

# Die DORN-Methode oder „Kranke Rücken soll man drücken“

Die sanfte Wirbelsäulen- und Gelenktherapie nach DORN hat sich vom einstigen Geheimtipp zu einer der erfolgreichsten Behandlungsmethoden bei Rücken- und Gelenkproblemen entwickelt.

Die in einem kleinen Dorf im Allgäu begründete DORN-Methode ist so wirksam, dass sie sich inzwischen weltweit verbreitet. Ob in Russland, Südamerika oder Australien - in allen Erdteilen wird schon nach dieser sanften Wirbelsäulen-Therapie behandelt. Allein im deutschsprachigen Raum helfen einige tausend Ärzte, Heilpraktiker und Krankengymnasten, aber auch Laien, mit dem „Daumendrücken“ ihren Zeitgenossen, die unter Rückenschmerzen leiden. Und das äußerst erfolgreich. Schließlich hat diese Methode die solideste Basis, die man sich denken kann: Sie ist buchstäblich der Natur abgeschaut, ja abgetastet.

## Die Erfolgsgeschichte beginnt mit Hexenschuss

Dieter Dorn, ein Sägewerk-Betreiber in Lautrach bei Memmingen, wollte einen Baum hochheben - da kam er selbst nicht mehr hoch. Hexenschuss! Da kam dem Allgäuer der alte Schlossbauer aus dem Nachbardorf in den Sinn, über den er am Stammtisch gelacht hatte. „Schlimmer kann es eh nicht werden“, dachte sich Dorn und machte sich auf zu dem „Knocheneinrenker“, der schon auf die 80 zuzuging. Der renkte aber gar nicht, sondern Dorn musste mit dem Bein schlenkern, während der Alte mit wenigen Handgriffen den Wirbel reindrückte. Geradeso, wie er's bei einer alten Bäuerin im Kemptener Umland gesehen hatte, die immer das Vieh „eingerichtet“ hat - und die Dienstboten dazu. Auch beim Sägewerkbesitzer Dorn war der Schmerz im Nu weg, und er konnte gleich wieder seine schwere Arbeit tun.

Verblüfft fragte er, ob man so etwas lernen könne. „Du brauchst es nicht lernen, Du kannst es“, war die Antwort. Der Alte forderte Dieter Dorn auf, mit dieser Methode weiterzuarbeiten, da er selbst nicht mehr lange leben würde. Dorn blieb tatsächlich keine Zeit mehr, in die Lehre zu gehen, denn vier Wochen später

lag der Schlossbauer schon krank da nieder - und kurz darauf.

Doch die Sache ließ Dorn keine Ruhe. Sein Interesse war geweckt. Nur - er musste sich die Methode nun selbst erarbeiten. Dorns erste Patientin war seine Frau, die seit zehn Jahren an starken Kopfschmerzen litt, die allen medizinischen Heilversuchen trotzten. Diese Schmerzen verschwanden nach der Behandlung ebenso rasch wie sein Hexenschuss verschwunden war, und sie sind seitdem nicht mehr wiedergekommen.

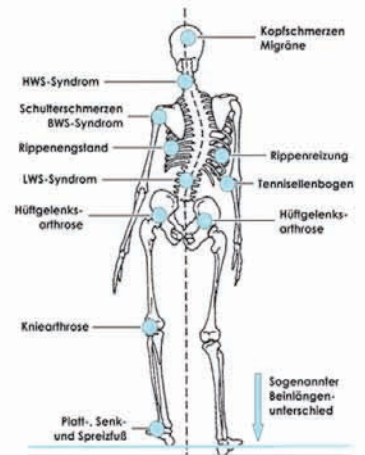


Abbildung zeigt mögliche Folgen einer falschen Stilk.

