

Die Schwerkraft und ihre Bedeutung für uns Menschen

Keine Kraft hat soviel Einfluß auf unser Leben wie die Schwerkraft. Es klingt unglaublich, aber sie ist die formende Kraft auf unserem Planeten und für unseren Körper. Kaum jemand nimmt sie wirklich wahr und so fristet sie ein unbeachtetes Dasein in jedermanns Leben. Ihre Kraftwirkung richtet sie auf die Erde hin aus, so das alles was fällt wie magnetisch von der Erde angezogen wird. Weit aus weniger bekannt ist ihre Wirkung als gestaltende und ordnende Kraft auf unserer Erde. Durch ihre nahezu magische Anziehungskraft richtet alles seinen Schwerpunkt nach ihr aus. Sie ist die Quelle unserer Verwurzelung mit der Erde. Durch ihre permanente Wirkung mußte sich alles Leben seit Anbeginn an und nach ihr orientieren. Jede Zelle ist also auch ein Resultat ihres stillen Wirkens, somit ist die Schwerkraft tief in unseren Genen verankert. Die „schwere Kraft“ die uns nach unten zieht verbindet uns mit unserer „Mutter Erde“, sie erdet uns und achtet darauf das wir im Überschwang nicht abheben und den festen Boden unter den Füßen verlieren. Was uns nach unten zieht erinnert uns an unsere natürliche, gottgegebene Größe (oder Kleinheit).

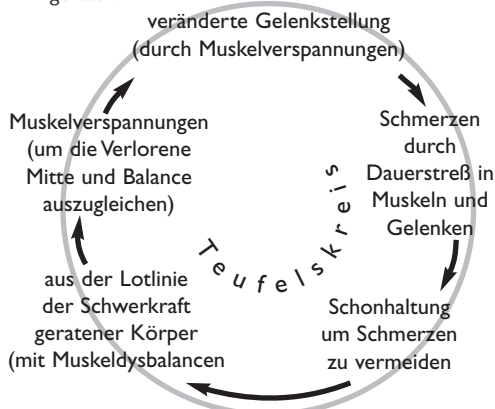
Gelingt es uns sie in Demut anzuerkennen bewahrt sie uns eventuell vor größeren leichtsinnigen Handlungen. Was aber macht die Schwerkraft konkret mit uns Menschen, wie oben behauptet wirkt sie ja in jeder Zelle und in jedem Gen. Da die Schwerkraft / Gravitation eine permanente und anziehende Kraft ist müssen wir uns gegen ihren Widerstand aufrichten und bewegen. Das führte zur Ausbildung unserer Knochen und Muskeln. Erst ihr dezenter fast unmerklicher Widerstand ließ unsere Knochen kräftiger und unsere Muskeln stärker werden, wir sind im wahrsten Sinn des Wortes an ihr gewachsen und erstarkt. Alle Beschwerden unseres statischen Systems, ob Muskelverspannung, Rheuma, Arthrose, Bandscheibenvorfall oder Osteoporose überall hat auch die Schwerkraft ihre Finger mit im Spiel. Kommen wir einmal für längere Zeit aus dem statisch muskulären Gleichgewicht gleicht unser Körper das aus. Nur stehen wir dann nicht mehr gerade, wir sind sichtbar schief geworden. Korrekt ausgedrückt befindet sich unsere senkrechte Körperachse nicht mehr in Übereinstimmung mit der senkrechten Schwerkraftlinie. Vielleicht ist unser „Lot“ sogar abgelenkt und völlig aus dem Lot geraten.

Muskelverspannungen verändern Gelenkstellungen, die bereiten Schmerzen, um die zu vermeiden nimmt der Körper eine Schonhaltung ein, dabei kommt es zu weiteren Gelenkblockierungen die wiederum Schmerzen bereiten usw... **Und das alles nur weil unser Körper bzw. unsere senkrechte Körperachse nicht mehr mit der Schwerkraft harmoniert.** Wer sich schon schief oder wie zerschlagen fühlt kann auch davon ausgehen das seine mittleren Körperachsen nicht mehr im Lot mit der Schwerkraft sind. Zu allem Unglück wird dem Zustand, ob der Mensch als ganzes „im Lot ist“ äußerst wenig Beachtung geschenkt. Mit noch mehr Pech kommt man vom Regen in die Traufe, was nicht weniger heißt, als das sich niemand um die Schwerkraft schert und an den Symptomen „herum gedoktort“ wird, aber leider niemand nach den Ursachen schaut. Das Schauen ist hier wirklich wörtlich gemeint, da die Achsabweichungen am Körper oft schon vom Laien mit wachen Augen wahrgenommen werden können. Hat man erst einmal einen „sehenden“ Therapeuten gefunden, kann man der Ursache auf den Grund gehen. Die Chancen das Übel bei der Wurzel zu packen sind dann außerordentlich gut, vorausgesetzt die degenerativen Prozesse sind noch nicht zu weit fortgeschritten, aber selbst dann läßt sich oft erhebliche Linderung erzielen. Und das ist ganz einfach zu erklären, jede auch noch so kleine graduelle Korrektur hin zur natürlichen Schwerkraftlinie läßt den Körper weniger Kraft aufwenden Muskeln können sich entspannen und Gelenke werden entlastet. Da die Schwerkraft alles ordnet hat die Natur ein Gewebe erschaffen, daß diese ordnende Funktion in unserem Körper wahrnimmt, das Bindegewebe. Es trennt fein säuberlich alles in unserem Körper, so daß nichts miteinander verklebt und wir beweglich sind. Zugleich verbindet es auch alle Strukturen des Körpers miteinander. So gegensätzlich sich das auch anhören mag, der Name verrät es, es ist ein Gewebe das bindet – verbindet, aber was innerhalb eines dreidimensionalen Systems verbindet bildet gleichzeitig auch Trennschichten aus. Das Zwerchfell beispielsweise trennt den oberen Brustraum mit Herz und Lunge von den Organen des Bauchraumes. Damit stützt es die über ihm liegenden Organe, unterstützt diese ihre Form zu behalten und nicht schlaff nach unten durchzuhängen. Genauso aber verbindet es alle knöchernen Strukturen des Brustkorbs und schafft so die Voraussetzung für ein federndes pneumatisches „Blasebalg“ - System, unser Atmungssystem. Durch diese verbindende Funktion erst wird unsere Atmung ermöglicht. Es läßt sich also nicht

