

Speiseröhre

Cardia -  
Mageneingang

Leber

Magen

Galle

12 Finger Darm

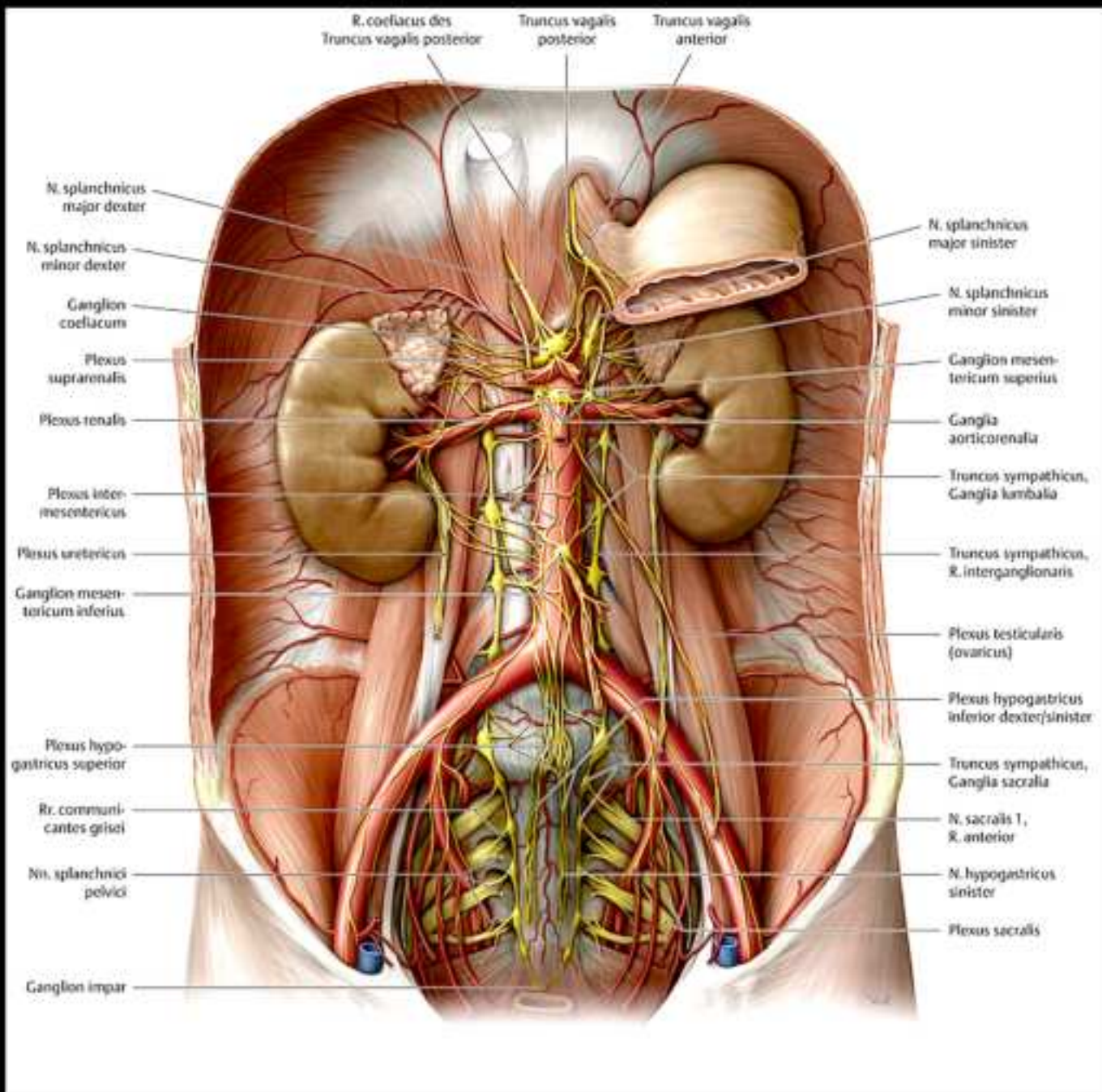
Colon - Dickdarm

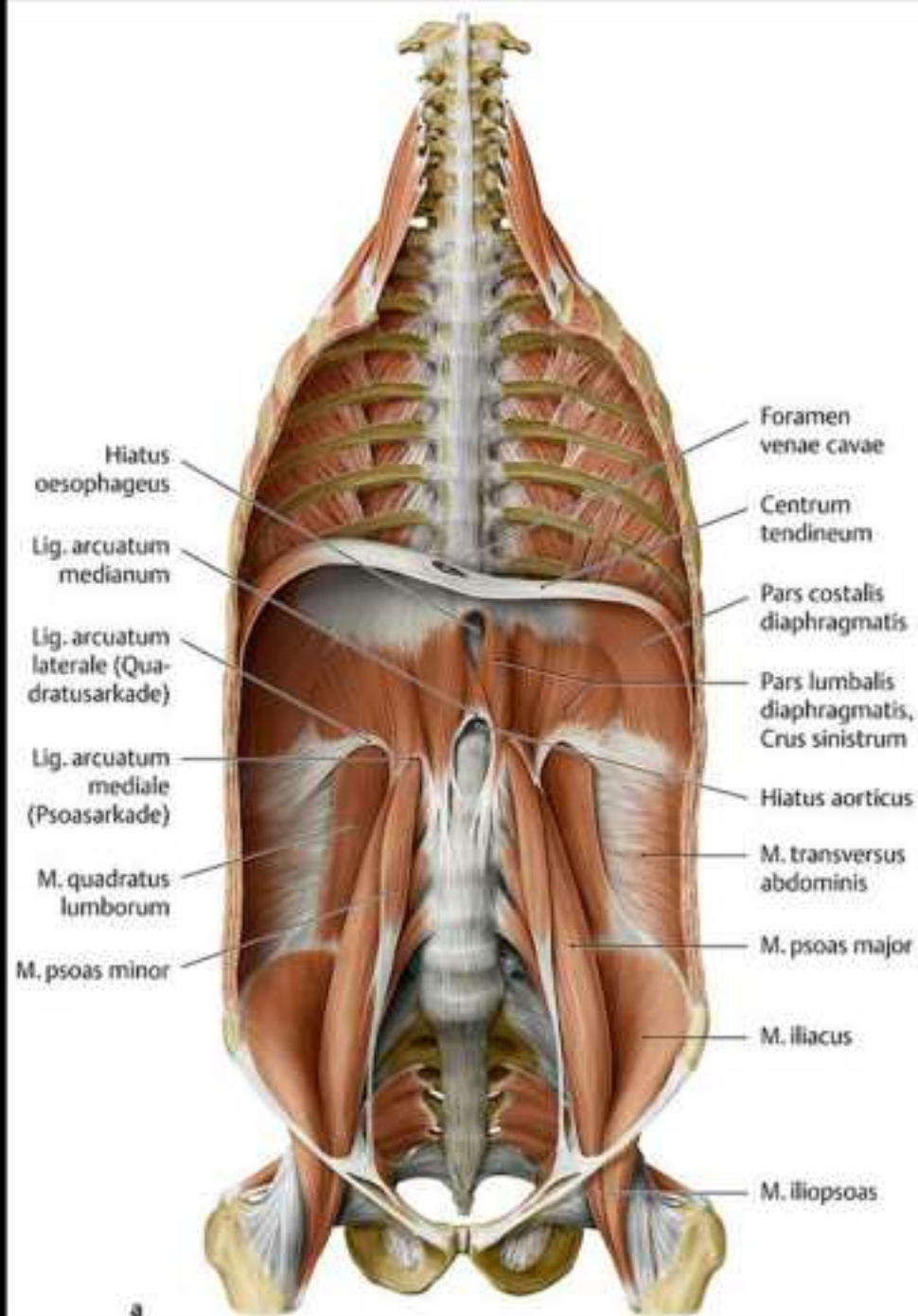
Dünndarm

Bauchische  
Klappe

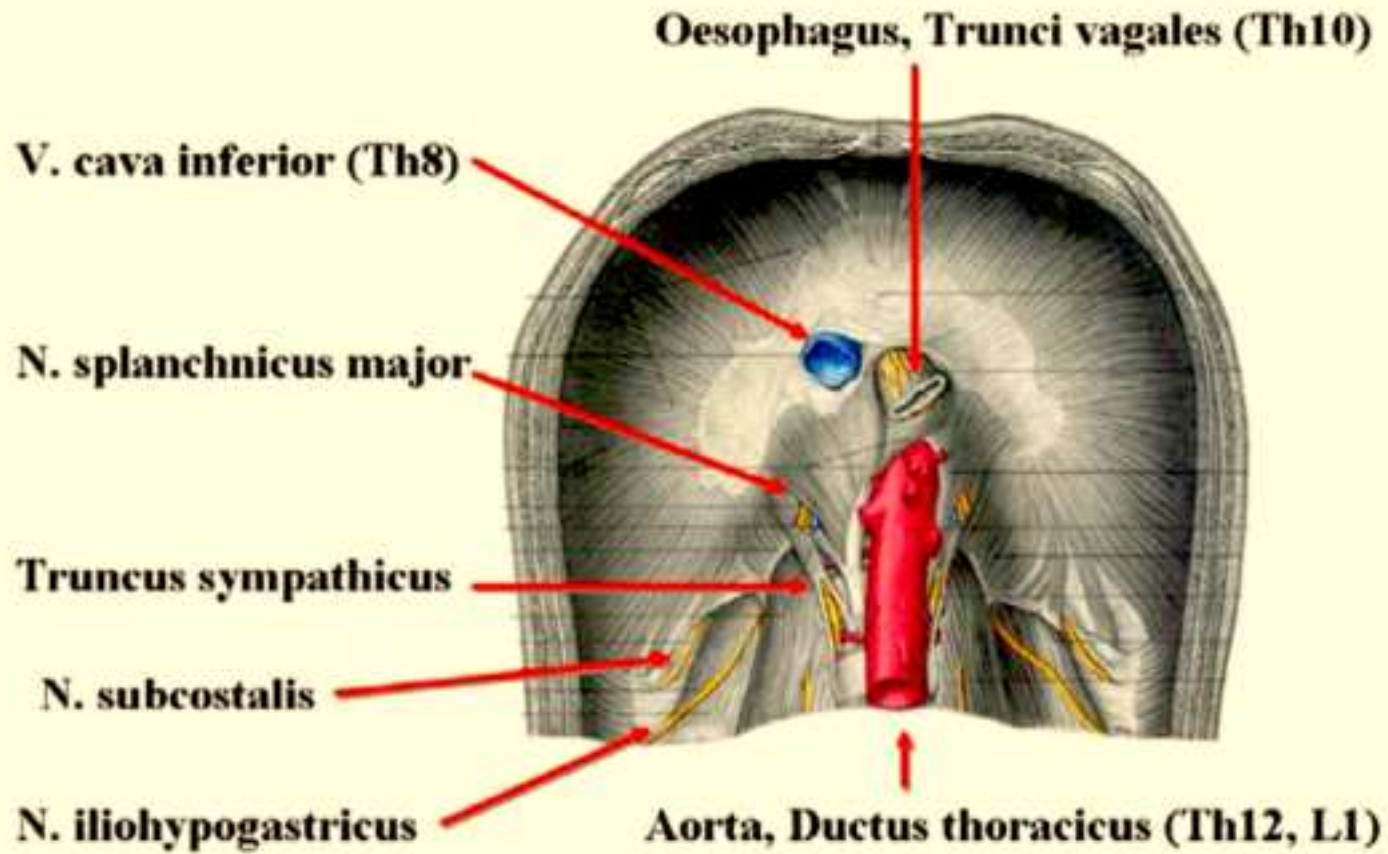
Sigmoid

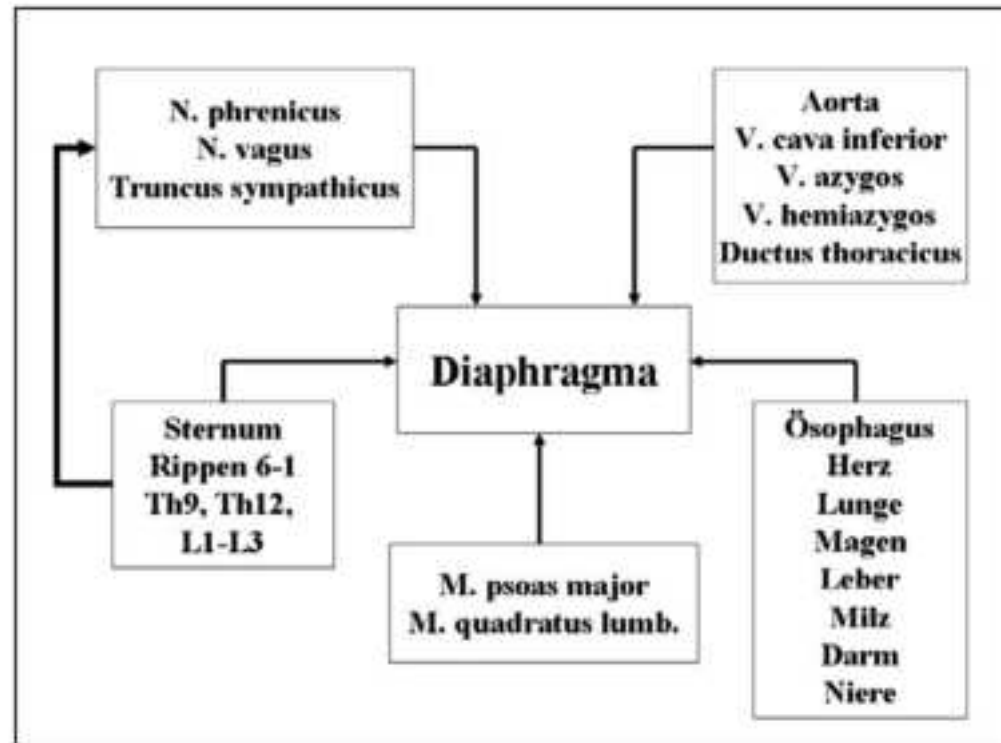
