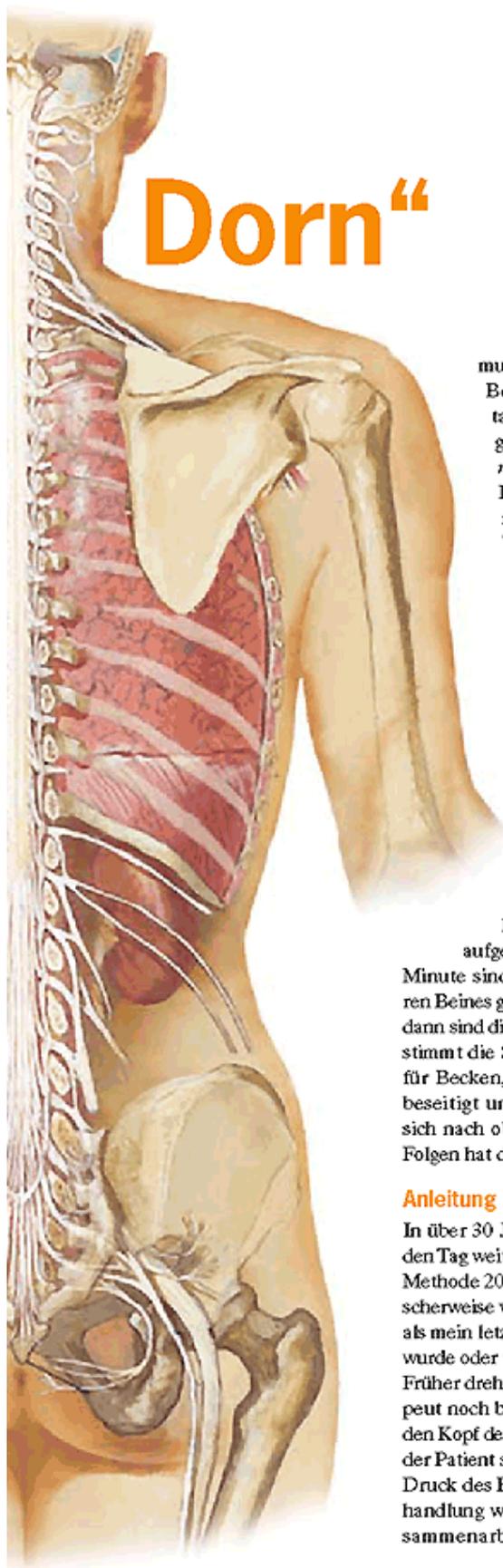
Dorn kam auf diese Idee, nachdem er selbst einen Hexenschuss erlitten und der Lautracher „Schlossbauer“ ihm diesen kurzerhand weggedrückt hatte – Dorn hatte dabei nur etwas mit dem Bein pendeln müssen. Zwei Monate später starb der „Schlossbauer“ und Dorn blieb nichts übrig, als das, was einmal eine Methode werden sollte, selbst zu finden. Zuerst befreite er seine Frau von Kopfschmerzen unter denen Sie bereits 20 Jahre litt, indem er die „harten Knubbel“ an der Halswirbelsäule behutsam weichdrückte, bis sie verschwunden waren und die Kopfschmerzen mit. Dann konnte die Nachbarin nicht mehr laufen und hat-

te ein deutlich längeres Bein; Dorn überlegte, wie sich das Bein selbst helfen würde, wenn es könnte, und half ihm gefühlvoll in die Normalposition zurück. Danach befreite er immer wieder mal einen Kunden von seinen Beschwerden und bald sprach sich das herum und es kamen immer mehr Leute von immer weiter her.

„Handle nach dem, was Du fühlst!“

Die Dorn-Methode ist keine „eingetübte Technik“. Jede ihrer Maßnahmen wurde in der Praxis entwickelt und wird auch so weitergegeben. Wenn die tausenden Betroffenen und Interessierten die einfachen Griffe lernen, dann üben sie sie nicht mechanisch ein, sondern sie werden dazu angehalten, dabei zu fühlen, was geschieht. Gewaltaktionen, Überumpelungsmanöver und das Dehnen der Halte-





Dorn“

Die Dorn-Methode soll eine Fühl-Methode sein. Wegen dieses sorgfältigen, feinen und an der Lösung interessierten Umgangs mit den Gegebenheiten, ist verblüffend oft Hilfe möglich bei Menschen, die oft schon Jahre oder Jahrzehnte gelitten haben und immer nur standardmäßig behandelt worden sind. So ist es Dorns großes Verdienst, den Unsinn des angeblich zu kurz geratenen Beines aufgedeckt zu haben. In einer Minute sind die Gelenke des längeren Beines geprüft und korrigiert, und dann sind die Beine gleich lang. Dann stimmt die Statik. Die Fehlbelastung für Becken, Gelenke und Wirbel ist beseitigt und die Behandlung setzt sich nach oben hin fort. So wichtige Folgen hat diese einfache Übung.

