

Breuß-Dorn Newsletter * Mai 2013

NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Therapien nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax:: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de



Breuß-Dorn NEWSLETTER Mai 2013

4348 Empfänger. Bei Ausdruck ca. 18 Seiten

Inhalt dieses Newsletters:

BESUCHEN SIE UNSEREN STAND AUF DEM HP-KONGRESS KARLSRUHE

DORN-KONGRESS 2013 PRESSEMELDUNG NR.1

RESUMÉE DORN-METHODE AUF DEM INT. DEUTSCHEN TURNERFEST 2013

ERLEBNISBERICHT DORN-METHODE AUF DEM DT. TURNERFEST 2013

DORNMETHODE & AKUPRESSUR

HINTERGRUNDINFORMATION RÜCKENMUSKULATUR

IMPRESSUM/MEDIADATEN

BESUCHEN SIE UNSEREN STAND AUF DEM HP-KONGRESS KARLSRUHE

Auf dem 23. Heilpraktikerkongress in Karlsruhe vom 15.06-16.06.2013 finden Sie unseren Stand im 1. Obergeschoss mit der Standnummer 378a.

Sie finden unseren Stand zum ersten Mal im 1. Obergeschoss direkt am rechten Treppenaufgang.

Wir laden alle unsere Leser ein uns an unserem Stand zu besuchen. Wir sind für Sie da zum

Informationsaustausch, freuen uns auf Ihre Fragen und stellen Ihnen gerne unsere Seminare und Produkte vor.

An unserem Stand finden Sie wieder unsere gesamte Auslage. Sie können in den Ansichtsexemplaren allen

Büchern und Schriften reinschauen, Poster begutachten, Massagezubehör testen und uns Ihre Fragen dazu

stellen. Mit uns am Stand präsentiert die Firma DaBuNa GbR Ihr Präparat "Capilli 2008". Ein neuentwickeltes

Naturprodukt aus der Phytotherapie, bestehend aus 3 wertvollen Präparaten, dass die Haare wieder wachsen

läßt. Dagmar Burkert hat die spezielle Zusammensetzung entwickelt. Am Stand erwartet Frau Burkert Ihre Fragen,

Sie können das Präparat selbst erstehen und Wiederverkäuferkonditionen aushandeln.

"Bewegung ist Leben" heißt das Motto des diesjährigen Deutscher Heilpraktikerkongresses, der im Karlsruher Messe- und Kongresszentrum (KMK) stattfindet. Auch in diesem Jahr werden auf dem größten

Heilpraktikerkongress in Deutschland rund 4.000 Teilnehmer - Heilpraktikerinnen und Heilpraktiker,

Naturheilkundler, Berufsanwärter sowie interessierte Ärzte und Studenten - aus ganz Deutschland in der

badischen Metropole erwartet. Im Mittelpunkt der zweitägigen Fachveranstaltung steht ein umfangreiches und

fachlich hervorragend besetztes Vortrags- und Seminarprogramm. Insgesamt rund fünfzig Referenten haben ihre

Teilnahme zugesagt. Der Kongress wird organisiert vom DDH- Die Deutschen Heilpraktikerverbände. Sie finden

weitere Informationen bei:

Die Deutschen Heilpraktikerverbände -DDH-
Organisationsanschrift:
Deutscher Heilpraktikerkongress Karlsruhe 2013
Maarweg 10
53123 Bonn
Tel.: 0228-61 10 49
Fax: 0228-62 73 59
Mail: kongress-karlsruhe@ddh-online.de

Das Programm inklusive Anmeldeformular finden Sie unter:

Flyer Deutscher Heilpraktikerkongress 2013

Der Eintritt kostet mit dem Kombiticket für Samstag und Sonntag 30.- €, die Eintrittskarte für Sonntag 10.- € pro Person.

Kongressbeginn:

Einlass: Samstag, ab 8.30 Uhr

Eröffnung: 9.20 Uhr bis 17.00

Einlass: Sonntag, ab 8.30 Uhr

Eröffnung: 9.15 Uhr bis 13.00

DORN-KONGRESS 2013 PRESSEMELDUNG NR.1

“Dorn für jedes Lebensalter”

Presse-Information Nr. 1301

9. DORN-Kongress am 5./6.Oktober 2013 wieder in der Stadthalle, Memmingen

Alle zwei Jahre treffen sich die DORN-Anwender und das große Publikum der an Gesundheit und Selbsthilfe Interessierten zum DORN-Kongress. Am 5./6.Oktober 2013, gut zwei Jahre nach Dieter Dorns Tod, kehrt der Kongress nach Memmingen zurück. Die Dorn-Methode hat inzwischen - aufgrund ihrer praktischen Wirksamkeit - weltweit Verbreitung gefunden.



Begrüßt werden die Gäste von Reinhard Dorn und dem Bayerischen Staatsminister a.D., MdL Josef Miller



“Die offensichtliche Wirksamkeit dieser alternativen Methode zeigt ihre rasante Verbreitung, für die weder finanzielle Mittel für Werbekampagnen, noch große Unterstützung durch die Medien nötig waren. Ich freue mich, dass der Dorn-Kongress – nach seinen Abstechern nach Würzburg und Stuttgart – wieder in unsere schöne, historische Stadt gefunden hat.”

Dr. Ivo Holzinger, OB, Memmingen



“Der Erfolg gibt Dieter Dorn Recht, schließlich ist seine Methode zwischenzeitlich rund 30 Jahre alt und findet weltweit große Zustimmung.”

Hans-Joachim Weirather, Landrat des Landkreises Unterallgäu



“Ich habe Dieter Dorn auf dem Krankenbett kennengelernt und als einen bescheidenen Wohltäter der Menschen geschätzt. Seine Hilfe hat vielen Menschen das Leben erleichtert. Leider hat Dieter Dorn nicht die Anerkennung gefunden, die ihm gebührt. Umso wichtiger ist der Kongress.”