Enddarm





## Zwerchfell - Durchtrittsstellen

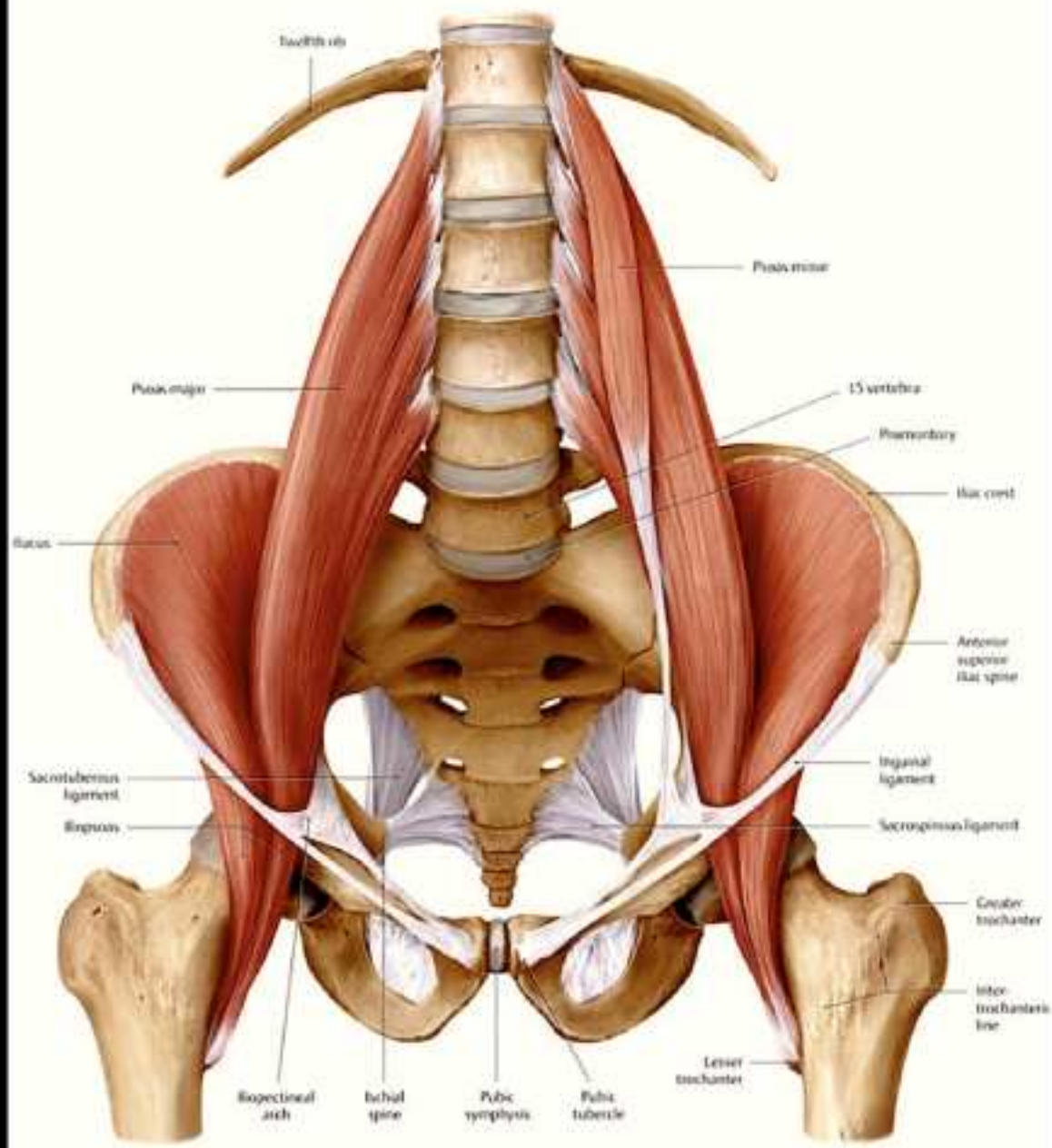


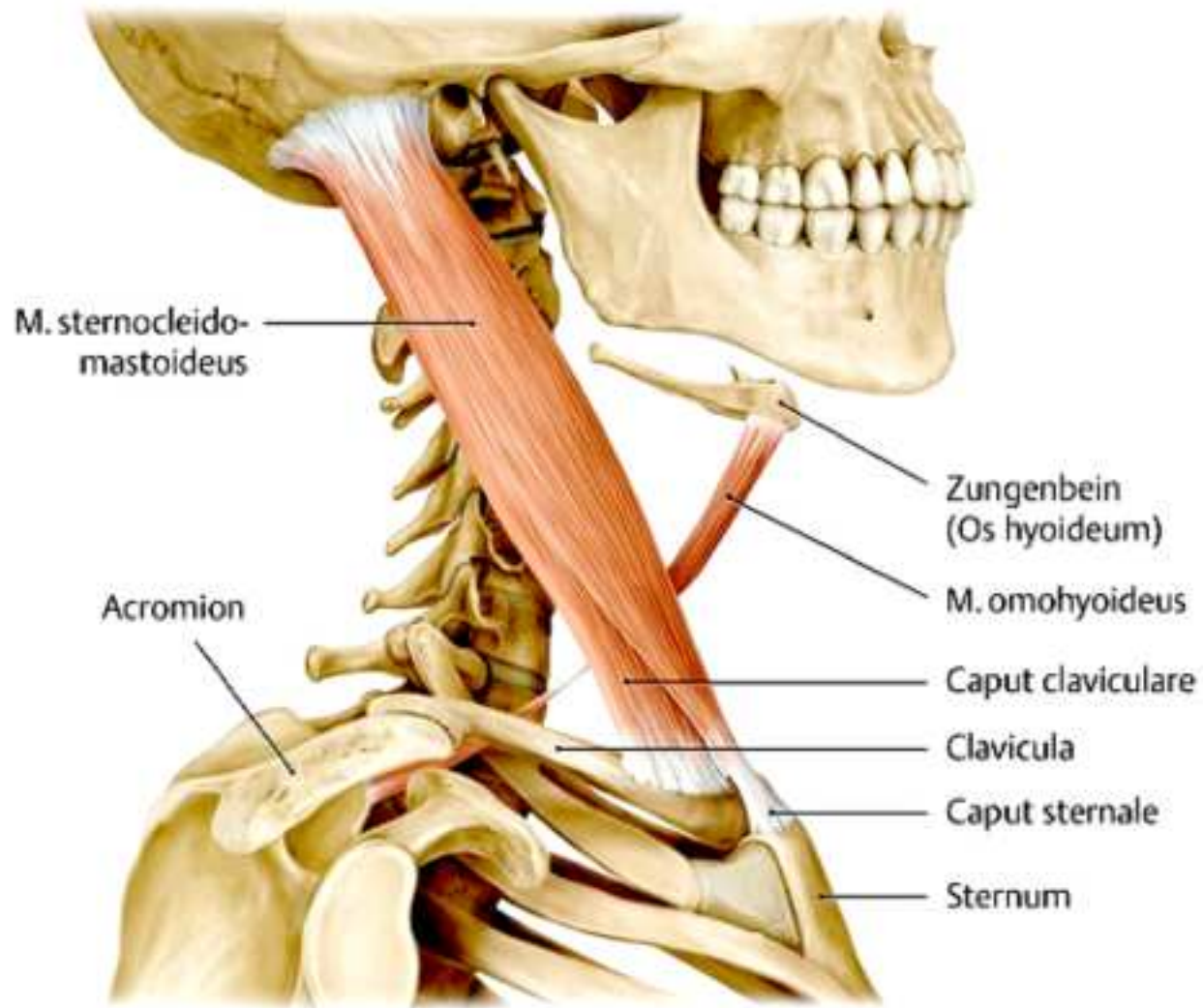


Funktionelle und morphologische Beziehungen des Zwerchfells. (verändert nach De Coster M, Pollaris A (2001) Viszerale Osteopathie. 3. Auflage, Hippokrates, Stuttgart)



