

# Geleitwort

**Medizin als Teil des kulturellen Umfelds** Medizin hat seit jeher einen engen Bezug zur Kultur. Denken wir nur an Begriffe wie Medizinmann, Heiler, chinesische, indische oder auch klassische Medizin.

In jeder Kultur gibt es einen eigenen Umgang mit Krankheit, Patient und Heilung. Bei vielen Völkern ist die Medizin heute noch ein Kult; Rituale, Mixturen von Medizin und heilende Fähigkeiten werden und wurden von Generation zu Generation weitergegeben.

Auch der Begriff Kunst wird immer wieder in der Medizin verwendet. Man spricht von der Kunst des Heilens. Kunst bedeutet etwas Individuelles, von einem Künstler Geschaffenes. Sie unterscheidet sich vom Alltäglichen, vom Reproduzierten. Auch die Medizin ist etwas Besonderes, etwas Individuelles.

Die moderne industrialisierte und mediatisierte Welt hat ihre eigene Medizin. Man konnte sie als „Kult in Weiß“ bezeichnen. Es ist eine Medizin, die sich in ihrer Wissenschaft vergräbt und in kommerzieller Abhängigkeit von der Pharmaindustrie steht. Dabei stehen weniger der Patient und sein Leiden im Mittelpunkt als vielmehr die Forschung, die Wissenschaft und der Kommerz.

**Medizin als individuelles Handeln** Schon vor 150 Jahren stellte der Arzt Dr. A.T. Still fest, dass die damalige Medizin oft große Probleme im Umgang mit den Patienten hatte. Damals wie heute fühlen sich Patienten oft nicht ernst genommen, nicht verstanden, entmündigt, zu einer „Nummer“ degradiert, sogar in ihrer Persönlichkeit verletzt. Schuld daran sind Apparatemedizin und Spezialisierung, aber auch mangelnde Ausbildung in psychologischer Patientenführung.

Diese Erkenntnis veranlasste A.T. Still, die „Ganzheitlichkeit und die Individualität“ als erstes Prinzip für den Umgang mit einem Patienten zu definieren.

Spezialisierung ist heute in medizinischen Bereichen nicht mehr wegzudenken. Der Allgemeinmediziner ist meistens auf die Mitarbeit seiner spezialisierten Kollegen angewiesen.

Die Kompetenzen für die Untersuchung und Behandlung des Patienten sind verteilt. Verantwortung für den ganzen Patienten übernimmt niemand. Jeder Spezialist ist für seinen Teilbereich der Abklärung oder der Behandlung zuständig und verantwortlich. Oft fragt sich der Patient, welcher „Spezialist“ gerade die Koordination seines Falles in den Händen hält. Viele sind für die Diagnose zuständig und die Therapie wird von weiteren Spezialisten ausgeführt oder begleitet.

Die Untersuchungen und Behandlungen sind entsprechend der abrechenbaren Ziffern genormt: Blutbild, Röntgenaufnahme, Injektion, Medikamentenverschreibung usw.

All dies hat sicher zur hohen Qualität der Medizin aus wissenschaftlicher Sicht beigetragen, der Patient scheint dabei jedoch auf der Strecke zu bleiben. Ihm fehlt die individuelle Behandlung, die Einbeziehung seiner Persönlichkeit und die Mitsprache in dem Punkt, der ihn zutiefst betrifft: seine Gesundheit.

Kurt Langbein und Bert Ehgartner beschreiben dieses Phänomen in ihrem Buch *Das Medizinkartell: „Vom Krankenbett ins Labor – die Abkehr vom Patienten“* [34]. Der Trend ist nicht neu, er wird aber immer deutlicher und passt in die gesellschaftliche und kulturelle Entwicklung unserer Zeit. Der Patient wird unmündig und anonym, seine Meinung ist nicht gefragt.

Anonymität wird noch unterstützt durch einen zweiten wichtigen Aspekt des heutigen Gesundheitssystems: die apparative, mechanisierte Medizin.

Die Röhre und der Ultraschallkopf, das EKG und das EMG-Gerät, die endoskopische Sonde und die Gewebeanalyse zeichnen ein genaues Bild einer Krankheit, nicht selten stellt der Computer am Ende dann die Diagnose. Es wird am Patienten geforscht, aber nicht mit dem Patienten „erforscht“. Es wird die Krankheit gesucht und bekämpft und nicht versucht, „die Gesundheit zu finden“ (A. T. Still).