## Erst medizinisch ahnungslos - aber mit Gespür

„Ich wusste die ersten zehn Jahre nicht einmal, dass es die Dornfortsätze waren, auf die ich bei der Behandlung drückte“, gesteht Dieter Dorn heute. (Nomen est Omen) „Ich dachte, das seien die Bandscheiben; ein solcher Laie war ich damals.“ Heute weiß er: „Wenn ich anatomische Kenntnisse gehabt hätte, hätte ich alles so kompliziert gesehen, dass ich mich vieles nicht getraut hätte.“ So aber hat er die Not des betroffenen Mitmenschen buchstäblich erspürt, und weil er alle Sinne nur auf das Finden der normalen Funktion gerichtet hatte, ging es wie von selbst. Beim Abtasten der Halswirbelsäule seiner Frau spürte er Ungleichheiten. Einfühlsam lockerte er die Muskeln, drückte auf den vorstehenden Wirbel, der glitt in seine richtige Position - und die Frau war beschwerdefrei.

Der Landwirt begann, abends nach Feierabend in der Küche seine Nachbarn, Kollegen und Kunden zu behandeln. Mit der Zeit kamen immer mehr Hilfesuchende zu Dieter Dorn, und vielen hat er helfen können. Im Laufe der Jahre habe er etwa 20.000 Menschen die Wirbelsäule „gerade gemacht“, bilanzierte er 1997 beim ersten Kongress über seine Methode. Noch heute praktiziert er werktags in den Abendstunden mit etwa 15 Patienten und Lernwilligen. Bis aus Norddeutschland, Österreich und der Schweiz kommen sie, haben viel Positives von der effektiven Behandlung der Gelenke und der Wirbelsäule nach Dorn gehört. Es mag vielleicht überraschen, aber immer wieder gehören auch Ärzte, ja sogar Orthopäden zu seinen Patienten - und anschließend oft auch zu seinen Schülern. Neue Patienten kann der Allgäuer inzwischen nicht mehr annehmen, er verweist auf die „Dorn-Therapeutenliste“ ([www.dornmethode.com](http://www.dornmethode.com)).

„Wenn a Bein rausgeht, muss es ja auch wieder reingehen“, mit dieser unkomplizierten Sichtweise gelingt es Dorn, Beine wieder an den rechten Platz zu komplimentieren, nachdem er zuvor die harten Gesäßmuskeln weich gedrückt hat: „Hartes muss man drücken, Weiches muss man dehnen - nicht umgekehrt!“ Dorn behagt es, von seiner gefundenen Methode nach über 30 Jahren sagen zu können: „Ich hab' mich noch in keinem einzigen Punkt korrigieren müssen.“

## Die praktische Anwendung der DORN-Therapie

Ziel des Therapeuten ist es, die Statik des Menschen wieder auszugleichen und den Patienten so wieder „ins Lot zu bringen“. Dabei werden alle verschobenen Gelenke und Wirbel wieder gerichtet. Man fängt in der Regel von unten an, denn erst auf einem geraden Fundament lässt sich wirklich aufbauen. Fußgelenke, Kniegelenke und vor allem das Hüftgelenk werden überprüft und ausgeglichen. Der Trick ist, dass alle Fehlstellungen in Bewegung durch gezielten Druck wieder gerichtet werden.



Am Anfang steht immer das Messen der Beinlängen. Das wichtigste ist eine bestehende Beinlängendifferenz auszugleichen. Man glaubt gar nicht, bei wie vielen Menschen sich ungleiche Beine zeigen. Denn solange die Beine verschieden lang sind, steht das Becken schief, und auf einer schiefen Basis kann sich die Wirbelsäule nicht statisch exakt aufbauen. In die rechte Position gleitet das zu lange Bein zurück, wenn man mit einem einfachen Hebelgriff nachhilft: Bein anwinkeln, Hand an die Pobacke/Gesäßfalte und herziehen, während das Bein neben das andere abgestellt (wenn man bei der Übung auf dem Rücken liegt: abgelegt) wird. Um den Unterschied zu messen, muss jemand die gestreckten Beine hochheben und schauen, ob die eine Schuhsohle über die andere hinausragt.