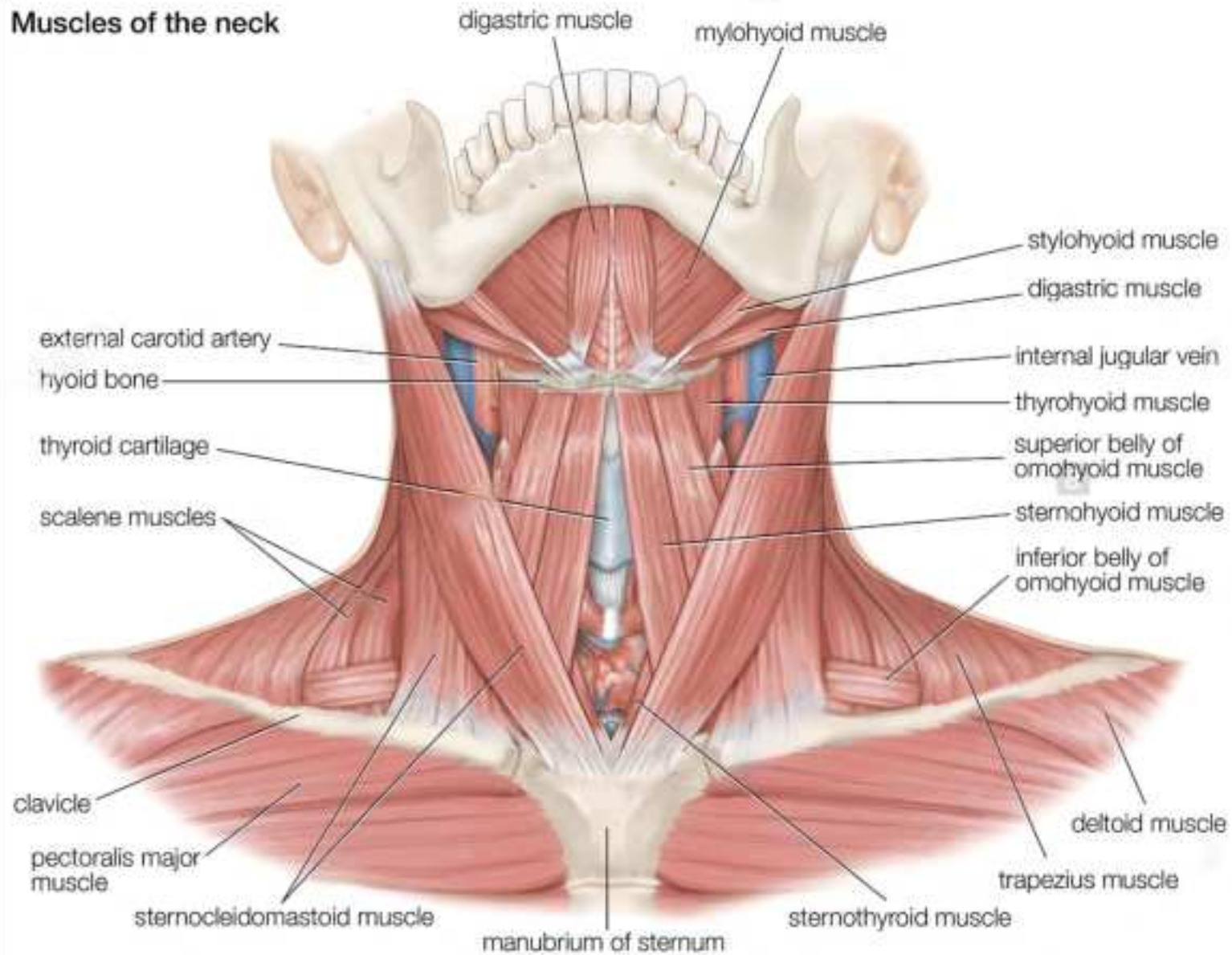
## ENTSPRECHUNGEN

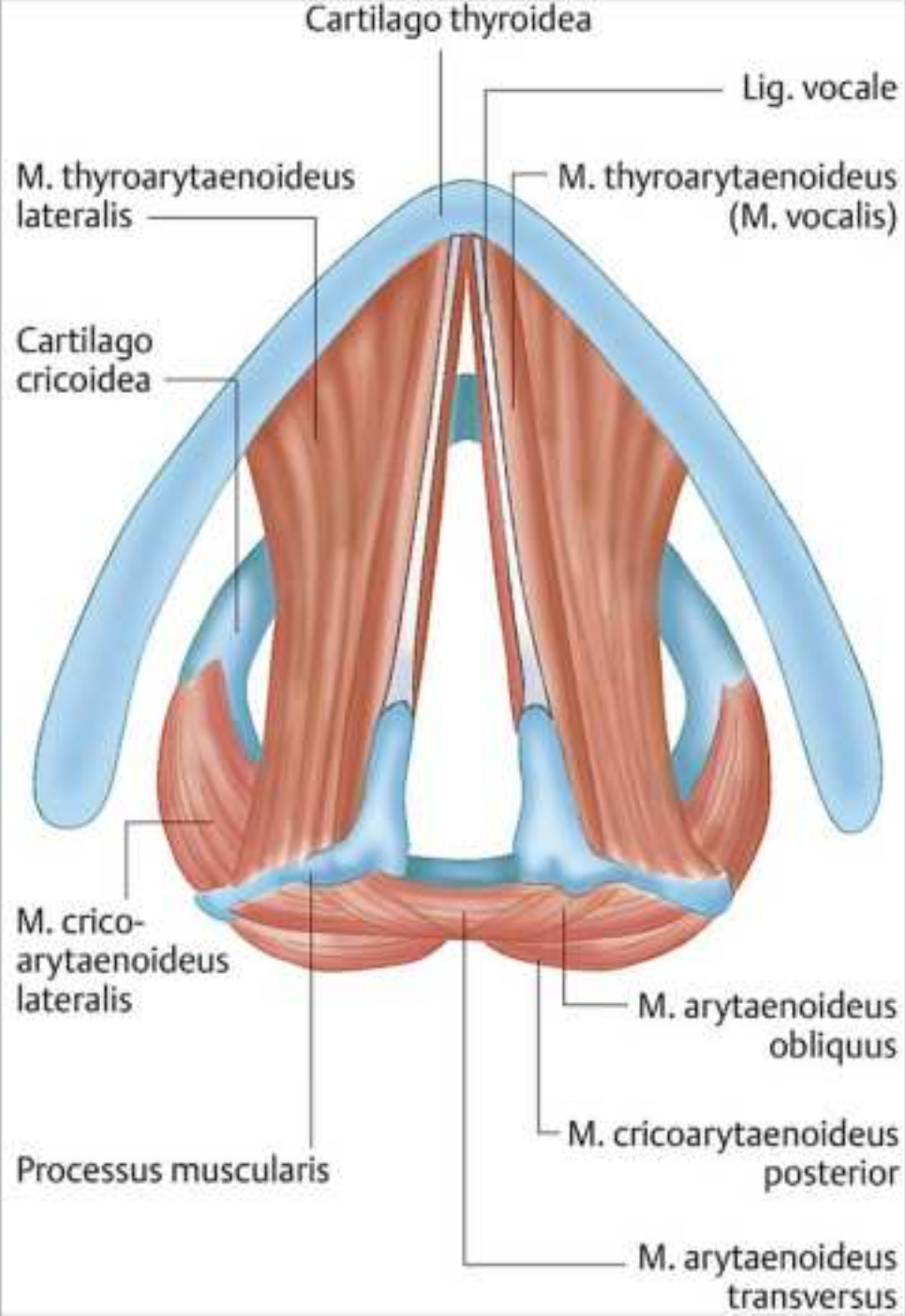


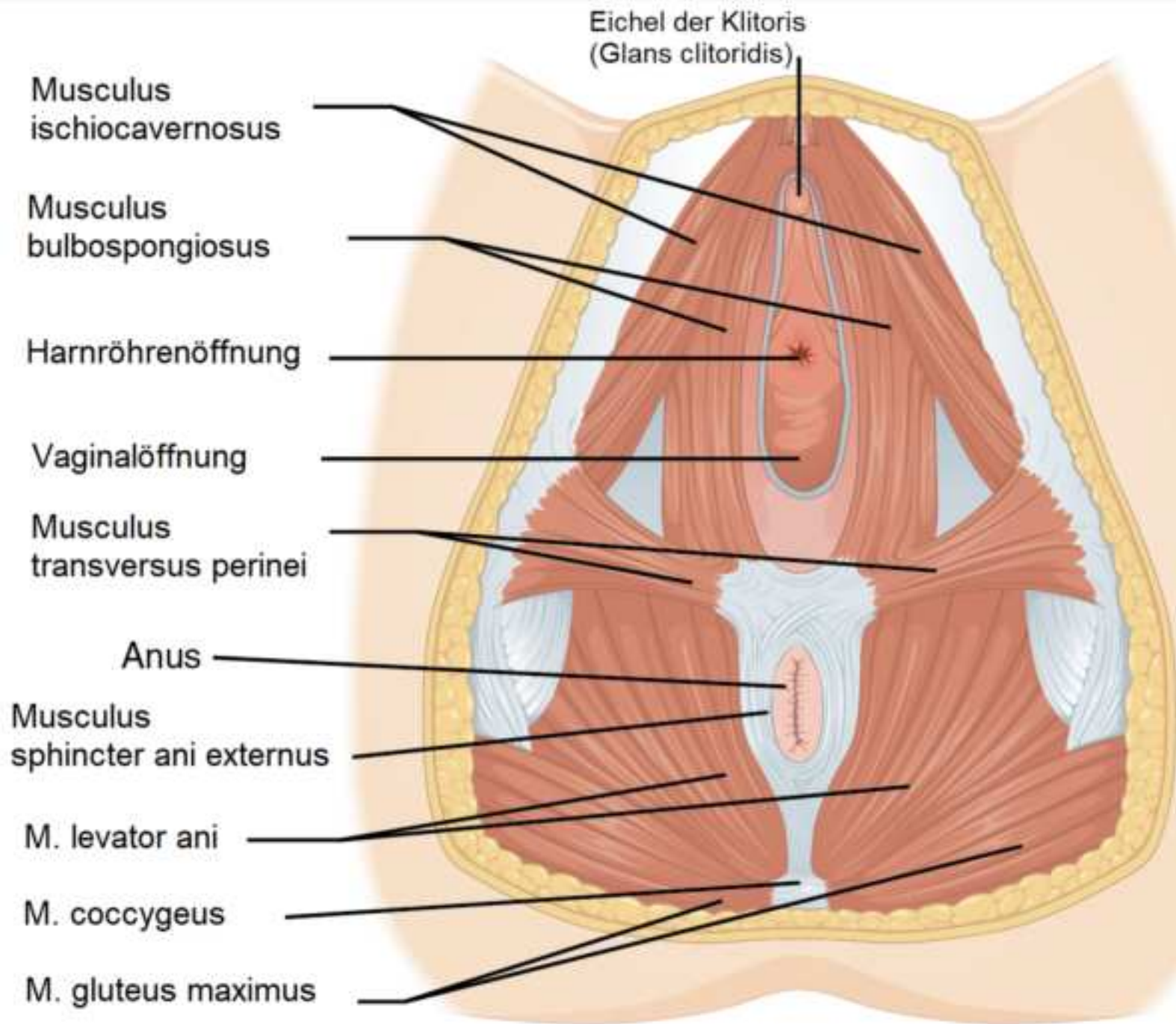




