

# Inhalt

|   |    |
|---|----|
| <b>Einleitung .....</b>   | 7  |
| <b>Die Wirbelsäule als Zentrum des Wohlbefindens .....</b>                                  | 10 |
| Die Wirbelsäule und ihre Funktionen .....   | 12 |
| Die Halswirbelsäule .....   | 13 |
| Die Brustwirbelsäule .....  | 15 |
| Die Lendenwirbelsäule .....   | 17 |
| Kreuzbein, Darmbein und Steißbein .....   | 18 |
| <b>Der Heilungsansatz der sanften Wirbeltherapie .....</b>                                  | 20 |
| <b>1. Körperlich-seelische Spannungen als Ursache<br/>für Wirbelsäulenbeschwerden .....</b> | 21 |
| <b>2. Die Rolle der Übersäuerung als Krankmacher .....</b>                                  | 23 |
| So erkennt man Übersäuerung .....   | 24 |
| Säure lässt sich nicht so einfach messen .....  | 24 |
| So bildet der Körper überschüssige Säure .....  | 25 |
| Was kann dagegen tun? .....   | 26 |
| Sanfte Wirbeltherapie und Basenpulver .....   | 29 |
| Übersäuerung und rheumatische Beschwerden .....   | 29 |
| Übersäuerung und Übergewicht .....  | 30 |
| Entsäuerung über die Haut .....   | 32 |
| Fehlstellungen von Wirbeln und Gelenken .....   | 34 |
| <b>Der Ablauf der Behandlung .....</b>  | 38 |
| Das Erhebungsgespräch .....   | 38 |
| Die Untersuchung .....  | 39 |

|  |    |
|--|----|
| <b>Die Praxis der sanften Wirbeltherapie .....</b>   | 42 |
| 1. Überprüfen der Beinlängen .....                   | 42 |
| 2. Beinlängengenausgleich .....                      | 45 |
| 3. Massage .....                                     | 47 |
| 4. Magnetisieren .....                               | 53 |
| 5. Energetische Regulationsmassage .....             | 56 |
| 6. Wirbeldrücken .....                               | 57 |
| 7. Abschluss .....                                   | 63 |
| <br><b>Der lange Weg zum Ich .....</b>               | 66 |
| Selbstdefinition .....                               | 66 |
| Veränderung durch Fragen .....                       | 67 |
| Der Weg ist das Ziel .....                           | 68 |
| Glück und Zufriedenheit .....                        | 69 |
| Die Angst vorm Altern .....                          | 70 |
| Organismus und Körper .....                          | 71 |
| Lebensbild, Regeln, Überzeugungen .....              | 72 |
| Die Vergangenheit als sicherste Form des Seins ..... | 73 |
| Kindheit und Familie .....                           | 74 |
| Kind und Lebensgeschichte .....                      | 75 |
| Die wichtigen Dinge des Lebens erkennen .....        | 76 |
| Der Hemmschuh Luxus .....                            | 76 |
| Ziele, Träume und Bedürfnisse .....                  | 77 |
| Sanfte Wirbelregulation und Psyche .....             | 79 |
| <br><b>Zum Abschluss ein Fallbeispiel .....</b>      | 80 |
| Befund vor Beginn der Behandlung .....               | 80 |
| Befund nach der Behandlung .....                     | 81 |