**Besinnung und Erneuerung bei A. T. Still** A.T. Still wollte ursprünglich die Medizin verbessern und von Auswüchsen befreien. Er wollte die Grundlagen medizinischen Arbeitens neu definieren. Seine Prinzipien sind allgemeingültig und philosophisch wie wissenschaftlich bedeutend (Ganzheitlichkeit, Autoregulation, Bewegung, Interaktion von Struktur und Funktion). Wissenschaftliche Grundlagen, Logik und Allgemeingültigkeit haben der Osteopathie zu Anerkennung verholfen. Seit fast 150 Jahren steigt die Evidenz und verbreitet sich der osteopathische Gedanke weltweit.

Auch die Osteopathie kommt nicht ohne Kult aus. Sie ist von der „Still'schen Lehre“ und von ihren Leitsätzen geprägt. In seinen mit Begeisterung geschriebenen Abhandlungen definierte A.T. Still Prinzipien und Naturgesetze, die für den Umgang mit Patienten maßgebend sind. Er beschreibt aber auch religiöse und spiritualistische Sichtweisen aus der Zeit und aus dem Umfeld, in dem er groß geworden ist.

Zahlreiche Schriften über das Werk und das Leben von A.T. Still sind bis heute verfasst worden. Auffällig ist jedoch, dass Still selbst nur verhältnismäßig wenig geschrieben hat, insbesondere findet man kaum Schriften über die Arbeitsweise von ihm selbst.

Dies unterstreicht vielleicht auch, dass es ihm in erster Linie nicht um Behandlungstechniken ging, sondern um

die allgemeingültigen Grundprinzipien der Therapie eines Patienten:

- Ganzheitlichkeit
- Autoregulation
- Bewegung
- Interaktion von Struktur und Funktion

**Ganzheitlichkeit** Genau dieses Prinzip der Ganzheitlichkeit mahnen moderne Autoren wie Kurt Langbein und Bert Ehgartner heute an, und zwar völlig unabhängig von der Osteopathie.

Der Begriff Ganzheitlichkeit oder auch holistische Medizin bezieht sich zuerst auf den Patienten, die individuelle Betreuung und die Einbeziehung seiner Persönlichkeit.

Die enorme Wirksamkeit dieser Faktoren für die Therapie eines Patienten stellt auch der Krebsarzt und Leiter des Detroit Block Medical Center, Dr. Keith Block, in den Vordergrund. Er sagt: „Oft wirken schon ganz banale Regeln des täglichen Umgangs ... die Patienten wollen ernst genommen werden, sie möchten, dass der Arzt sie beim Namen nennt, Zeit für sie hat und dass er sie anschaut, wenn er mit ihnen redet“ – dies sind Dinge, die im Klinikalltag heute oft nicht für nötig gehalten werden.

Menschlichkeit und Zuwendung bewirken beim Patienten weit mehr als einen Placeboeffekt. Studien belegen eindeutig den Einfluss unseres emotionalen Systems auf den Körper, besonders den Einfluss auf das vegetative System, die Organe und den Hormonhaushalt. Genau wie Stress, Sorgen und Ärger Magengeschwüre, Herzinfarkt und Krebs auslösen können, so wissen wir auch, dass Zufriedenheit, Euphorie, Fröhlichkeit und positive Stimmung den Heilungsprozess günstig beeinflussen.

Ein aussagekräftiger Satz, der den ganzheitlichen Ansatz bei der Behandlung eines Patienten unterstreicht, wurde von einem berühmten Philosophen formuliert. Er sagt: „Ich bin nicht krank, weil ich eine Angina habe, sondern ich habe eine Angina, weil ich krank bin.“ Dieser Satz lehrt uns, den Patienten zu betrachten und nicht in erster Linie die Krankheit.

Es ist wichtig zu verstehen, an welcher Stelle der Patient leidet und in sog. Dysfunktion ist. Das erfordert die Auseinandersetzung mit seiner körperlichen und psychischen Ganzheit. Hier wird der Unterschied zur klassischen Medizin sehr deutlich, die darauf erpicht ist, in erster Linie Erreger und Auslöser von Krankheiten zu definieren und zu bekämpfen. Dieser Kampf wird meist mit körperfremden Waffen (Medikamenten) geführt. Medizin wird zum Krieg.