## Muscles of the neck

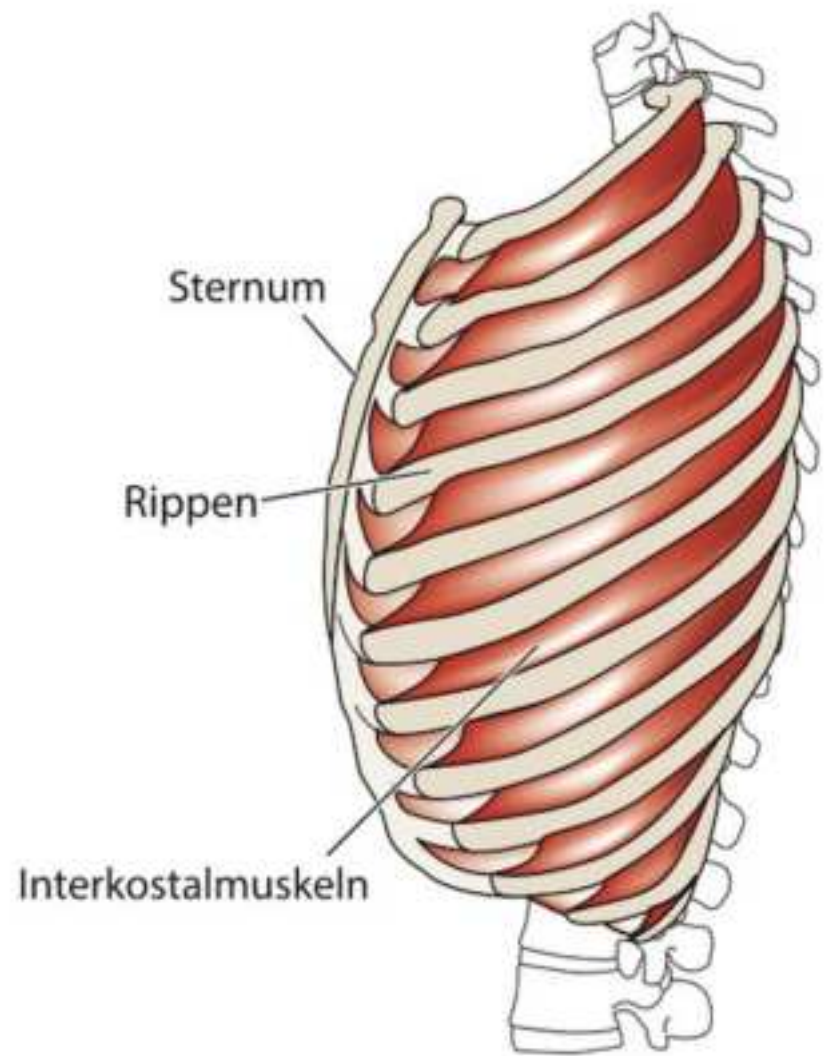
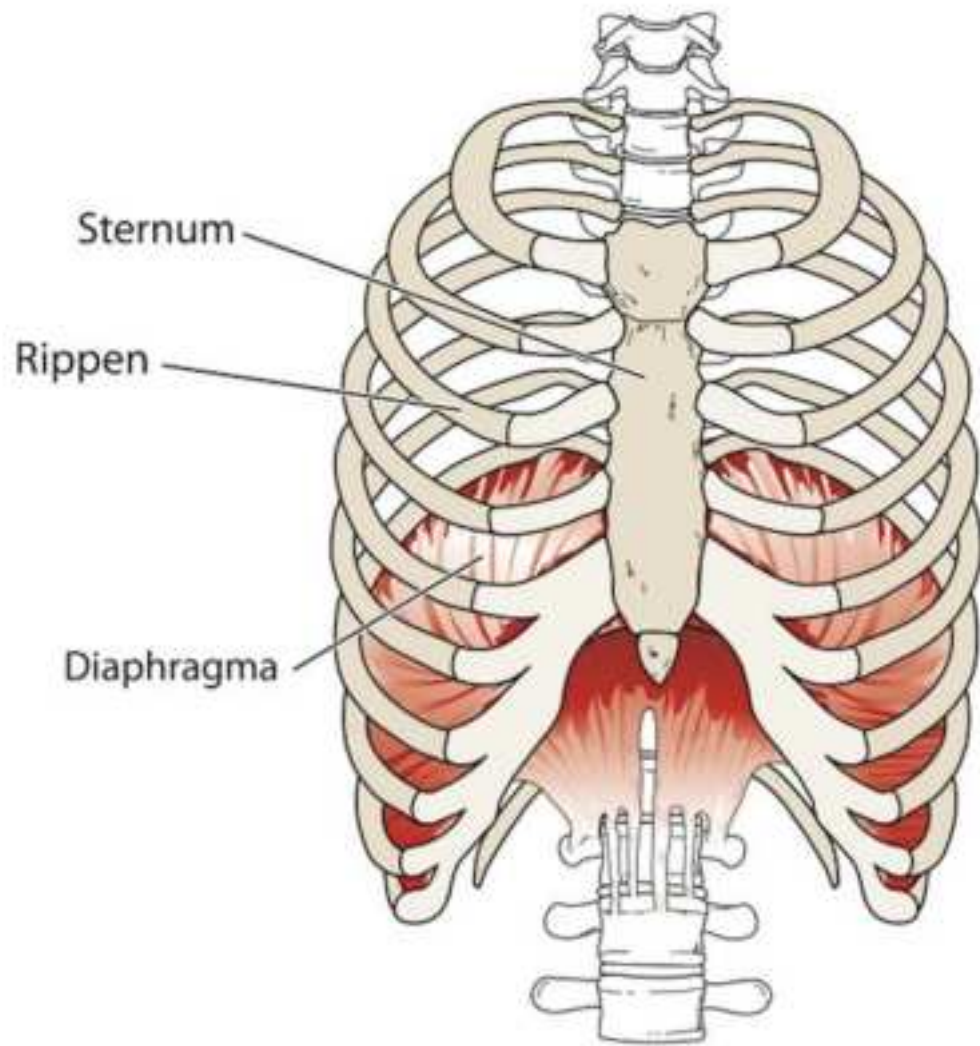