Anleitung zur Selbsthilfe

In über 30 Jahren hat Dorn selbst jeden Tag weiter dazugelehrt. Die Dorn-Methode 2006 unterscheidet sich logischerweise von der von vor 10 Jahren, als mein letzter Artikel veröffentlicht wurde oder von der von vor 20 Jahren. Früher drehte zum Beispiel der Therapeut noch bei der HWS-Behandlung den Kopf des Betroffenen, heute dreht der Patient selbst den Kopf gegen den Druck des Behandlers. Die Dorn-Behandlung war immer schon eine Zusammenarbeit zwischen dem Hel-

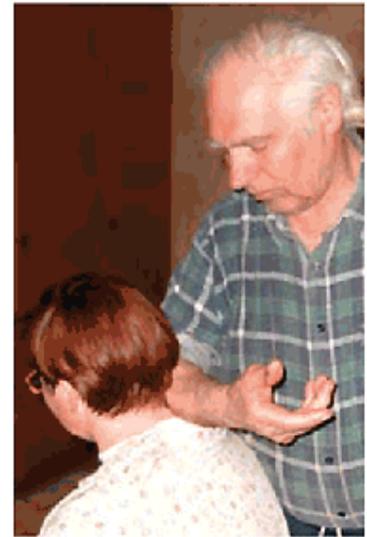
fer und dem Betroffenen. Nach und nach verlagerte sich durch die Erfahrung der Schwerpunkt vom Behandeln über das Gemeinsam-Handeln zum Selbsttun. Es wurde sinnvoll, dem Betroffenen – natürlich nach sorgfältiger Einweisung – Übungen für die Vorbeugung und Nachsorge an die Hand zu geben. Wenn er sich damit geschickt anstellt, kann er – gegebenenfalls nach einem Dorn-Selbsthilfe-Kurs – in vielen Fällen auch selbst helfen. Dies ist in der Dorn-Methode ausdrücklich erwünscht; man will dort keine abhängigen, sondern souveräne Patienten.

„Eine sorgfältige Beratung und das Zeigen der Selbsthilfe-Übungen ist wichtiger als die Behandlung“, sagt Dorn. Wenn einem der Therapeut nicht sagt, worauf man beim Liegen, Sitzen, Bücken und Tragen künftig achtgeben soll, dann macht man die alten Fehler wieder und die Wirbel verschieben sich erneut. Ja, manchmal müsste man auf dem Heimweg schon wieder zur nächsten Behandlung umkehren. Das kann nicht der Sinn echter Hilfe sein. Der Dorn-Therapeut soll ein Interesse am Wohlergehen des Betroffenen haben und ihn daher in den Stand versetzen, zu verstehen, wie seine Probleme entstanden sind und wodurch sie künftig vermieden werden können. Damit der Betroffene den Behandlungserfolg stabilisieren und sich gegebenenfalls auch selbst helfen kann, werden ihm Selbsthilfe-Übungen gezeigt. Wo Beratung und Selbstübungen fehlen, ist offenbar das Interesse an einer selbstständigen Entwicklung des Betroffenen gering und Dorn meint, man solle sich überlegen, ob man da wieder hingehet.

Wenn jemand eine Beinlängendifferenz von zum Beispiel zwei Zentimetern hat, so ist das oft mit der einfachen Hüftgelenk(selbst)korrektur richtigzustellen. Die überdehnten Muskeln können das Gelenk noch nicht so gut halten, aber wenn der Betroffene seine Übungen macht und

Die Dorn-Methode will keine abhängigen, sondern souveräne Patienten.

darauf achtet, dass das Gelenk ein bis zwei Wochen in Normalposition bleibt, haben sich die Bänder wieder gestrafft. Also wird man abends im Bett das Gelenk richtigstellen, dann haben die Muskelbänder die ganze Nacht Regenerationsphase. Damit sich die Bänder tagsüber nicht wieder überdehnen, muss der Patient am Anfang Acht geben. Wenn es sich verschoben hat, muss man es wieder korrigieren, zum Beispiel nach dem Aussteigen aus dem Auto oder der Straßenbahn oder nach dem Aufstehen aus einem tiefen Sofa. Beim TSV Memmingen kann man manchmal Spieler während des Spieles einen Augenblick halten sehen. Sie heben das Bein hoch, haken sich mit der Hand außen am Oberschenkel ein und halten ihn fest, während sie das Bein abstellen. Mit der Bewusstheit wächst das Gespür dafür, wenn Ausgleich notwendig ist.