Die moderne Medizin bekämpft eine Menge von Feinden: Sie kämpft gegen Allergien, Grippeepidemien, sie kämpft gegen das Altern, gegen Krebs, gegen Immunschwache und Stoffwechselstörungen.

Es ist also eine Kriegserklärung gegen einen Feind. Die Frage ist nur: Ist das der richtige Feind? Und wo bleibt

mein Verbündeter, der Patient, oder besser noch seine Armee, das Immunsystem?

**Autoregulation** Das Immunsystem ist in den letzten Jahrzehnten immer besser studiert worden, doch scheint es, als traue die moderne Medizin diesem phantastischen, hoch entwickelten körpereigenen „Antivirus- und Reparaturprogramm“ nicht zu, den Körper im Gleichgewicht zu halten.

Es gibt medizinische Wissenschaftler, die heute darüber rätseln, ob Allergene aggressiver werden und ob wir uns vor ihnen schützen müssen, indem wir in staub- und keimfreier Umgebung leben und uns zeitig mit antiallergetischen Medikamenten versorgen, um Schaden von unserem Körper fern zu halten.

Doch gibt es auch ernst zu nehmende Forscher wie Charlotte Brau-Fahrländer aus Basel, die Münchener Allergologin Erika von Mutius oder den Gastroenterologen Joel Weinstock an der University of Iowa, die ein mangelhaft trainiertes Immunsystem im Kindesalter und den frühzeitigen und häufigen Einsatz von Antibiotika für die Anhäufung allergischer Erkrankungen verantwortlich machen.

Es bedarf schon einer philosophischen Betrachtung des Menschen, die eigentlich dem Mediziner eigen sein müsste, um festzustellen, dass der Mensch ein phantastisches Wesen mit außergewöhnlichen Fähigkeiten ist. Daher sollte ein Therapeut zuerst die autoregulativen Kräfte des Patienten ausschöpfen, um Probleme zu behandeln. Dazu gehört in erster Linie ein positives, menschenfreundliches Umfeld, d. h. wiederum, der Patient soll sich bei seinem Therapeuten geborgen und wohl fühlen.

Es bedeutet aber auch, dass er in den Gesundungsprozess einbezogen wird, indem er die autoregulativen Kräfte mobilisieren muss. Der Therapeut wirkt nur stimulierend und helfend ein – auch mit Medikation und Chirurgie, falls die Grenzen des Immunsystems dies verlangen. Die Selbstheilungskräfte des Menschen sind weit bedeutender, als wir uns das meistens vorstellen. So kann ein Chirurg eine Wunde perfekt mit einer Naht versorgen: Wenn die körpereigenen Kräfte keine Vernarbung bewirken, dann nutzt alle medizinische Kunst nichts. Eigentlich kann kein Therapeut der Welt behaupten, einen Patienten zu heilen, denn letzten Endes heilt der Patient sich selbst. Auch kann die Medizin die phantastischen Fähigkeiten des Organismus, sich ständig zu reparieren und zu regenerieren, durch nichts Gleichwertiges ersetzen.

Es wäre nun sicherlich vermessen, zu glauben, die Medizin brauche keine Medikamente. Aus osteopathischer Sicht sind Medikamente jedoch nur Hilfsmittel, die Türen öffnen und Wege zur Heilung frei machen.

Der Osteopath muss aber stets die Grenzen rein funktioneller Behandlungen kennen und wissen, wann eine allopathische Intervention notwendig ist.

**Bewegung ist Leben** Einen wichtigen Aspekt vergessen viele Mediziner heute: Der Mensch ist Mensch, solange er sich bewegt. Wenn alle Bewegung erloschen ist, wenn kein Blut, kein Nervenimpuls mehr fließt, kein Muskel sich regt und keine Zelle mehr „atmet“, dann lebt der Mensch nicht mehr. Jeder von uns hat schon erfahren, dass die Einschränkung der Bewegung uns krank macht. Wir leiden an Schmerzen, Schwellungen, Durchblutungsstörungen, Verdauungsdefiziten usw.

Bewegung ist das Leitwort für Wohlbefinden, für gutes Funktionieren von Autoregulation und Regeneration. Bewegung hat aber auch einen kommunikativen Charakter und schließt somit den Kreis vom Heilen zur Kultur. Bewegen steht in Einklang mit den umgebenden Strukturen, aber auch mit inneren Funktionen. Deshalb ist das „Bewegtwerden“ durch den Therapeuten etwas ganz Individuelles und Besonderes: Der Zugang zum Patienten ist erstellt und bietet dem Therapeuten alle Möglichkeiten der Einflussnahme auf den Körper.