Dr. Norbert Blüm, Bonn

Hier finden Sie die Infos zum DORN-KONGRESS: www.dorn-kongress.de

Presseinformation: Franz Josef Neffe Tel. 07302 - 5580 www.coue.org coue@fjneffe.de

RESUMÉE DORN-METHODE AUF DEM INT. DEUTSCHEN TURNERFEST 2013

Die DORN-Methode beim Internationalen Deutschen Turnfest 2013 in Mannheim

Zum zweiten Mal wurde die DORN-Methode bei der größten Breitensportveranstaltung der Welt, dem Turnfest 2013 in Mannheim, vom 18.5. bis 25.5.2013 von der "Freien Vereinigung der DORN-Anwender" unter Leitung von Helmuth Koch und Heidegard Bayer-Brechtken mit großem Erfolg vorgestellt.

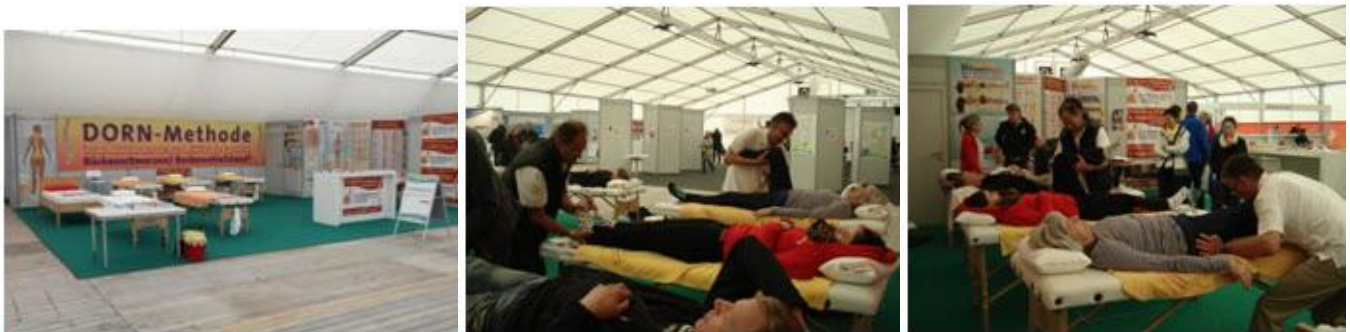
DORN-Methode

Freie Vereinigung der DORN-Anwender

Rückenschmerzen? Beckenschiefstand?

Integriert in der Turnfest-Akademie, Europas größtem Praxiskongress im Sport, waren auf dem Maimarkgelände die fünf Trendzelte der GYMWELT - wo wir im Zelt Nr. 3 - unseren Standplatz hatten, gleich anschließend an den Info-Point zur Turnfest-Akademie und der GYMwelt-Arena.

Von Pfingst-Sonntag, den 19. Mai bis Freitag, den 24. Mai haben wir jeden Tag von 10 bis 19 Uhr die Beinlängen-Kontrolle und -Korrektur bei ca. 2800 Teilnehmern des Turnfestes in Mannheim auf dem Maimarkt im Messebereich, Zelt 3, durchgeführt. 26 erfahrene DORN-Anwender und DORN-Anwenderinnen lösten sich ab, so waren immer 5-8 Behandlungsplätze besetzt.



Der Stand der Dorn-Methode vor und während der Veranstaltung

Sehr überzeugend waren die meisten Reaktionen der kleinen und großen, der jüngeren und älteren Sportler und Sportlerinnen, die nach ca. 5 Minuten - Test/Korrektur des Beckens und der Beinegelenke sehr häufig ein völliges Verschwinden ihrer Rückenschmerzen und ein wesentlich verbessertes Rückengefühl beschrieben.

Beim Fitness- Check an unserem Stand Nr. 3 war die Überraschung sehr gross, dass innert wenigen Minuten - nach der Test/Korrektur des Beckens und der Beinegelenke - oft mit sofortiger Wirkung ein neues Körpergefühl wahrgenommen werden konnte, ein verbessertes Rückengefühl beschrieben worden ist und häufig ein völliges Verschwinden ihrer Rückenschmerzen dazu. Einige der Sportler und Übungsleiter meldeten sogar an uns zurück, dass sie mit körperlicher Verspannung oder nur unter Schmerzen seit Jahren trainieren würden und nun erstmals wieder "sich freier und körperlich entspannter fühlen" würden.

Besonders bei den jüngeren und den ganz kleinen TurnerInnen wurde im Gespräch mit den Sportlerlehrern die Wirkungsweise in der korrekten Anwendung der Dorn-Selbst-Hilfe-Übung aufgezeigt, erklärt und instruiert.

An unserem Check-Point konnte man keine Medaillen gewinnen, sondern bekam eine praxisnahe Übung demonstriert - zur zukünftigen Selbst-Hilfe.



Die DORN-Anwender in Aktion - Beinlängen-Test und Korrekturen

Mit allen wurden die DORN-Selbsthilfe-Übungen geübt und ein Info-Blatt zum Fitness-Check mitgegeben, mit denen sie sich in Zukunft selbst den Beckenschiefstand korrigieren können und sich von Verspannungen und Rückenschmerzen freihalten können. Mit einem ausgeglichenen Becken und in dynamischer Balance werden die Sportler so noch mehr Freude am Sport, an ihren Bewegungen und sportlichen Leistungen haben.



Die DORN-Anwender in Aktion - Beinlängen-Test und Korrekturen und üben der Selbst-Hilfe-Übungen

Wir danken Heidgard Bayer-Brechtken, der Partnerin des DTB-Präsidenten, welche für uns die Brücke zum Deutschen Turnerbund geschlagen hat, für den kostenlosen Stand und die Möglichkeit dabei zu sein.

Wir danken der Firma OrthoDorn, Herrn Erhard Seiler, der den Stand dekoriert und die Liegen aufgestellt und das Info-Blatt zur Werbung für den Dorn-Kongress 2013 vorfinanziert hat.