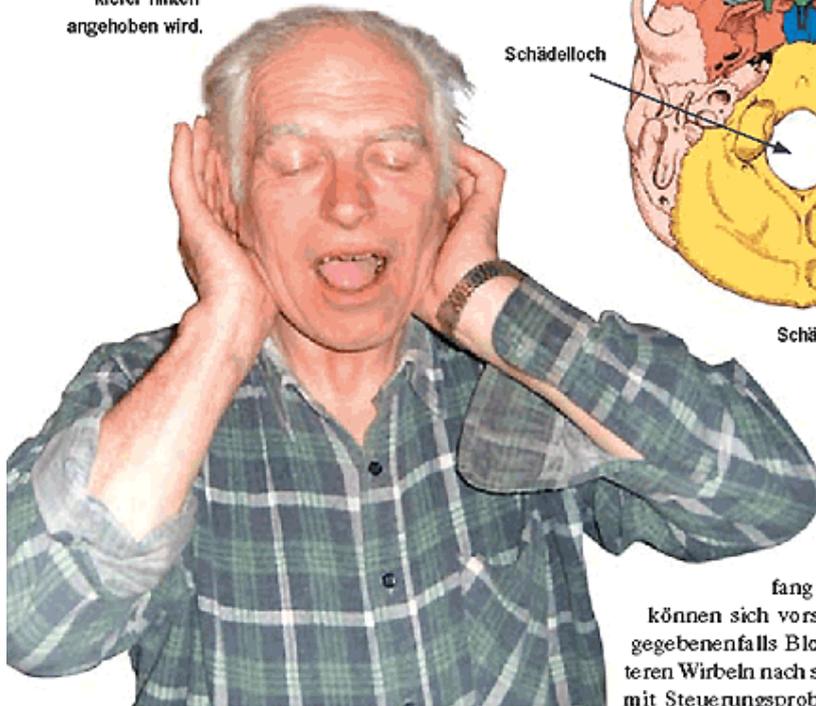


Dieter Dorn korrigiert Brustwirbel-, Halswirbelsäule, Becken und Lendenwirbelsäule.
© Fotos S. 26-S. 28; D. Dorn

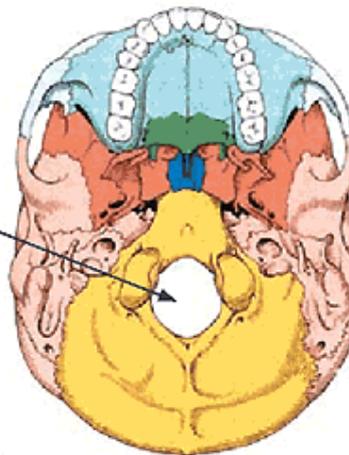
Dieter Dorn demonstriert, wie zur Kiefergelenkskorrektur der Mund geöffnet und der Unterkiefer hinten angehoben wird.

Schiefstand der Ohrläppchen

Schauen wir uns die wichtigsten Selbsthilfeübungen aus der Sicht des Betroffenen an! Haben Sie schon in den Spiegel geschaut, ob Ihre Ohrläppchen gleich hoch stehen? Wenn nicht, dann stimmt eventuell schon das Schädelloch nicht mit dem



Loch des ersten Halswirbels überein und die Informationen, die über die Nerven im Wirbelkanal pulsieren



Schädelbasis von unten

sollten, werden schon am Anfang abgebremst. Sie können sich vorstellen, dass das gegebenenfalls Blockaden bei weiteren Wirbeln nach sich zieht und damit Steuerungsprobleme aller mög-

lichen Organ- und Vitalfunktionen. Wenn das rechte Ohrläppchen höher steht und der Kopf nach links hängt, könnte man links gegen den Kopf drücken und dabei Drehbewegungen machen. Mindestens genauso wichtig ist aber, sich das Problem nicht wieder selbst zu machen: Indem Sie sich zum Beispiel zum Fernsehen seitlich auf die Couch legen und den Kopf hochstützen oder indem Sie sich liegend mit einer Nackenrolle entgegen der natürlichen Form der Wirbelsäule eine Kurve in die Halswirbelsäule biegen. Zur Korrektur der Halswirbelsäule (HWS) kann man zum Beispiel mit der Hand um den Nacken greifen und den Kopf immer wieder dagegendrehen, viele haben dies unbewusst ohnedies schon getan. Am besten lernt man die verschiedenen Übungen in einem Dorn-Selbsthilfefkurs. Dort erfährt man auch genau, wie man die Ursache für Fehlstellungen herausfindet.