## ZUSAMMENHÄNGE







Wirbelkörper

Bandscheibe

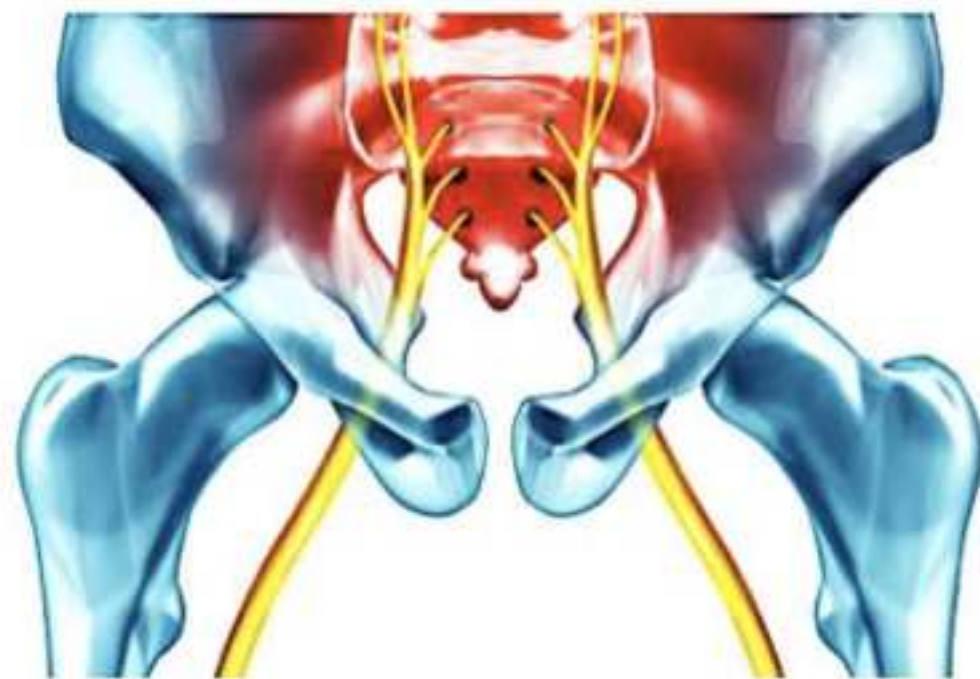
Querfortsatz

Gelenkfortsatz

Dornfortsatz

Rückenmark

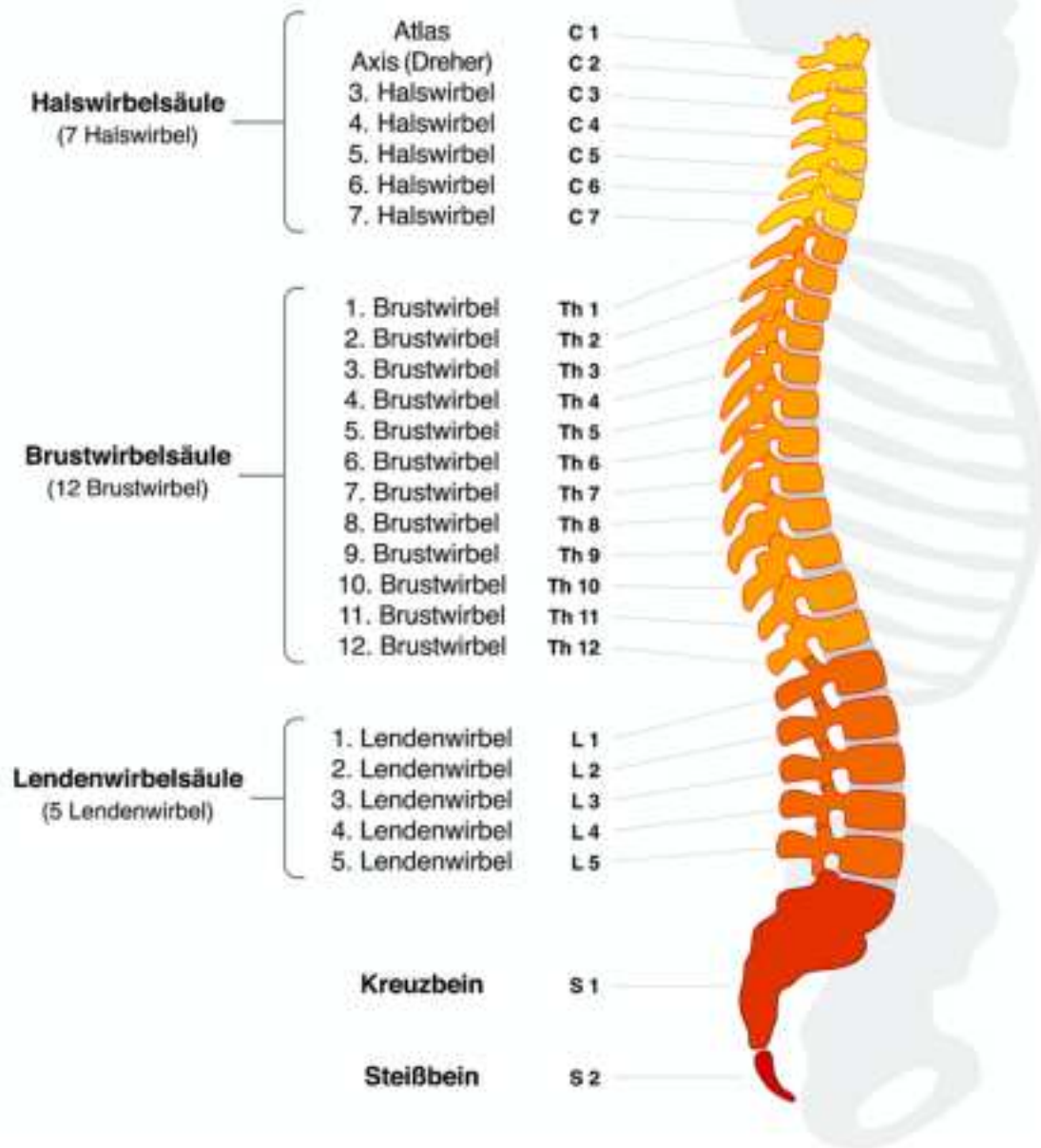
Spinalnerv

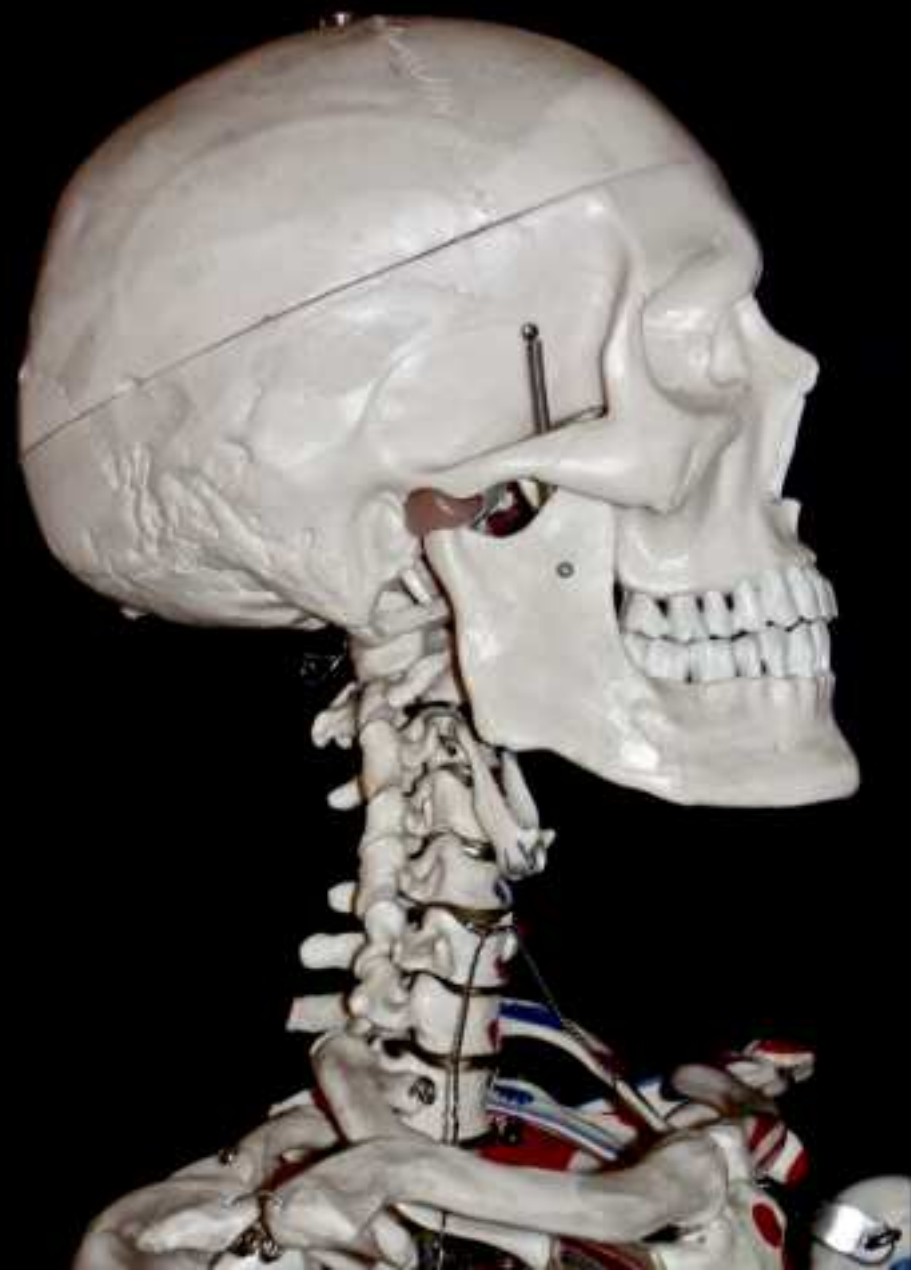


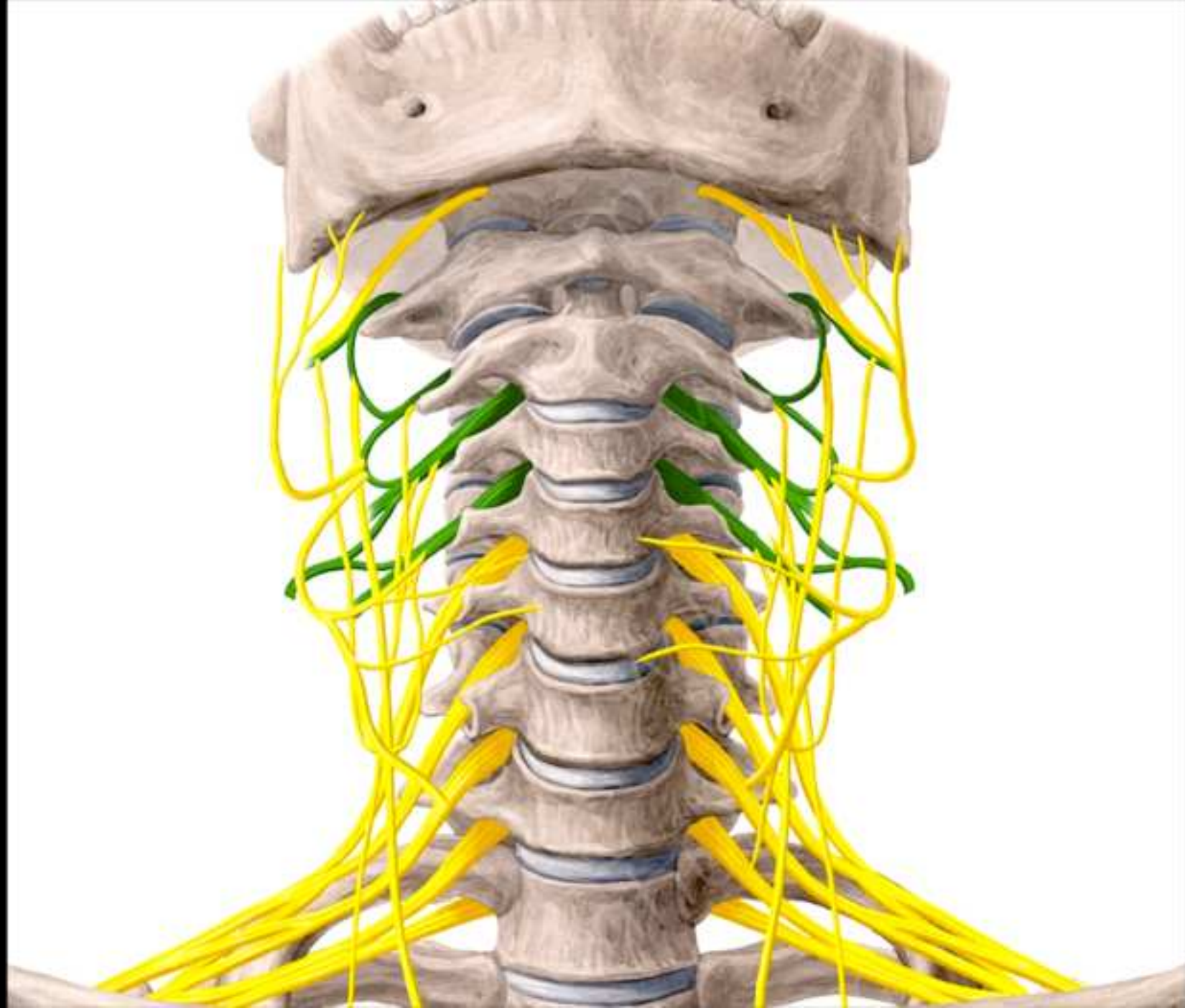
Ischias-Nerv



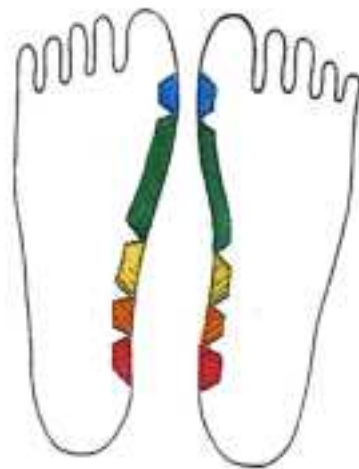
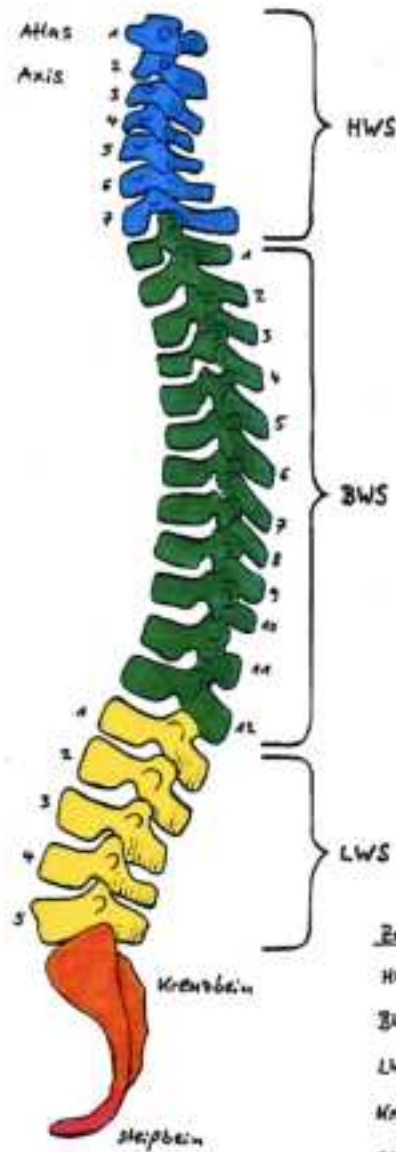
# Die Wirbelsäule







Wirbelsäule und  
inneres Längsgewölbe



