

Vorwort

Als Arzt auf der Suche nach dem Bauplan Mensch habe ich die Bewegungsintelligenz des menschlichen Körpers entdeckt. Daraus ist die Spiraldynamik als Therapiekonzept entstanden. Seit mehr als zwanzig Jahren betreue ich Patientinnen mit Skoliose, daraus ist die Motivation entstanden, dieses Buch zusammen mit der Physiotherapeutin und Heilpraktikerin Karin Rosmann-Reif zu schreiben.

Die Evolution hat das menschliche Bewegungssystem im Verlaufe von Jahrtausenden geplant, entwickelt und erprobt. Der aufrechte Gang erfordert abwechselungsweise eine Links-rechts-Verschraubung der Wirbelsäule. Diese Links-rechts-Verschraubung erfolgt exakt nach dem Spiralprinzip, wie es überall in der Natur anzutreffen ist.

Die Skoliose ist eine einseitig fixierte spiralige Verformung der Wirbelsäule. Die gute Nachricht dabei ist: Wenn sich die Wirbelsäule beim Gehen seit Jahrtausenden alternierend nach links und nach rechts dreht und wenn diese „Doppelspirale“ bei der Skoliose zur „Einfachspirale“ reduziert wird, dann bietet das Gehen eine perfekte Therapiemöglichkeit. Schritt für Schritt kann die Wirbelsäule betont in die andere Richtung schrauben und so der Skoliose wirksam entgegenwirken.

Die Therapie verlängert sich so vom Therapieraum in den Alltag: Beim Gehen, Stehen, Werfen, Tanzen – wann immer der Körper in Bewegung ist, kann der einseitigen Spirale mittels der natürlichen Gegenspirale entgegengewirkt wer-

den. Wichtigste Voraussetzung für den Erfolg: Die Gegenspirale muss präzise ausgeführt werden. Die Therapiestunden verfolgen damit zwei Ziele: Behandlung und Instruktion. Gute Übungen sind alltagstauglich und überall anwendbar.

Lebensqualität! Früher genügte es, „Strukturen“ zu mobilisieren und zu stabilisieren. Heute werden in der gängigen Physiotherapie meist Funktionen geübt. Die Skoliosetherapie von Morgen wird gelebt – integriert ins Gehen, den Sport oder das Tanzen. Gemäß heute gültigen WHO-Kriterien geht es in der modernen Therapie um konkrete Outcomes, um konkreten Nutzen und Lebensqualität.

So gesehen ist die körperliche Herausforderung „Skoliose“ eine Chance zur Entwicklung von Körperbewusstsein, Eigenverantwortung und Lebensqualität. Aus vermeintlicher Einschränkung wird Freiheit.

Dr. med. Christian Larsen
Mitbegründer der Spiraldynamik