Von wegen „Bein zu kurz“ ...

Wenn man bei Seminaren Betroffene oder Behandler auffordert, die unterschiedlichen Schulterhöhen einer Person zu betrachten, schlagen sie meist vor, eine Erhöhung unter den Fuß der niedrigeren Seite zu legen. Wenn wir das dann aber tatsächlich tun, staunen sie, dass die höhere Schulter anschlie-



ßend noch höher steht. Wollen wir das Problem wirklich lösen und nicht zur globalen Katastrophe ausbauen, müssen wir uns endlich vom Unsinn des zu kurzen Beines verabschieden, wie er in Fachkreisen noch verbreitet ist. Bei hunderttausenden Beingelenkprüfungen und -korrekturen nach Dorn hat sich nur äußerst selten ein „zu kurzes Bein“ gefunden. Das Problem liegt fast immer beim längeren Bein, und das ist aus einem simplen Grund länger: mindestens ein Gelenk ist nicht in Normalposition. Nach über 30 Jahren Praxis sagt Dorns Statistik: „Auf 750 Fälle kommt nur eine echte Beinlängendifferenz.“ Und das bedeutet, dass von 750 Absatz erhöhungen, Einlegesohlen, operativen Beinverkürzungen oder gar -verlängerungen 749 nicht die Lösung sind, sondern genau die Probleme verursacht haben, mit denen die Leute dann zum Bauern Dorn gingen, weil der endlich tatsächlich helfen konnte. Eine lange Theoriediskussion erübrigt sich, da die Prüfung und Gelenkkor-

rektur kinderleicht und in zwei Minuten erledigt sind.

Beinfehlstellungen werden schon beim Baby gesehen und gewöhnlich mit einer Spreizwindel behandelt. Diese behebt aber keine Gelenkluxationen, die bei Geburt oder bei Funktionstests entstanden sein können. Sie biegt nur über längere Zeit das Bein in die Position, die man für normal hält, dann halten die Muskeln die hingebogene Fehlstellung. Man diagnostiziert eine „angeborene“ Beinlängendifferenz. Wenn die Fehlstellung nach einfacher Korrektur aber offensichtlich verschwunden ist und auch der Arzt das sieht und ab dann die Spreizwindel weglässt, sollte doch einmal nachgedacht werden. Beim routinemäßig durchgeführten Collis-Test zwischen dem 6. und 7. Monat (früher oft schon bei der Geburt) wird das Baby am Bein hochgehalten. Dabei kann durch das Körpergewicht das Hüftgelenk in Fehlstellung geraten. Statt mit Fingerspitzengefühl das Problem aufzuspüren – das würde nämlich im Behandelnden etwas ganz Wesentliches auslösen und in Gang setzen: wirkliches Mit-Gefühl – hält man seine Finger und seine Wahrnehmung des Feinen, auf die es ankäme, zurück und macht sich mit Hilfe von technischen Apparaturen ein künstliches, reduziertes „Bild“, das einen nicht berührt und das man nach dem gängigen Meinungskatalog unbeteiligt interpretieren kann. Wie aber soll echte menschliche Entwicklung auf einer so künstlichen Schiene sich anders in die Realität zurück retten können als durch Entgleisung aus den künstlichen Bahnen?

Absatzerhöhungen machen es meist noch schlimmer

Kommen wir auf die Beinlängendifferenz zurück! Die höher stehende Hüfte ist unter der niedrigeren Schulter, nicht unter der höheren! Wenn wir also – was immer noch häufig verschrieben wird – auf der Seite der zu niedrig erscheinenden Schulter den Absatz erhöhen, dann heben wir das ohnedies dort zu hohe Becken noch höher! Dabei verbiegt (und verwringt) sich die Wirbelsäule noch mehr. Es gibt also mehr Gründe für die Zunahme von Skoliose als im flüchtigen Vor-

beischaun auffällt. Rein rechnerisch könnte ich unter dem drei Zentimeter zu kurz erscheinenden Bein den Absatz drei Zentimeter erhöhen, aber drei Zentimeter Hartgummiabsatz links und drei Zentimeter Spielraum in der rechten Hüfte, das ist kein wirklicher Ausgleich; die fortdauernden Beschwerden – Beckenschiefstand, Ischias-Schmerzen, Wirbelfehlstellungen und -verschleiß oder Funktionsstörungen bei allen möglichen Organen durch blockierte Nervenleitungen – und ihr Verschwinden nach Korrektur der Fehlstellung(en) machen es offenbar.