Zonenabschnitte der Wirbelsäule:

- HWS - Grundglied der Gruppe
- BWS - Mittelfußknochen
- LWS - Keilbein und Kreuzbein
- Kreuzbein u. Steißbein - unterhalb d. Sprunggelenks
- Alle Zonen liegen im Muskelgewebe des inneren Längsgewölbes.

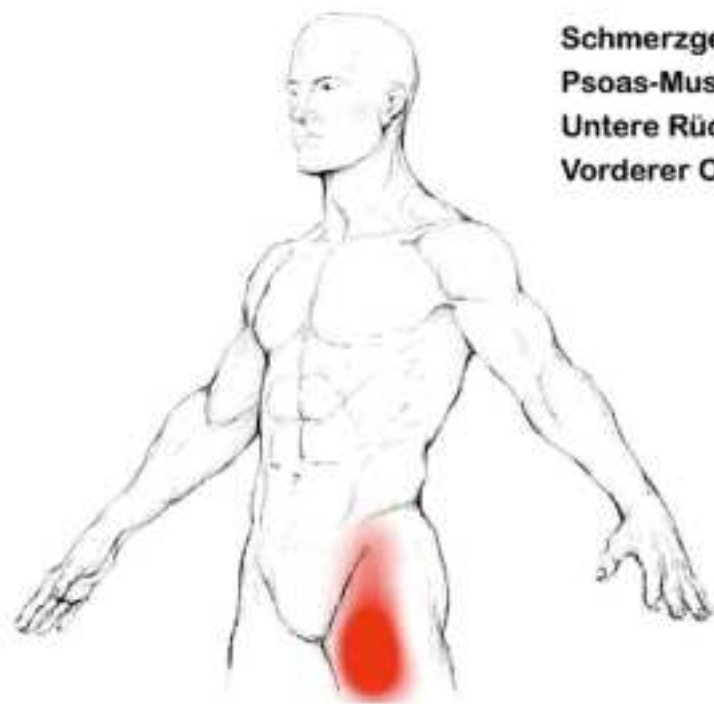








**Der Grundgriff der Fußreflexzonenmassage**



Schmerzgebiete bei verkürztem  
Psoas-Muskel:  
Untere Rückenmuskeln  
Vorderer Oberschenkelmuskel