Wir danken den 26 erfahrenen DORN-Anwendern, die freiwillig und ehrenamtlich gekommen sind und die vielen Kinder, Sportler und Besucher freundlich instruiert haben den Beckenschiefstand beheben zu können.



Helfer und Besucher am Stand. Zum Abschluss GALA-Abend am Donnerstag - dem 23.05 2013 - im SAP-Stadion Heidgard, Gabriele, Wolfgang, Regina, Cornelia und Helmuth (Bild re)

Die manchmal eher anstrengende Arbeit zu tun war bei der Kälte und dem Regenwetter erschwerend, doch die überraschten und freudigen Gesichter der Test-Personen nachdem die Dorn-Selbsthilfe-Übung gezeigt worden ist, machten vieles wieder gut.

Es war für alle Beteiligten ein schönes und unvergessliches Erlebnis, dabei gewesen zu sein und mitgeholfen zu haben die Dorn-Methode im Breitensport einem großen Publikum vorzustellen.

Einzigartig war die Parade am ersten Samstag zur Eröffnung, die abendlichen Gala-Vorstellungen und die diversen Wettbewerbe der Turner mit Auszeichnungen, die vielen Vorträge, Interviews, Workshops, Tanzveranstaltungen zum mit machen und die Gymfit-Test-Stationen in drei ca. 1800m² Zelten.

An allen drei Veranstaltungsorten in Heidelberg, Ludwigshafen und Mannheim absolvierten die Turner in ihrer Sport- Disziplin Tests, Wettbewerbe und Vorführungen und gleichzeitig endete dieses großartige Turnfest 2013 in Fröhlichkeit und Vorfreude auf Berlin im 2017.

Besonders zu erwähnen ist die Gala-Schlussveranstaltung in Mannheim mit über 3500 Turner und Turnerinnen - alle zusammen in gemeinsamen Gymnastik-Shows - begleitet von Trommeln und Feuerwerk um auf das nächste Turnfest in vier Jahren in Berlin hinzuweisen und mit vielen lachenden Gesichter im Publikum und bei den Turnern aller Altersklassen. An allen drei Veranstaltungsorten in Heidelberg, Ludwigshafen und Mannheim absolvierten die Turner in ihrer Sport-Disziplin Tests, Wettbewerbe und Vorführungen und gleichzeitig endete dieses großartige Turnfest 2013 in Fröhlichkeit und Vorfreude auf Berlin im 2017.



Das nächste Turnfest findet 2017 in Berlin statt. Wir freuen uns schon darauf.



Heidegard Bayer-Brechtken + Helmuth Koch

ERLEBNISBERICHT DORN-METHODE AUF DEM DT. TURNERFEST 2013

Helga Gieb-Sturm zu Int. Deutsches Turnfest 2013 in Mannheim

Donnerstag - 23. Mai 2013 - Erlebnisbericht von einem aktiven Tag !

Wie Ihr wisst, hatte ich mich als Helferin für das Internationale Deutsche Turnerfest 2013 in Mannheim auf dem Maimarkt – beim Gymfit-Test zum Beinlängen-Test anhand der Dorn- Methode – für zwei Tage angemeldet.

Heidegard Beyer-Brechtken – die Partnerin vom Präsidenten des Deutschen Turnverbandes und Helmuth Koch wurden gebeten, die Dorn-Methode international bekannter zu machen und konnten erstmals, an der Turnfest-Akademie, einen Vortrag mit Demonstration zur Dorn-Methode halten. Sie hatten als „Freie Vereinigung der Dorn-Methode“ 70 m² kostenlos zur Verfügung gestellt bekommen, da sie als VIP-Gäste des Turnerbundes eingeladen worden waren.

Mein Tag am Turnfest 2013 in Mannheim

Also bin ich am 23.5. bei schlechtem Wetter hingefahren. Im Laufe des Tages wurde es immer kälter und nasser.

Unsere Aufgabe war es, die Beinlängen zu kontrollieren, zu korrigieren und die entsprechende Selbst-Hilfe-Übung zu zeigen, zu schulen und das Becken ebenso in Ordnung - in die dynamische Balance - zu bringen.

Unser Standplatz war ideal, gleich neben dem Stand vom DTB dem Deutschen Turnerbund mit dem Info-Point – und genau da, wo die Wettbewerbsabgabe für den Gymfit-Test war – im Zelt Nr. 3.

Zur Verfügung standen uns 9 Liegen zur Behandlung. Jeder, der ehrenamtlich mitmachte, durfte seine Prospekte und Visitenkarten zur Eigenwerbung vor Ort auf separaten Tischen hinlegen. Wobei ich meine, dass der eine oder andere die Eigenwerbung etwas zu wörtlich nahm.

Wir waren 7 Dorn-Anwender bzw. ein Team von Heilpraktikern, Therapeuten und Dorn-Anwendern - die alle „energiegeladen“ auf die ersten Personen warteten. Um 10 Uhr sollte es losgehen und es war geplant bis 18 Uhr, die Beinlängen-Kontrolle an möglichst vielen Sportlern und Besuchern demonstrieren zu können.



Heidegard Beyer-Brechtken (vorn/mitte) und Helga Gieb-Sturm in Aktion

Eigentlich sollten wir ja 12 bis 13 Helfer sein, da am Donnerstagvormittag Helmuth Koch seinen Vortrag zur

DORN-Methode in der Turnfest-Akademie in Heidelberg zu halten hatte – jedoch haben sich einige sehr kurzfristig abgemeldet oder waren krank. Ab Mittag kamen Helmuth Koch und Cornelia Rey zurück und erzählten freudig von dem erfolgreichen Vortrag und, dass diese beiden Workshop-Vorträge schon seit langem ausgebucht waren. Wie bereits schon am Vortrag bei Heidegard Beyer-Brechtken wurden ebenfalls zum Vortrag von Helmuth mehr Teilnehmer zugelassen und der Raum sei voll besetzt gewesen – und wirklich, einige der Zuhörer kamen nachmittags an den Stand um sich die Wirksamkeit der Dorn-Methode zeigen zu lassen.