Und was müssten wir für die Problemlösung tun? Ab und zu die Beinlänge prüfen und mit einfachen Griffen korrigieren! Wenn ich mich auf einem Küchenstuhl mit dem Becken hinten an die Lehne setze und die Füße genau nebeneinander stelle, sehe ich gut, ob ein Knie weiter nach vorne ragt; da ist das Hüftgelenk nicht o.k. Die geballte Faust unter den Oberschenkel gelegt, mit dem gestreckten Bein ein paar Mal nach unten gewippt und erneut geprüft, dann stehen die Knie parallel. Man kann auch stehend oder liegend das Bein anwinkeln und, mit der Hand an der Pofalte, herziehen, bis das Bein ganz abgestellt/abgelegt ist. Das Kniegelenk wird korrigiert, wenn ich beim Aufstehen vom Stuhl die Wade nach vorn schiebe, und zur Sprunggelenkkorrektur beugt man sich stehend mit Gewicht auf dem Fuß soweit als möglich nach vorn und zurück.

Übungen am Türrahmen

Ein Dorn-Ausbilder bat zehn Menschen mit Ischias-Schmerz, die Hand dahin zu legen, wo es weh tut. Sechs von ihnen legten sie auf die rechte Pobacke, also auf die rechte Beckenhälfte. Wenn wir diese Personen genau anschauen, sehen wir den Hosen- oder Rockgürtel schräg nach oben laufen.

Eine lange Theoriediskussion erübrigt sich, da die Prüfung und Gelenkkorrektur kinderleicht und in zwei Minuten erledigt ist.



Zuerst wird die Wirbelsäule links und rechts auf ungleiche und schmerzempfindliche Stellen abgefühlt

Stützen sie sich, am Tisch stehend, mit den Händen auf und schauen wir senkrecht auf das Becken hinunter, so sehen wir eine Pobacke nach hinten ragen. Durch verdrehtes Liegen oder Bücken oder Tragen wird irgendwann der Nerv eingeklemmt – und wieder befreit, indem wir das Becken in die Ursprungsposition bringen. Dazu genügt es oft, sich mit der schmerzenden Seite in den Türrahmen zu lehnen und mit dem anderen Bein nach hinten zu pendeln. Dadurch wird das zurückstehende Becken nach vorn geschoben und der Schmerz schwindet. Auch hier gilt: *„Handle nach dem, was du fühlst!“*

Der Türrahmen ist überhaupt sehr hilfreich für die Selbsthilfe nach Dorn. Steht zum Beispiel das Schulterblatt nach hinten, kann man sich damit anlehnen und die Arme gegenläufig pendeln. Zwischen den Schulterblättern treten die Nerven zur Steuerung von Herz, Lunge, Galle, Leber, Magen, Bauchspeicheldrüse, ... aus. Wenn wir uns mit dem Rücken an die Türkante lehnen, die Kante einmal rechts und einmal links von den Wirbeln, können wir die Muskeln von oben bis unten weichdrücken, indem wir das Becken vor und zurück bewegen und dazu die gestreckten Arme gegenläufig pendeln. Das bekommt der Muskulatur gut und kann bei Geschick und Einfühlungs-

vermögen auch zur Korrektur der Wirbel führen.

Wie Wirbel und Organe zusammenhängen

Beim vierten bis siebten Brustwirbel treten die Nerven zu Galle, Leber, Magen, Bauchspeicheldrüse aus. Wenn diese Wirbel, die mit Verdauungsorganen korrespondieren, immer wieder entgleisen, ist das ein Zeichen, dass wir etwas verkehrt machen: im Umgang mit anderen oder mit uns selbst, physikalisch, chemisch, energetisch, geistig. Ein aktueller Hauptfehler ist Übersäuerung durch Fehlemährung. Da hilft nicht nur Dorns Rat, genügend (wenigstens einen Liter Wasser pro 35 kg Körpergewicht) zu trinken. Zur Reinigung unserer 100 Billionen Zellen und zum Abtransport der Schlacken ist Wasser nötig, wir waschen Geschirr ja auch nicht mit Milch oder Bier oder Cola. Bei weichen Muskeln rät Dorn zu Wurzelnahrung (wie Rüben, Sellerie), Vitamin B + C, Kalzium, Salz, Säure, Wärme, Höhensonne, Rot- und Blaulicht, trockener warmer Kleidung, weniger Grübeln, mehr Dienen, tiefer Atmen, Sauna, Verzicht auf Alkohol. Bei harter Muskulatur empfiehlt er Rohkost (Obst, Salat, Kohl), Magnesium, Vitamin A+E+D, salz- und säurearmes Essen, mehr frische und feuchte Luft. Diese Menschen soll-

ten trockene Zimmerluft meiden, sich im Loslassen üben, mehr trinken, Bäder nehmen und nicht rauchen.