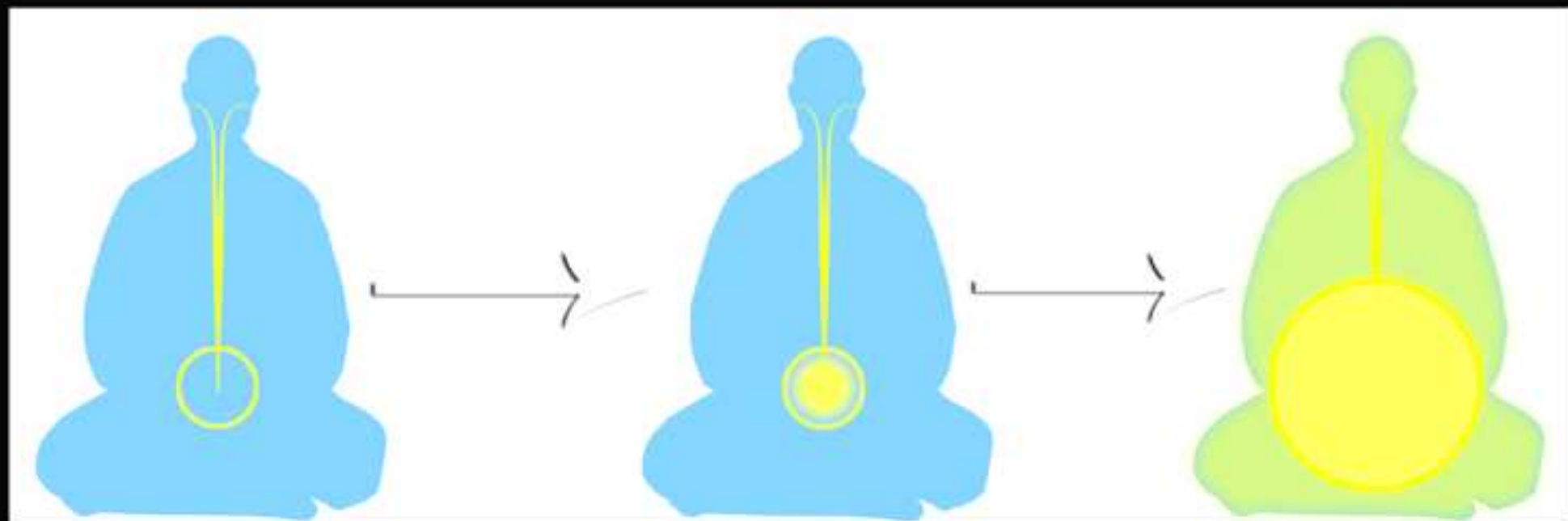
## **Unterscheidungsmerkmal bei Rückenschmerzen**

Patienten, die unter Verspannungen des Psoasmuskels leiden, zeigen, wenn man sie nach dem Ort ihrer Schmerzen fragt, meist direkt die Lendenwirbelsäule und daneben.

Das einfachste Unterscheidungskriterium zwischen den beiden Hauptformen von Schmerz im unteren Rücken ist, den Patienten zu fragen, ob die Schmerzen eher beim Vorbeugen (Startmuster, Rückenstrecker und Glutäen) oder beim Aufrichten (Psoas) auftreten.

Ein guter Hinweis auf Psoasschmerz ist auch, wenn in Rückenlage die Oberschenkel nicht aufliegen. Wenn der Patient mit Kreuzschmerzen, die vom Psoas kommen, steht und geht, kann man die Verkürzung dieses Muskels auch oft sehen: entweder ist der ganze Körper in den Hüftgelenken nach vorn gebeugt oder der Betreffende hat ein Hohlkreuz von unten her, nämlich durch ein gekipptes Becken.

PSOAS UND DAS MEER DER QI



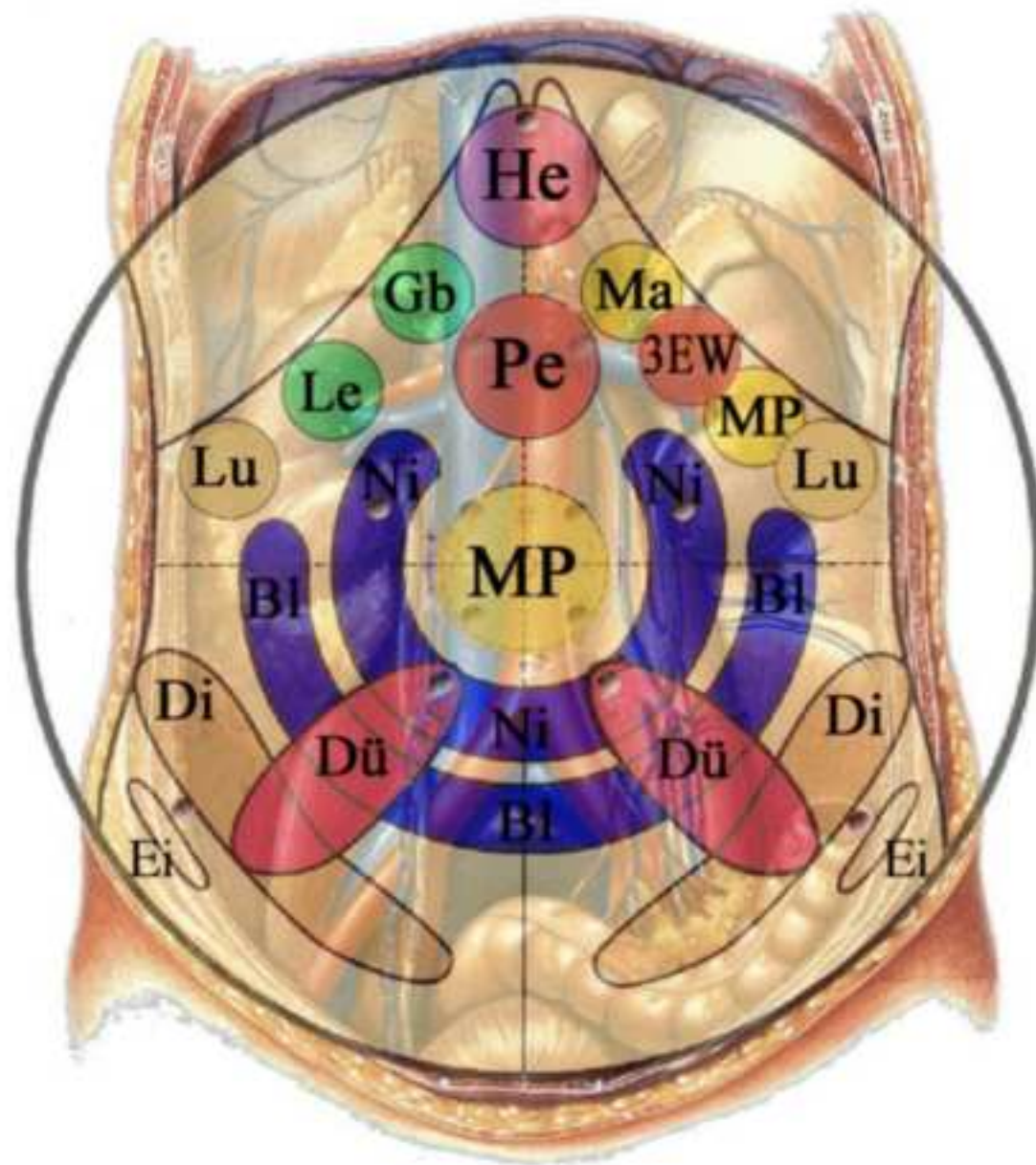






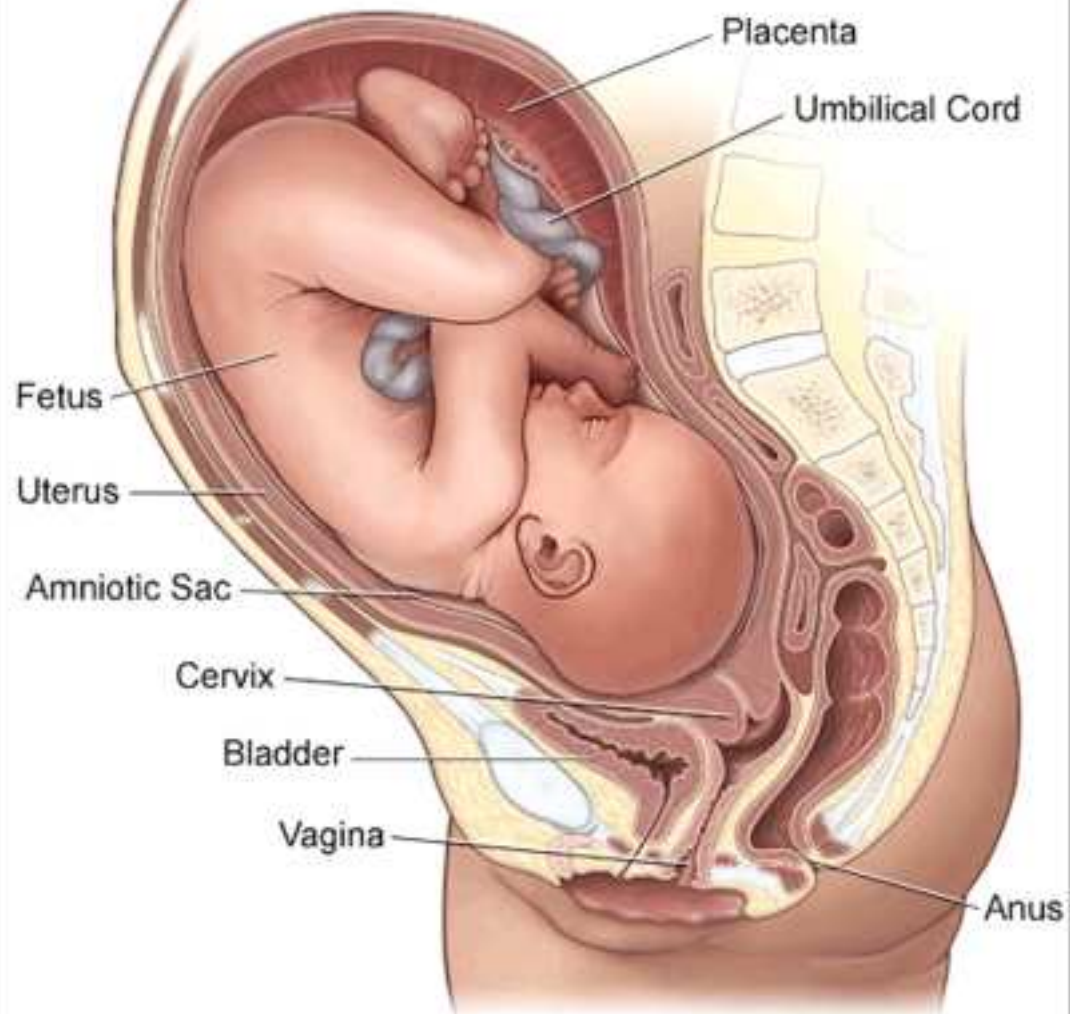


## Das energetische Zentrum um den Nabel



DER NABEL

## Fetus in Utero











Nabhi, das Nabelzentrum, ist energetisch und physisch das zentrale und wichtigste Zentrum des Körpers. Hier treffen sich alle 72.000 Nadis, hier beginnen alle Gefäße. Im Nabelzentrum empfangen wir die vitale Kosmische Kraft, die von hier aus durch den gesamten Körper geleitet wird und unmittelbar mit der Sushumna, dem zentralen Energiekanal, in Verbindung steht.



