

Geleitwort zur 3.Auflage

Ich bin ein Mann im besten Alter, fit und erfolgreich. Ich treibe täglich Sport und habe kein Übergewicht. Und trotzdem hat es mich erwischt. Ab 40 kam immer wieder der Rückenschmerz. Erst zweimal jährlich, dann immer öfter wiederkehrend. Routiniert ging ich zum Arzt, ließ mich als Erstversorgung gesund spritzen, ging in Physiotherapie. Oft blieb ich über mehrere Monate ohne Rückenbeschwerden, doch plötzlich wurde ich wieder eingeholt: Blockaden der Lendenwirbelsäule, Iliosakralgelenk, HWS-Syndrom. Ich fragte mich: Bewege ich mich zu viel, zu wenig oder gar falsch?

Weihnachten 2012 hat es mich diesmal richtig erwischt. Ein Bandscheibenvorfall in der Lendenwirbelsäule. Sämtliche Spritzen und Tabletten halfen nicht. Ich konnte weder schmerzfrei liegen, gehen, schlafen noch sitzen. Da hörte ich durch einen Freund von der Dorn-Methode. „Geh zu einem guten Dorn-Therapeuten und lass dich nach dieser Methode behandeln und zu entsprechenden Übungen anleiten.“ Dorn-Methode? Gehört ja, probiert noch nie! Ein esoterisches Handauflegen mit Energieübertragung?

Nein! Die Dorn-Methode ist ein geschicktes Wirbeljustieren, eine Heil-Handwerkskunst. Während der ersten Behandlung merkte ich schon eine leichte Besserung. Nach drei Wochen konnte ich mit meinem täglichen Training beginnen, nach sechs Wochen kam die innere Sicherheit zurück.

Nach zehn Wochen war ich soweit wieder hergestellt, dass ich als Mannschaftsmitglied bei der Segeleuropameisterschaft der Ex-Olympiaklasse Soling teilnehmen konnte. Als Vize-Europameister kam ich mit starkem Rücken zurück und war physisch und psychisch gestärkt. Ich kann wieder segeln, rudern und meinen Zweitberuf als Gondoliere ausüben.

Danke an meinen Freund, der mir geraten hat, diese Therapie auszuprobieren und besonderen Dank der Dorn-Methode selbst, die für mich ein persönliches Wunder vollbracht hat.

Wörthsee, im Juli 2013

Maximilian Koch

2-facher Weltmeister und 4-facher Europameister der Solingklasse Segeln,
Versicherungskaufmann und Gondoliere