Sehr viele Rückenprobleme legten sich die Betroffenen im Liegen zu, in kleinsten Schritten, über Jahre hinweg. Durch Bewegungsmangel und einseitige Beanspruchung sind die Haltemuskeln bei vielen schwach und auf einer Seite noch schwächer. Wenn man sich auf den Bauch legt, kippt das Becken vor und die Lendenwirbelsäule biegt sich zum Hohlkreuz. Bei seitlicher Lage biegt sich die LWS seitlich und wenn dann noch ein Bein angezogen wird, wird die Verbiegung auch noch verdreht, was bei schwacher Muskulatur zu Problemen führen muss. Die Rückenlage würde keine Probleme machen, doch viele können nicht auf dem Rücken liegen. Der Drang, sich einzurollen, ist zu stark. Einrollen deutet auf Mangel hin: Wenn im Herbst die Wasserzufuhr zu den Blättern eingestellt wird, rollen sie sich ein. Wenn mir zu kalt ist, rolle ich mich ein. Wenn es mir gut geht und die Energie fließt, strecke ich mich und rufe: *„Was für ein schöner Tag!“* Viele wachen am Morgen wie gerädert auf, müder als am Abend. Sie haben sich dauernd herumgewälzt, um in ihren verspannten Körper mehr Bewegung zu bringen. Die unbewegliche Liegefläche drosselt Lebensrythmus im Körper. Manche suchen Lösung im Wasserbett, finden dort aber zusätzliche Probleme, vor allem durch den Elektromog der Heizung.

Laien reden Deutsch

Die Dorn-Methode ist eine so genannte Laien-Methode. Dies hat den Vorteil, dass der Therapeut Deutsch spricht und nicht Fachchinesisch. Nach Dorn *„macht man die Hüfte rein“*. Es ist gut, wenn der Patient eine einfache Vorstellung von seiner Situation erhält. Was erklärt man jemandem, dessen Bein im Extremfall sechs Zentimeter über das andere hinausragt und das nach den Korrekturbewegungen für Sprung- und Kniegelenk um je einen Zentimeter und nach der Korrekturbewegung für das Hüftgelenk um vier Zentimeter verkürzt und nun auf Gleichstand gebracht ist? Man gibt ihm für den Kopf ein – vereinfachtes –

Bild von der Subluxation der Gelenke, denn Bilder sind ungeheuer hilfreich für jeden Lebensprozess. Man sagt ihm, dass der Hüftgelenkkopf nicht mehr ganz in der Pfanne, sondern teilweise herausgezogen war, und die Haltemuskeln überdehnt sind und nach der Korrektur das Gelenk noch nicht stabil halten können. Unter diesen Gegebenheiten wird der Betroffene selbst wichtig für den Behandlungserfolg. Das ist pädagogisch sehr geschickt, denn nun gewinnt der Patient durch sein Tun nicht nur Gesundheit, sondern damit auch noch an persönlicher Wichtigkeit, und das ist Nahrung für die Seele.

Die Dorn-Methode ist über drei Jahrzehnte auf diesem einfachen „Laien-Niveau“ extrem oft erfolgreich gewesen bei Patienten, die auf „Fachniveau“ über Jahre in einen oft erbärmlichen Zustand geraten waren. Ich denke, das gute Ergebnis erklärt sich nicht allein aus der Dorn-Methode, sondern noch viel mehr aus einem sorgfältigen Umgang mit ihr. Auch in der Dorn-Methode gibt es besonders Begabte, die gegebenenfalls noch ein Stückchen weiter kommen, wenn es sein soll. Zu Anfang wurde die Dorn-Anwendung hauptsächlich von betroffenen Familien gelernt, inzwischen ist sie von allen Heilberufen entdeckt worden.

Fleißiger Nachwuchs

Aus den Schülern Dieter Dorns hat sich bis heute eine Liste mit gut 130 Ausbildern und dem zehnfachen an Therapeuten und Anwendern der Me-

thode ergeben. Inzwischen gibt es drei Dutzend Bücher, teils in mehrere Sprachen übersetzt, und drei Ausgaben eines „Selbsthilfekalenders der Dorn-Therapie“. Harald Fleigs „Heilen über die Wirbelsäule nach Dorn und Breuß“ von 1995 folgte, dann

Auf 750 Fälle kommt eine echte Beinlängendifferenz.