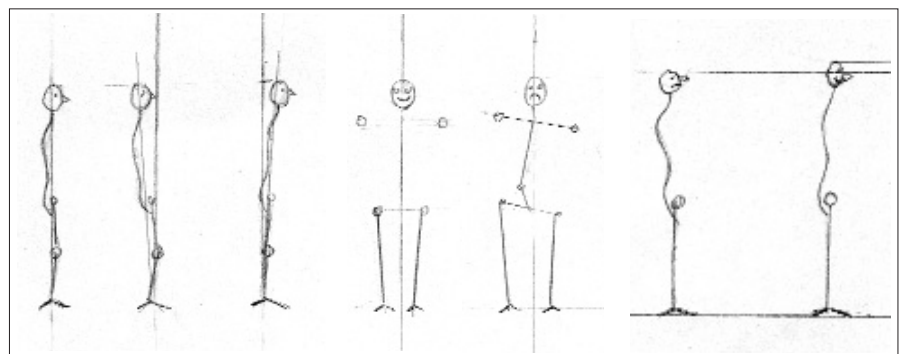
sagen welche Funktion wichtiger ist, geschweige denn, daß auf eine der beiden Funktionen zu verzichten wäre. Das Bindegewebe trennt und verbindet auf gleiche Weise einzelne Muskelfaserbündel, Muskeln sowie Muskeln und Knochen. Es ermöglicht Form, Funktion und Beweglichkeit innerer Organe. **So manches „innere Problem“ bedarf vielleicht gar keiner Medikamente oder Operation, sondern nur der Befreiung aus seiner bindegewebigen Zwangslage, bedingt durch eine Disharmonie zwischen Körper und Schwerkraft.** Wie erfolgt aber so eine Befreiung? Sowohl die amerikanische Osteopathie wie auch die Strukturelle Integration nach Dr. Ida Rolf befassen sich seit vielen Jahrzehnten mit diesen Problemen und deren Behandlung und haben beachtliche Erfolge zu verzeichnen. Besonders die Techniken nach Ida Rolf bewirken ein auch für den Laien sichtbares entwirren und gerades Ausrichten des Körpers in seiner senkrechten Schwerkraftachse. Plötzlich sind die Hosenbeine oder die Jackenärmel gleich lang, die Schulter hängt nicht mehr, die Füße stehen parallel nebeneinander und nicht mehr wie „früher“ im V förmigen Winkel. Ein anderes oft beobachtetes „Phänomen“ ist die Größenzunahme um 1 bis 3 Zentimeter innerhalb einer kompletten Behandlungsserie. Möglichkeiten wie der Körper auf eine neue und natürliche Ausrichtung reagiert gibt es viele. Eltern sollten wissen, daß bei Haltungsschwächen oder Schäden ihrer Kinder strukturierende Sitzungen dem jungen Körper eine ausgezeichnete Hilfe bei der Anpassung an die Schwerkraft sind. Damit verbunden ist besonders bei Kindern und Jugendlichen häufig auch eine gesunde Zunahme an Selbstvertrauen und Selbstwert. Körperbewußte Menschen bei denen der Körper einen beträchtlichen Teil ihres Arbeits- und Firmenkapitals ausmacht wie Models, Sportler, Schauspieler, Musiker und Tänzer lassen sich oft regelmäßig „rolfen“ und oder osteopathisch behandeln. Sie wissen das es ihrem ganz speziellen Arbeitskapital, nämlich ihrem Körper, nicht gut bekommt ernsthaft mit der Schwerkraft in Konflikt zu geraten. Sie ist eben eine Kraft die man besser als Freund und Partner zur Seite stehen hat, denn als Feind gegenüber. Sie ist im Zweifelsfall unerbittlich ehrlich und hält uns unsere statischen Sünden wie ein Spiegel vors Gesicht. Allzuoft guckt der eine oder andere in ein unnötigerweise schmerzverzerrtes Konterfei.

Heilpraktiker Guido Rettig

Am 9.11. und am 7.12. jeweils um 19.00 Uhr finden Vorträge zum Thema: „Naturheilkunde bei Beschwerden des Bewegungsapparates“ in der Naturheilpraxis Rettig statt (telef. Voranmeldungen erbeten 0391. 400 47 17)



Hier entsteht dann häufig ein wahrer Teufelskreis aus Symptomen und Erkrankungen.



Alles im Lot hintere oder posteriorer Typ vorderer oder anteriorer Typ Alles im Lot nichts im Lot zusammengesackter/ aufgerichteter Typ

kurzes/ langes Bein Schultern/ Becken zusammengedrückt/ aufgerichtet