Dieser Hebelgriff ist günstiger als die übliche chiropraktische Einrenkung, weil dabei die Bänder kaum gedehnt werden, und diese Bänder sollen ja das Gelenk halten! Sind die Gelenke - vom Patienten selbst und lediglich unter Mithilfe des Therapeuten - richtig gestellt, dann bekommt man gezeigt und eingeübt, wie man diese Übungen allein zu Hause macht. Die Gelenkkorrektur schmerzt übrigens nicht.

Die Wirbelkorrektur ist aber nicht bloß für die Wirbelsäule wichtig. Die Steuerung unserer Organe läuft vom Gehirn über das Rückenmark und dann treten zwischen den Wirbeln die Nervenleitungen aus, die zu den Organen führen. Sind die durch Wirbelfehlstellung blockiert, so funktioniert die Organsteuerung nicht.

## Die DORN-Methode als Volksheilkunde

Dieter Dorn entwickelte die Methode als medizinischer Laie mit viel Einfühlungsvermögen und logischem Verstand. Es ist ihm ganz wichtig, dass diese geniale Methode noch mehr in die Volksheilkunde einzieht. Denn jeder kann die DORN-Methode erlernen, und wenn sie richtig ausgeübt wird, ist sie völlig ungefährlich. Allein mit den Selbsthilfeübungen lässt sich schon eine Menge erreichen. Gegenüber anderen Methoden, um Wirbelblockaden zu lösen, hat Dorns „Fühlmethode“ den Vorteil, dass man sie - auch ganz wörtlich genommen - sehr gut begreifen kann. Sie ist keine Wunderkur, sondern eine nüchterne Arbeit mit ganzheitlichem Verständnis am Skelett- und Bewegungsapparat.

Die Grundlagen der DORN-Methode können an einem Wochenende erlernt werden und wer etwas Fingerspitzengefühl hat, kann damit auch anderen helfen. Kompliziertere Fälle kann man dann auch den erfahrenen Therapeuten überlassen.

Am 17./18. Oktober findet in Stuttgart wieder der große Dorn-Kongress statt ([www.dorn-kongress.de](http://www.dorn-kongress.de)).

Ganz aktuell können Sie die Dorn-Methode in Aktion erleben im neuen **DNS-TV** ([www.dns-tv.de](http://www.dns-tv.de)).

Die Redaktion

## NATURHEIL ZENTRUM RUREIFEL

**NEU** in Kreuzau-Boich

Naturheilpraxis,  
Kurse und Seminare zu den  
Themen Gesundheit, Natur-  
heilkunde, Körper und Seele.

*Rufen Sie uns an oder mailen Sie,  
wir schicken Ihnen gerne das  
aktuelle Programm.*

Christian & Dorothea Schütte  
Gereonstraße 105    Tel. 02427 905670  
52372 Kreuzau-Boich    nhz-rureifel@web.de



## Institut für biologische Heilkunde

**Therapieverfahren:**

- Akupunktur • Homöopathie
- Chiropraktik/Dorn-Therapie
- Craniosakrale Osteopathie
- Schmerztherapie n. Siener (NPSO)
- **Ernährungs-Stoffwechsel-Programm**

- Allergiebehandlung (Bioresonanz)
- Fußreflexzonentherapie
- Bach-Blüten
- Colon-Hydro-Therapie
- Naturheilverfahren
- Augendiagnose
- Bioelektrische Funktionsdiagnostik




**Christian Schütte Heilpraktiker**

**Hohenzollernstr. 70 • 52351 Düren • Tel.: 0 24 21/1 61 53 • Fax 0 24 21/1 67 78**

Sprechzeiten: Mo. - Fr.: 8.00 - 12.30 Uhr • Mo. - Do.: 14.00 - 18.00 Uhr • Fr. Nachmittag n. Vereinbarung