## **Eine Sekunde, die über dein Leben entscheidet**

Wenn eine Geburt natürlich verläuft, darf die Nabelschnur in Ruhe auspulsieren. Das kann 20 bis 30 Minuten dauern. Dabei liegt das Baby auf dem Bauch der Mutter, beide berühren und begrüßen sich. So kommt ein Kind entspannt und gesund in diese Welt.

Beim Durchtrennen der Nabelschnur gibt es ein paar kulturelle Unterschiede:

- 1) nach dem Auspulsieren und noch vor der Geburt der Plazenta;
- 2) irgendwann nach der Geburt der Plazenta;
- 3) nach dem Eintrocknen der Nabelschnur (dauert 1-2 Tage);
- 4) gar nicht: es wird gewartet, bis der Nabel abheilt und die Nabelschnur von allein abfällt (die sogenannte Lotusgeburt, das kann bis zu 10 Tage dauern).

Während die Nabelschnur noch pulsiert, geschehen folgende Prozesse: Das Baby erhält noch 30 % seines Blutes aus der Plazenta (in seinem Körper befinden sich nur 300ml). Mit diesem Blut aus der Nabelschnur und aus der Plazenta erhält es rote Blutkörperchen, Eisen, Sauerstoff, Stammzellen und wichtige Immunstoffen, die erst zuletzt austreten.

Bei einem frühzeitigen Durchtrennen der Nabelschnur geschehen tatsächlich und wortwörtlich drei „einschneidende“ Dinge, die ein ganzes Leben beeinflussen und verändern können:

1) Die Nabelschnur versorgt das Kind weiterhin über das Blut aus der Plazenta mit Sauerstoff. Das Kind kann langsam das Atmen „üben“. Bei einer sofortigen Durchtrennung ist es reflektorisch gezwungen, plötzlich und gewaltsam tief einzuzatmen. Der erste Sauerstoff in den noch zarten Lungenbläschen wirkt wie Feuer, es schmerzt, deswegen schreit das Kind. Ist der erste Atemzug mit einer solch negativen Erfahrung belastet, kann sich das tiefgreifend auf das ganze Leben dieses Menschen auswirken. Die meisten Menschen atmen flach – und leben auch ebenso flach. Sie schöpfen weder die volle Tiefe des Atems noch die des Lebens für sich aus. Es ist dieser unbewusste erste Schock, der im Energie- und Nervensystem, in muskulären Strukturen und im Emotionalkörper verborgen sie unentwegt begleitet und Macht ausübt über ihr unfreies Leben.

2) Die noch pulsierende Nabelschnur ist lebendiges Gewebe. Wird dieses durchschnitten, reagiert der Körper wie bei einem Angriff mit reflektorischem Anspannen der Muskulatur, um sich zu schützen. Das betrifft die Muskeln und das Gewebe um den Nabel herum. Diese Spannung geht tief und löst sich nur selten wieder von alleine auf. Das heißt, dass die Menschen sie ein Leben lang mit sich tragen. Um den Nabel herum befindet sich der in Japan so bezeichnete „Dantian“. Alle wichtigen Organe sind mit diesem Gebiet reflektorisch verbunden. Ist also der Nabelbereich entspannt, arbeiten die Organe gesund; ist er hingegen angespannt, wirkt sich das auf Dauer negativ auf die Funktion der Organe aus. Alle Gefäße und alle Energiebahnen sind mit dem Bauchnabel verbunden. Das sollte uns verdeutlichen, wie behutsam mit ihm umzugehen ist.

3) Ausreichend Blut und oben genannte grundlegende Immunstoffe fehlen dem Kind zu seiner gesunden Entwicklung.

Das heißt runtergebrochen auf einen Satz: Das vorzeitige Durchtrennen der Nabelschnur ist ein Gesamtangriff auf dieses kleine Wesen, seinen Körper, seine Psyche und sein ganzes weiteres Leben. - Wie so viele Vermutungen sich nach Jahren oder Jahrzehnten bewahrheitet haben, so behaupte ich in diesem Fall, dass ein bewusster oder unbewusster Vorsatz dahinter stehen kann.

Daniel Odin, ein französischer Arzt, hat Sitten und Rituale von Naturvölkern untersucht und fand dabei heraus, dass viele dieser Völker oder Stämme verschiedenste Rituale mit Neugeborenen durchführen, die diese schwächen. Seine Theorie: nur ein schwacher und ängstlicher Mensch wird eine folgsamer Stammesangehörige und Krieger. Ein starker und mutiger Mensch hat keine Veranlassung zu Folgsamkeit und Krieg. Er steht für sich, er lebt autark.

Diese Sätze predigen ich und einige andere schon seit Jahrzehnten. Ich hoffe immer noch, dass sie irgendwann in einer breiteren Öffentlichkeit ankommen und ernst genommen werden.

Erasmus Darwin schrieb bereits im Jahre 1801: „Eine weitere sehr schädliche Praxis ist das zu frühe Abbinden und Durchtrennen der Nabelschnur; diese sollte immer intakt bleiben, nicht nur bis das Kind gleichmäßig atmet, sondern auch bis jede Pulsation der Nabelschnur aufhört. Ansonsten ist das Kind viel schwächer als es sein sollte, ein Anteil Blut verbleibt in der Plazenta, die eigentlich im Kind sein sollte.“

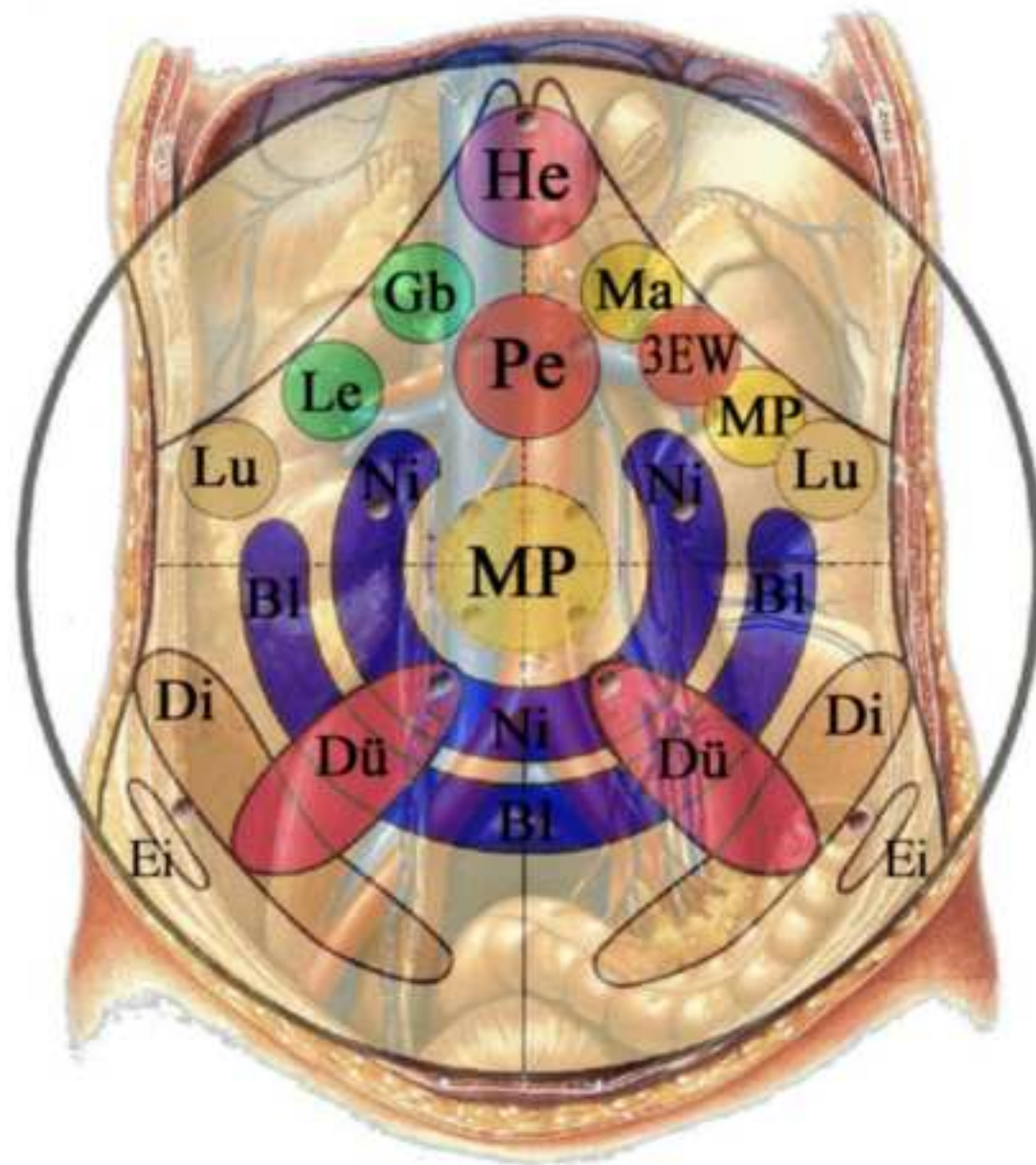


Wir können ein Kind so empfangen ...



oder in Liebe und mit Respekt so.

## Das energetische Zentrum um den Nabel





In gesunden Kulturen ist der Bauchnabel ein Ausdruck für Vitalität, Erotik und Gebärfreudigkeit.