GymFit-Test / Stand No 3 / Beinlängen-Kontrolle anhand der DORN-Methode

Ab 09.30 Uhr kamen schon die ersten Besucher mit ihrem Fitness-Checkheft, um bei dem Gymfit-Test den Beckenschiefstand kontrollieren zu lassen. So ab 11.00 Uhr bildeten sich bereits Schlangen an unserem Stand bei der Infotheke.

Uns besuchten Sportlehrer, Sportleiter, viele Kinder, Jugendliche, Turner, Besucher mit und ohne Gymfit-Test und auch das Servicepersonal oder die Helfer vom Turnfest kamen vorbei. Einfach alle waren bei uns willkommen.

Mir fiel auf, einige von uns haben permanent durchgearbeitet und andere haben sich eine längere Auszeit gegönnt. Na ja, Pausen braucht jeder einmal..... doch erschwerend war, dass die Pausenzeiten nicht vorher im Team abgesprochen worden sind. Und na ja, es waren einfach immer wieder neue Besucher da, welche auch noch getestet werden wollen und erfreulicherweise viele Kinder.

Tagsüber war es sehr kalt geworden. Ab Mittag konnte ich nur noch in meiner Winterjacke arbeiten. Auch ich machte um 17.00 Uhr für 15 Minuten Pause, denn ich war von Kopf bis Fuß ein einziger Eiszapfen.

Wir hatten tolle Erfolge. Die Leute waren voll des Lobes von unserer Arbeit, der Dorn-Methode und derer sofortiger Wirksamkeit. Die Dorn-Methode ist sehr gut angekommen und die Leute wollten wissen, wie und wo man diese Technik erlernen kann.

Wir verwiesen auf den DORN-Kongress und konnten bereits das Programmheft abgeben, auf den Dornfinder, auf Helmuth Koch und Rückgrad e.V.

Aus den vielen netten Erlebnissen greife ich das schönste heraus

Ein Sportlehrer aus Mönchengladbach kam zu mir und sagte, er habe schon ein halbes Jahr Kopfschmerzen, Nacken- und Rückenbeschwerden und geholfen hat ihm noch nichts so richtig. So fing ich an, die Beinlänge zu kontrollieren, auch der Beckenschiefstand musste korrigiert werden. Dann nahm ich mir die Zeit und habe in Ruhe die Halswirbelsäule begutachtet und dem Atlas mit der neuen Anwender-Methode „Platz“ verschafft, dann die Hals- und Brustwirbel in die Ordnung gebracht und der Rest ging fast wie von alleine – **die Wirbelsäule war wieder im Lot. Der Mann war sichtlich begeistert und konnte kaum fassen, dass es so etwas „einfaches“ gibt. Endlich ohne Schmerzen!** sagte er.

Außerdem wollte er die Übung, die diesen Beckenschiefstand korrigiert, richtig erlernen und in seiner Begeisterung sogleich eine Alternative suchen, damit dieser Beckenschiefstand gar nicht erst wieder vor kommen solle. Nebst der Instruktion die Selbst-Hilfe-Übung richtig anzuwenden, habe ich natürlich alle Fragen von ihm beantwortet, ihm Prospektmaterial mitgegeben, auf Helmuth Koch, Rückgrad e.V. und auf den DORN-Kongress hingewiesen.

Er wollte mit seinem Vereins-Vorstand in Mönchengladbach darüber sprechen, dass er und die Vereinsmitglieder

in der Dorn-Methode ausgebildet werden, um sich jederzeit, unterwegs und im Training selbst helfen zu können. Er war sehr dankbar für die Hilfeleistung und wollte mir ein Entgelt anbieten. Da ich von ihm kein Geld annehmen wollte, wünschte ich ihm alles Gute und er möge sein „Versprechen – die Dorn- Methode erlernen zu wollen“ wahr machen. Ich teilte ihm mit, dass wir – ein Team von Dorn- Therapeuten und Dorn-Anwendern - uns für die größere Bekanntmachung der Dorn-Methode einsetzen wollen und uns ehrenamtlich engagiert haben. Viele Besucher waren davon überzeugt, dass „Dorn“ die Zukunft sei.

An diesem Tag hatte ich von ...zig Personen nur 2, bei denen die Beinlängen und das Becken in Ordnung – in der dynamischen Balance – waren.

Dieser Tag war für mich sehr wertvoll. Ich konnte meine Arbeit demonstrieren und viel weitergeben. Das sind so die Momente, in denen ich froh bin, mitgeholfen zu haben und es erfüllt mich mit Glück und Zufriedenheit.



Im Team - Wolfgang Kerstiens, HP mit TurnerInnen & Sport-LeiterInnen und Astrid Rech, HP beim Test

Diese Aktion hat m.E. sehr viel gebracht., wobei sich in Gesprächen herausstellte, dass im Ruhrgebiet, im Norden und Osten Deutschlands die Dornmethode noch nicht so bekannt ist wie hier in Franken oder Bayern.

In Rücksprache mit Helmuth Koch habe ich nun nur an einem Tag mitgeholfen, da ich so unterkühlt war und keine Unterkunft mehr bekommen konnte. Im Umkreis von Mannheim, Ludwigshafen bis nach Heidelberg waren die Gasthäuser komplett ausgebucht gewesen.

So habe ich mich um 19 Uhr verabschiedet und bin zufrieden und erfüllt zurückgefahren. Diejenigen Helfer, welche sich kurzfristig entschließen konnten, wurden noch vom Turnerbund zur Donnerstag–Abendveranstaltung eingeladen und konnten in den reservierten VIP-Plätzen die Show von den Nationalen Turnern aus Dänemark genießen.

