

# 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 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 man dagegen tun? .....	26
<b>Sanfte Wirbeltherapie und Basenpulver</b> .....	29
Übersäuerung und rheumatische Beschwerden .....	29
Übersäuerung und Übergewicht .....	30
Entsäuerung über die Haut .....	32
<b>Fehlstellungen von Wirbeln und Gelenken</b> .....	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. Beinlängenausgleich	45
3. Massage	47
4. Magnetisieren	53
5. Energetische Regulationsmassage	56
6. Wirbeldrücken	57
7. Abschluss	63
<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
<b>Zum Abschluss ein Fallbeispiel</b>	80
Befund vor Beginn der Behandlung	80
Befund nach der Behandlung	81