Gerda Flemmings „Methode Dorn“ und Michael Graulichs „Wunder dauern etwas länger“. 1998 wurde meine kleine „Sanfte Hilfe für den Rücken“ ein direktes Sprachrohr Dorns mit Originalaussagen, Bildern und Zeichnungen von ihm. Sehr gut gebildete Bücher wie Gamal Raslans „Der sanfte Weg zur Mitte“ oder Matthias Schwarzs „Schmerzfrei mit der Dorn-Methode“ oder das „Lehrbuch Dorn-Therapie“ von Olaf Breidenbach/Rebecca Ewert geben gute Anleitungen zur Selbsthilfe auch über die Dorn-Methode hinaus. Einbezogen ist auch jeweils die Breuß-Massage, der Gisela Cordes – ebenfalls mit praktischen Erweiterungen – ein ganzes neues Buch der „Heilung über die Wirbelsäule“ gewidmet hat. Gerda Flemming verstarb vor der Fertigstellung ihres zweiten Buches „Heilen mit der Methode

Dorn“. Daraufhin bat der Verlag Dorn es zu vollenden, so dass er seit 2003 auch als Autor vertreten ist. Die Texte, die er mit mir zu seinem „Dorn-Buch“ zusammentrug, werden im geplanten „großen Selbsthilfebuch der Dorn-Methode“ zu lesen sein.

Ich möchte noch auf das sehr hilfreiche, von Helmuth Koch und Hildegard Steinhauser jährlich herausgegebene Dorn-Forum hinweisen. Auf circa 200 Seiten gibt es – für nur zehn Euro – viele hoch interessante Praxisberichte. In Nr. 3 weisen die Ärzte Elmar Weiler und Klaus Brill in einer Studie signifikante Verbesserungen bei Tinnitus durch Dorn-Behandlung nach und auf S. 68f beschreibt die Hebamme Susanne Kluge, wie effektiv die Dorn-Methode hilft: *„Häufig kommt es vor, dass durch eine schwere Geburt das Becken verschoben wird und die Frauen danach an Kreuz- und Symphysenschmerzen leiden. Hier lässt sich meist mit einer einzigen Dorn-Behandlung des Iliosacralgelenkes Beschwerdefreiheit erreichen – sehr zur Verwunderung und Erleichterung der Betroffenen...“*

In der aktuellen Nr. 5 informiert Reinhild Isensee unter anderem über erfolgreiche Dorn-Therapie bei Behinderten, Säuglingen und Hunden. Hermann Seidl berichtet über die revolutionäre Entwicklung von Maximilian durch „Dorn-Therapie und Tachyonen-Energie bei Trisomie 21“. Dazu hier nur drei Bilder, die den Behandlungsverlauf dokumentieren. Man kann das Dorn-Forum, in dem auch



April 2001



Juni 2002



November 2004

Dorn Behandlung und Tachyonen-Energie ermöglichten dem 2000 geborenen mongoleiden Maximilian körperlich wie seelisch-geistig eine revolutionäre Entwicklung
© Kamphausen Verlag



Die Dorn-Behandlung bekommt man nicht gemacht, sie ist immer fein abgestimmte Zusammenarbeit zwischen Therapeut und Patient.

© F. J. Neffe

ein aktuelles Publikationsverzeichnis sowie die Therapeuten/Anwender- und Ausbilderadressen abgedruckt sind, jedem nur wärmstens empfehlen. Noch meine kleine Vision vom Ende des Eröffnungsvortrages zum Dorn-Kongress 2003 „Die Dorn-Methode hilft Kindern“: Stellen Sie sich vor, Sie wären Mitglied des Land- oder des Bundestages! Vor dem Rednerpult steht eine Liege, darauf liegt Frau

Bundeskanzlerin Merkel. Ich zeige ihr ihre Beinlängendifferenz von zwei Zentimetern. Sie winkelt das Bein an, hakt mit der Hand außen am hinteren Oberschenkel ein und legt es ab. Danach zeige ich ihr, dass ihre Beine gleich lang sind. Diese Zwei-Minuten-Übung wird in allen Hauptnachrichten gesendet. Wenn die 60 Millionen Betroffenen ab da diese Übung machen und der Nutzen nur einen Euro pro

Der Autor

Franz Josef Neffe, geb. 1949, Diplom-Pädagoge Univ., Volks- und Sonderschullehrer a. D., erforscht, lehrt und publiziert

seit 30 Jahren Problemlösung durch die Autosuggestion (= eigener Einfluss) und seit 15 Jahren durch Bioswing und die Dorn-Methode. Er hat ein Modell für die Lösung der Schulprobleme entwickelt, die „Neue Ich-kann-Schule“ und singt, da er mehr als ein Lied davon singen kann, seine „Lebens-Lieder“ dazu.