Wie im Rundschreiben von Helmuth Koch erwähnt war, wurde eingeplant, dass 20 Helfer pro Tag da sein sollten. Somit hätte jeder Einzelne seine Pausenzeiten haben können. Auch wäre so die Möglichkeit gegeben worden, einmal über das Gelände zu laufen, zu entspannen, frische Luft zu schnappen und die anderen Attraktionen der Sportler ansehen zu können.

Doch bei der langen Menschen-Schlange, die behandelt werden wollten, war das einfach nicht möglich, wenn man seine „Sache“ ernst genommen hatte oder für die Sportler und für die DORNmethode sich einsetzen wollte. Bei 20 habe ich aufgehört zu zählen. Cornelia erzählte mir später, dass wir alle zusammen an mehr als 2800 Personen die Dorn-Methode aufzeigen konnten – welch großartiger Erfolg.



Beim nächsten Internationalen Deutschen Turnerfest 2017 – in vier Jahren in Berlin – bin ich wieder dabei. Gerne etwas länger, wenn wir mehr Helfer haben werden. Außerdem informiere ich mich dann frühzeitiger unter turnfest.de und kann in der Turnfest-Akademie vielleicht sogar mit anwesend sein.

Mein Wunsch wäre, dass wir in einem einheitlichen Look – einem Dorn-Anwender – Shirt und mit Namenschild – als ein großes Team wieder mit dabei sein dürfen. Auch, dass wir die vielen Fragen der Trainer und Besucher zur Dorn-Methode und der genialen oder „verblüffenden“ Wirksamkeit in Ruhe und Gelassenheit beantworten können.

Mit Sportlichen Grüßen vom Turnfest

Helga Gieb-Sturm

Nürnberg

E-Mail: Familie@IBS-Sturm.de

DORNMETHODE & AKUPRESSUR

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode.

Die Ausgabe 03/2013 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: **Sport und Gesundheit**



Das Magazin erscheint alle zwei Monate. Zum Preis von 3.90 Euro pro Ausgabe
Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis:
6 Ausgaben für nur 21.90 Euro anstatt 32.10 Euro inkl. MwSt. und Versand innerhalb Deutschlands!
Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:
Abonnement & Vertrieb
Sandra Linde, Telefon 08031/8093363
E-Mail: abo@gesund-media.de

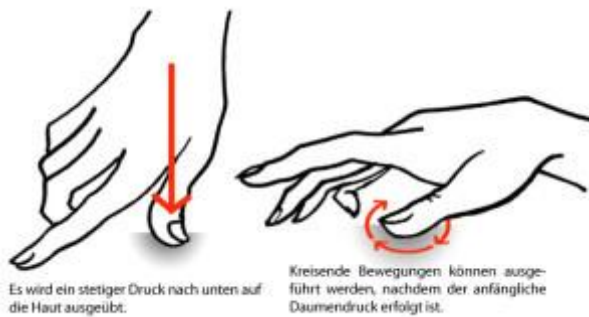
MethodeDorn und Akupressur



Geschichte und Funktionsweise der Akupressur

Behandlungstechniken des Fernen Ostens wirken oft geheimnisvoll und wenig greifbar. Allerdings werden die Methoden, wenn man sie genauer betrachtet und sich der Zusammenhänge bewusst wird, plötzlich nachvollziehbar. Die Akupressur ist in das philosophische Gedankengut der Chinesen eingegliedert. Laut dieser Philosophie stellen die Welt der Materie und die Welt der Energie keinen Gegensatz dar, sondern einen dynamischen Zusammenhang. Dieses System wird in der chinesischen Tradition als Yin und Yang bezeichnet. Beides sind Kräfte, die sich ergänzen und ineinander übergehen und damit alles im Fluss halten. Nach chinesischer Auffassung wird der Körper unaufhörlich von Lebensenergie durchströmt. Diese Energie fließt über bestimmte Stränge bzw. Linien – die Meridiane – durch den ganzen Körper. Einige Meridiane entsprechen inneren Organen, andere besitzen eine verbindende oder unterstützende Funktion im System. Entlang der Meridiane können sich Stauungen bilden, die den Energiefluss zum Stillstand bringen. Das ist der Moment, wo sich Beschwerden oder Krankheiten bemerkbar machen.

Im gesamten Meridiansystem befinden sich 361 Punkte. Wenn diese gereizt werden, kann der Energiefluss qualitativ und quantitativ verändert werden. Mit dem Daumen oder Zeigefinger können diese Energiepunkte entlang der Meridiane gedrückt werden, wodurch die Störung des Energieflusses behoben werden kann. Die Behandlung besteht also im Wesentlichen in der Wiederherstellung des Energieausgleichs: Dort, wo die Energie gestaut ist, wird sie abgeleitet. Dort, wo Energie fehlt, wird sie zugeführt. Die körperlichen Symptome, die der Energiestau ausgelöst hat, dienen dabei lediglich der Orientierung. Sie geben nur Hinweise darauf, welche Energiebahnen im Körper gestört sind.



In China wird die Akupressur von zahllosen Frauen und Männern aus dem einfachen Volk angewandt. Man nennt sie „Barfußdoktoren“. Sie sind keine Mediziner im eigentlichen Sinne. Es sind Laien, die vertraut sind mit der Philosophie von der Energie des Lebensflusses im Körper. Bei gesundheitlichen Problemen des täglichen Lebens wenden sie die Akupressur- Technik an und helfen damit nicht nur sich selbst, sondern auch Familienangehörigen, Nachbarn, Kollegen. Ein schnelles und sehr effektives Mittel, mit dem vielen Menschen geholfen werden kann oder jeder sich selbst helfen kann.

Zwischen der Akupressur und der Akupunktur besteht naturgemäß ein enger Zusammenhang. Bei der Akupressur werden die Energiepunkte mittels Fingerdruck stimuliert, bei der Akupunktur werden dazu Nadeln verwendet. Beide Heilmethoden haben denselben Ursprung und sind Jahrtausende alt. Aber erst im 20. Jahrhundert, unter Mao Tse-Tung, wurde die Akupunktur auch in der westlichen Welt langsam immer mehr publik. Da Mao Tse-Tung stets versuchte, westliche Medizin mit chinesischer Tradition zu verbinden, ist es in China seitdem durchaus üblich, dass ein operativer Eingriff nach westlichen Prinzipien, aber mit einer traditionell chinesischen Betäubung abläuft. Dazu werden gezielt Nadeln in die betreffenden Energiebahnen gesetzt, um den Energiefluss zu unterbrechen und so das Schmerzempfinden auszuschalten.

Der Zusammenhang zwischen Akupunktur bzw. Akupressur und der Methode Dorn lässt sich deutlich erkennen. Die Akupressur ist eine optimale Ergänzung zur Methode Dorn. Da bei der Methode Dorn durch Wirbelkorrektur Verspannungen und Blockaden gelöst werden, können damit auch die Energiestauungen behoben werden, sodass die Energie wieder frei fließen kann.

Techniken der Akupressur

Ein Akupressurpunkt ist sehr klein und auf nur etwa einen halben Quadratmillimeter beschränkt. Man findet ihn sehr leicht, indem man ihn kurz andrückt. Gegenüber seiner Umgebung weist er eine gewisse Schmerzempfindlichkeit auf.



Sie setzen die Spitze Ihres Daumens oder des Zeigefingers auf den Energiepunkt und drücken auf den Punkt. Dabei kreisen Sie mit dem Finger im Uhrzeigersinn und massieren so den Punkt.

Druckstärke:

- Bei akuten Beschwerden und Erstbehandlung: leichte, kreisende Bewegungen.
- Bei chronischen Beschwerden: mittelstarker Druck und kreisende Bewegungen.

Generell sollte die Massage bis zum Eintreten der Schmerzlinderung andauern. Das kann nach einem kurzen Moment sein oder bis zu einige Minuten dauern.

Die Akupressur sollte nicht durchgeführt werden bei:

- schweren organischen Herz- und Kreislauferkrankungen
- lokalen Hautveränderungen im Bereich der Behandlungspunkte (z.B. Pilzinfektionen, Eiterungen, offenen Wunden)
- Schwangerschaft
- Entzündungen

Wichtiger Hinweis:

Akupressur kann auf keinen Fall medizinisch notwendige Eingriffe oder Therapien ersetzen. Liegt einer Störung eine organische Schädigung zugrunde, kann nur eine vorübergehende Schmerzlinderung, aber keine dauerhafte Hilfe erwartet werden.

Weiterführende Informationen zum Thema MethodeDorn und Akupunktur finden Sie im Buch:

Erhard Seiler:

"Der einfache Weg zur MethodeDorn"

Behandlungsanleitungen, Selbsthilfeübungen und Akupressur

Ein handliches Arbeitsbuch für alle, die die MethodeDorn erlernen, ausüben und weiterentwickeln möchten. Mit Anleitungen für Therapeuten und Anwender, Selbsthilfeübungen und hilfreichen Tipps für einen gesunden Rücken.

Gesund Media Verlag

160 Seiten

€ 24,95 [D]



Sie finden das Buch neu in unserem Programm in der Rubrik "allg. Dornliteratur"

Klicken Sie hier: [Bestellseite](#)

weitere interessante Bücher finden Sie im Bereich "allg. Dornliteratur":

Klicken Sie hier für die [allg. Dornliteratur](#)

Unser Gesamtprogramm mit allen Produkten finden Sie unter:

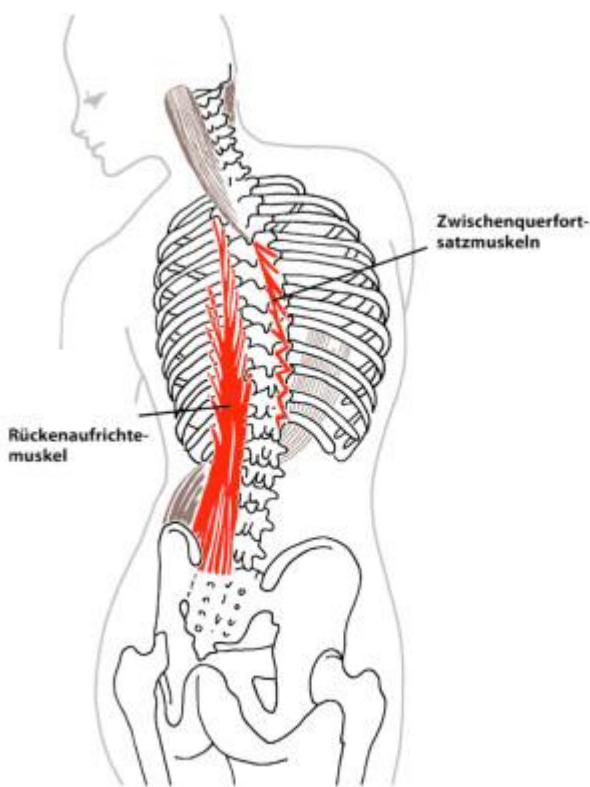
Klicken Sie hier für den [breuss-dorn-shop.de](#)

HINTERGRUNDINFORMATION RÜCKENMUSKULATUR

Die Bedeutung der tiefen und oberflächlichen Rückenmuskulatur

Die Rückenmuskulatur besteht aus einem ausgeklügelten System von mehreren Muskelschichten – tiefen und oberflächlichen. Zusammen mit Wirbeln, Sehnen und Bandscheiben sorgen sie für Beweglichkeit, Stabilisierung und aufrechte Haltung des Rückens.