Mit vielen Vorträgen, Seminaren, schriftlichen Publikationen und Kleinkunst ist er seit 30 Jahren im gesamten deutschsprachigen Raum für Problemlösungen aktiv.

Infos zur Dorn-Ausbildung:
e-mail: fneffe@online.de



Betroffenen betrüge, hätte Frau Merkel durch diese simple gesundheitspolitische Vorbildlichkeit in zwei Minuten 60 Millionen Euro an Nutzen für das deutsche Volk erwirtschaftet und Schaden von ihm gewendet. Der tatsächliche Nutzen allein dieser Übung liegt sicher bereits im Milliardenbereich. Irgendjemand müsste das einmal Frau Merkel und allen, die sich Politiker nennen, sagen. ■

Literatur zum Thema

Auer, Wolfgang: „Die sanfte Wirbelsäulenthherapie“, Kneipp Verlag, Bad Wörishofen 2004

Breidenbach, Olaf/Ewert, Rebecca: „Lehrbuch Dorn-Therapie“, Sonntag Verlag, Stuttgart 2006

Cordes, Gisela: „Heilung über die Wirbelsäule durch die SelaCor-Methode“, Wirtschafts-Verlag, Suhl 2004

Dorn, Dieter/Flemming, Gerda: „Heilen mit der Methode Dorn“, Lüchow Verlag, Stuttgart 2003

Fleig, Harald: „Heilen über die Wirbelsäule nach Breuss – Dorn – Fleig“, Selbstverlag, Wehr 1995 u. 1999, Bd. 1+2

Flemming, Gerda: „Die Methode Dorn“, Aurum Verlag, Bielefeld 1997

Godau, Angelika: „Wenn Wirbel aus dem Lot geraten“, Aurum Verlag, Bielefeld 2001

Graulich, Micha: „Wunder dauern etwas länger“, Margarethen Verlag, Ottobeuren 1998

Knoll Sabine: „Die Dorn-Methode“, Goldmann Verlag, München 2003

Koch, Helmuth/Steinhauser, Hildegard [Hg.]: „Dorn-Forum Nr. 1–5“, Aurum Verlag, Bielefeld 2000

Dies.: „Dorn-Kongressberichte 1–5“, Selbstverlag, Lindau 1997–2005

Dies.: „Die Dorn-Methode & Breuss-Massage“ (auch polnisch, englisch, französisch, italienisch) Selbstverlag, Lindau 2004

Dies.: „Die Dorn-Therapie“, Foltzick Verlag, München 2001

Neffe, Birgitt: „Wasser des Lebens“, Selbstverlag, Pfaffenhofen 2003

Neffe, Franz Josef: „Sanfte Hilfe für den Rücken. Dorn-Therapie, Hilfe und Selbsthilfe für alle“, Selbstverlag, Pfaffenhofen, 5. Aufl. 2002

Ders.: „Die Dorn-Methode dient der Gesundheit. 5. Dorn-Kongressbericht 2005“, Selbstverlag, Pfaffenhofen 2006

Ders.: „Selbsthilfe-Kalender der Dorn-Methode 2003–2005“, Selbstverlag, Pfaffenhofen

Raslan, Gamal: „Die Dorn-Methode“, Aurum-Verlag, Bielefeld 2003; tschechisch: Dornova metoda

Ott, Gunter/Ulmer, G. A.: „Deine Wirbelsäule – dein Schicksal“, Ulmer Verlag, Tuningen

Dies.: „Sie sind so gesund wie Ihre Füße“, Ulmer Verlag, Tuningen

Wohlfeil, J. u. a. (Rückgrad e.V.): „Handbuch zur sanften manuellen Hilfe von Rücken und Gelenken“, Suhl

Dies.: „Begleitbuch zu Lebensglück und Gesundheit“, Suhl 2001

Schäfer, Reinhold: „Rücken unterm Regenbogen“, Selbstverlag, Alsmoos 2002

Schmid, Oliver: „Homöopathädie und das Tai-Chi des Alltags“, Selbstverlag, Rothenburg

Schwarz, Matthias: „Schmerzfrei mit der Dorn-Methode“, Foltzick Verlag, München 2003

Wagner, E.: „Selbsthilfebuch zur Dorn-Methode“, Selbstverlag, Überlingen 2004, auch italienisch und englisch

Internet:

Dorn-Therapeuten/
Anwender und
Ausbilder im Internet
u. a. unter:
www.dornforum.net
oder
www.rueckgrad.com
oder
www.breuss-dorn-
fleig-therapie.de