Als tiefe Muskeln bezeichnet man diejenigen, die direkt zur Wirbelsäule gehören. Beispielsweise verlaufen entlang der Wirbelsäule zu beiden Seiten verschieden lange Muskelstränge, die die Zentralachse aufrecht halten und für Mobilität sorgen. Am tiefsten liegen die kurzen Rückenmuskeln, die benachbarte Wirbel miteinander verbinden. Über ihnen befinden sich längere Stränge. Sie setzen mit einem Ende an den Rippen an. Beide Muskelgruppen ermöglichen Bewegungen einzelner Wirbelsäulenabschnitte sowie die Streckung und Neigung des Rückgrats. Eine weitere Gruppe von Muskelsträngen ummantelt die Wirbelsäule vom Becken bis zum Kopf wie ein schützendes Korsett.



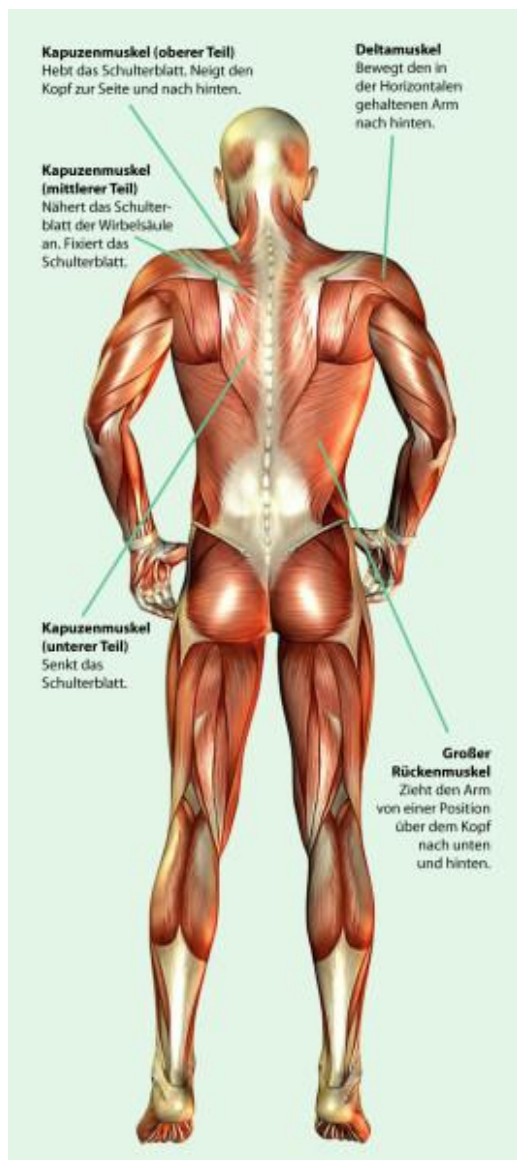
Über den Muskeln, die direkt an und um die Wirbelsäule liegen, befinden sich die Schichten, die den Rücken in unterschiedliche Richtungen beweglich machen. So dreht der Trapezmuskel das Schulterblatt, der Breite Rückenmuskel zieht die Arme zum Körper, der Große Gesäßmuskel richtet beim Gehen das Becken auf. Zudem spielen etliche Muskeln auf der Vorderseite des Rumpfes eine wichtige Rolle. Die Geraden Bauchmuskeln etwa beugen den Rumpf und agieren als Gegenspieler jener Muskelstränge, die die Wirbelsäule aufrichten.

Die tiefen Rückenmuskeln lassen sich in vier Muskelgruppen aufteilen:

- der Rückenaufrichtemuskel, der entlang der Wirbelsäule in langen Muskelzügen vom Becken bis zum Kopf reicht,
- die Querfortsatz-Dornfortsatz- Muskeln, die von den Querfortsätzen eines Wirbelkörpers zu den Dornfortsätzen eines oder mehrerer oberhalb gelegener Wirbel ziehen,
- die Zwischendornfortsatzmuskeln, die zwischen den Dornfortsätzen verlaufen,
- die Zwischenquerfortsatzmuskeln, die von Querfortsatz zu Querfortsatz ziehen.

Die oberflächlichen Muskeln lassen sich in drei Muskelgruppen aufteilen:

- Rumpf-Arm-Muskeln
- Rumpfgürtelmuskeln
- Wirbelsäulen-Rippen-Muskeln



Zur ersten Gruppe (Rumpf-Arm- Muskeln) gehören die Muskeln, die Rücken und Arme miteinander verbinden. Das sind der Kapuzenmuskel (auch Trapezmuskel genannt) und der breite Rückenmuskel. Der Kapuzenmuskel hat seinen Namen von seiner Form und seiner Lage am Körper: Ähnlich wie eine auf den Rücken herabhängende Kapuze nimmt er den gesamten Nackenbereich ein. Er endet, dreieckig auslaufend, auf Höhe der mittleren Brustwirbelsäule. Die einzelnen Muskelfasern nehmen ihren Ursprung vom Hinterkopf sowie den Dornfortsätzen der Hals- und der Brustwirbelsäule. Die Fasern enden rechts und links am Schlüsselbein, dem Schulterdach sowie dem Schulterblatt. Der Kapuzenmuskel stabilisiert außerdem die Wirbelsäule im Hals- und Brustwirbelbereich als Unterstützung der tiefen Rückenmuskeln.

Mit seiner Hilfe lassen sich folgende Bewegungen ausführen:

- Bewegungen der Schulterblätter
- Drehen des Kopfes
- Heben der Schlüsselbeine

Der breite Rückenmuskel zieht von den Dornfortsätzen der unteren Brustwirbel und der Lendenwirbel sowie dem Kreuzbein, dem Beckenkamm und den unteren Rippen zum Oberarm. Mit seiner Hilfe lassen sich folgende Bewegungen ausführen:

- Seitwärtsneigung des Rumpfes
- Heranziehen des Arms an den Körper
- Rückführung des Arms auf den Rücken.

Sie finden diesen Artikel neben vielen anderen interessanten Themen rund um Ihre Gesundheit und der Methode-Dorn im neuen Magazin:

"Ihre Gesundheit" ist das etwas andere Magazin mit Berichten, Dossiers, Ratgebern rund um Ihre Gesundheit und immer mit dem Schwerpunktthema der Dorn-Methode.

Die Ausgabe 03/2013 finden Sie im Zeitschriftenhandel, oder direkt beim Verlag diesmal mit dem Untertitel: **Sport und Gesundheit**



Das Magazin erscheint alle zwei Monate. Zum Preis von 3.90 Euro pro Ausgabe

Sichern Sie sich jetzt Ihr Jahres-Abo zum Vorteilspreis:

6 Ausgaben für nur 21.90 Euro anstatt 32.10 Euro inkl. MwSt. und Versand innerhalb Deutschlands!

Einzelversand & Auslandsabo ebenfalls möglich unter:

Abonnement & Vertrieb

Sandra Linde, Telefon 08031/8093363

E-Mail: abo@gesund-media.de

IMPRESSUM (Breuß-Dorn-Newsletter)

NSC-Natural Spinal Care®

Ausbildungszentrum für Breuß und Dorn

& alles für die Anwendungen nach Rudolf Breuß und Dieter Dorn

Inhaber: Michael Rau

76448 Durmersheim, Römerstr. 56

Telefon: 07245-937195 e-mail: info@breuss-dorn-shop.de

Telefax: 07245-937194 Internet: www.breuss-dorn-shop.de

Steuer-Nr.: 39338/44622

Ust-IdNr.: entfällt

Handelsregister-Nummer: entfällt

nicht im Handelsregister eingetragenes Kammermitglied der IHK-Karlsruhe

Unser Newsletter ist ein Informationsmedium für Neuigkeiten der Methoden nach Breuß und Dorn und unserem Ausbildungszentrum.

Wir wenden uns damit an Therapeuten, Ärzte, Heilpraktiker, Gesundheitsberater, Interessierte, Betroffene, etc. - für alle, die die BREUß- und DORN-Methoden anwenden und sich für die Methoden interessieren, zum Informations- und Erfahrungsaustausch.

Sie finden in unserem Newsletter Neuigkeiten, Erfahrungsberichte, Studien, Termine, Buchvorstellungen, Produktneuheiten, u.a..

Wir veröffentlichen gerne auch Ihre Neuigkeiten, die für allen anderen Leser interessant sind, wobei sich die Newsletterredaktion das Recht vorbehält Artikel zu kürzen, abzulehnen, oder terminlich in einer anderen Ausgabe zu veröffentlichen.

Copyright 2006-2013 NSC-Natural Spinal Care®. Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, wenn nicht anders angegeben, mit Quellenangabe: www.breuss-dorn-shop.de frei. Der Bezug der Newsletter ist kostenlos und kann jederzeit beendet werden. In unserer Bezugsdatei werden nur die e-mail-Adressen ohne jeden weiteren Personenbezug gespeichert. Es ist daher erforderlich, dass eine Abbestellung von der Empfängeradresse erfolgen muss. Wenn Sie diesen Newsletter nicht mehr erhalten wollen, klicken Sie auf den folgenden Link. Newsletter abbestellen: newsletter-loeschen@breuss-dorn-shop.de Wir werden Sie dann aus der Datenliste der Empfänger streichen.

Der regelmäßige Versand unserer Newsletter erfolgt 1x pro Monat. Bei einer Netzüberlastung können sich die Übertragungszeiten verschieben. Haben Sie jedoch einmal keinen Newsletter auf ihrem Rechner, bitten wir um Information.

Der Bezug des Newsletters wird von uns aus beendet, wenn Ihr e-mail-Programm oder Ihr Provider den Bezug zurückweist (Fehlerhafte Programmierung eines Spam-Schutzes, der Mailbox oder der Abrufparameter). Sollte der Newsletter fehlerhaft ankommen (Steuerzeichen statt Umlauten), teilen Sie uns dies bitte mit.

Haben Sie den Newsletter von jemand anderem erhalten und sind nicht in der Verteilerliste, senden Sie uns eine

e-mail und schreiben einfach **NEWSLETTER ANMELDUNG**.

Wenn Sie der Meinung sind, dass ein anderer Kollege oder eine andere Kollegin unseren Newsletter ebenfalls erhalten sollte, schreiben Sie bitte **EMPFEHLUNG NL** und die e-mail-Adresse des neuen Empfängers. Wir nehmen diese Adresse dann in unsere Newsletter-Datei auf und versenden den letzten aktuellen Newsletter. Newsletter-Versand-Adressen werden von uns ausschließlich für diese Zwecke gespeichert und enthalten keinen weiteren Personenbezug. Sie werden Dritten nicht weitergegeben.

Bilder/Grafiken: Artikel 2 dorn-kongress.de, Artikel 3/4 Cornelia Ray, Helmuth Koch, Artikel 5,6 Gesund Media

Wenn Sie unseren Newsletter nicht richtig angezeigt bekommen, klicken Sie bitte auf:

<http://www.breuss-dorn-shop.de/breuss-dorn-newsletter-05.2013.pdf>

Für die Anzeige der Dokumente benötigen Sie den Acrobat Reader. Sollte das Programm auf Ihrem Rechner noch nicht installiert sein, so können Sie es unter <http://get.adobe.com/de/reader/> kostenfrei beziehen.

Alle bisher erschienen Newsletter finden Sie auf unsere Seite: **Breuss-Dorn-Newsletter**

MEDIADATEN

Sie wollen in unserem Newsletter auf Ihre Präsenz, Produkte, Seminare, Neuigkeiten, Bucherscheinungen, etc. aufmerksam machen?

Von der Bannereinspielung bis zu PR-Berichten besteht jede Möglichkeit. Sprechen Sie mir unserem PR-Berater.

Unsere Mediadaten finden Sie unter: **Mediaden breuss-dorn-newsletter.pdf**