Es bedarf einer hohen Qualifikation eines Therapeuten, um in diese Bereiche des Patienten vorzustoßen. Er benötigt: Persönlichkeit, Charakter und Ethik. Eigenschaften, die seit jeher in unserer Gesellschaft von Medizinern verlangt und in der Kultform noch vor der ersten Behandlung eines Patienten als Eid abgelegt werden. Die Aufgabe des Therapeuten wird dann darin bestehen, Dysfunktionen zu beheben, Türen zu öffnen, Wege frei zu machen und dadurch die autoregulativen Kräfte des Patienten voll zur Wirkung kommen zu lassen.

Die Krankheit als gestörte Funktion zu begreifen, bedeutet, die Funktion (Bewegung) zu erkunden und zu analysieren. Bewegung ist aber nur in geringem Maße durch unser Auge zu erfassen. Viele Bewegungen im Körper können wir nur ertasten oder erahnen. Die Mobilität der Organe, der Gewebe, der Flüssigkeiten, der Gase und der elektrischen Impulse, der Austausch in den Organen, Geweben und Zellen, sogar die elektrische und magneti-

sche Aktivität unserer Gedanken sind im weiten Sinne Bewegungen unseres Körpers. Nur unter Einbeziehung des Patienten und mit einem geschulten Gespür all seiner Sinne (besonders des Tastens) ist ein Therapeut in der Lage, ein Bild über Funktion und Dysfunktion eines Patienten zu erstellen. Die therapeutische Aufgabe liegt dann darin, die gute Funktion wiederherzustellen.

**Interaktion von Struktur und Funktion** Dieses Naturgesetz bedeutet, dass alles, was weiter oben bezüglich Regeneration und Reparation gesagt wurde, durch eine ständige Anpassung an neue Begebenheiten noch übertrifft wird. Der Organismus entwickelt neue Abwehrmechanismen, aber er passt die Gewebe auch an neue Gegebenheiten oder Belastungen an. Je nach Bedarf entwickelt er Muskeln für Ausdauer oder Kraft und gleicht Herz- und Lungenfunktion an (Trainingseffekte). Wird ein Gewebe nicht gebraucht, so wird es abgebaut (Muskelatrophie bei Immobilisation). Werden die Grenzen der Anpassungsmöglichkeit überschritten, dann nimmt die Struktur (das Gewebe) Schaden. Aus der Beobachtung dieser Gesetzmäßigkeit lassen sich viele Dysfunktionen erkennen.

**Der Patient braucht ganzheitliche Therapie** Es ist vielen schon längst aufgefallen, dass die klassische Medizin und allopathische Behandlungen nicht immer als der Weisheit letzter Schluss gesehen werden. Ganz besonders der Patient stellt dies fest. Daher suchen immer mehr Menschen Hilfe bei der sog. alternativen Medizin – obwohl sie die Behandlungen oft selbst bezahlen müssen.

Die Frage, was der Patient hier sucht, ist leicht zu beantworten: einen Therapeuten, der nicht zuerst Forscher und Wissenschaftler ist. Der Unterschied liegt in der individuellen Herangehensweise.

**Werner Langer**

## Vorwort

Von den erfahrenen Therapeuten wird das GOT-Konzept leider oft als zu einfach, zu manualtherapeutisch, zu mechanisch abgetan.

Zauberwörter wie „biodynamisch“, „Tides“, „Fluid“ und „Emotional Release“ bestimmen die Handlungsweise des „modernen“ Osteopathen. Auf einem Kongress ließ einer der Sprecher seiner Meinung freien Lauf: „Der Therapeut, der sich nicht mit dem *Slow Tide* befasst, muss sich überlegen, ob er noch wirklich osteopathisch arbeitet.“

Sicher wird in Dr. A.T. Stills Konzept der Osteopathie dem Flüssigkeitsprinzip in Form der *Arterial Rule* eine große Bedeutung beigemessen. Doch wird keine einzige Flüssigkeitsfluktuation bestehen können, wenn mechanische oder strukturelle Unvollkommenheiten diese behindern. Ich zitiere Dr. Still: „*A disturbed artery marked the beginning, to an hour and a minute, when disease began to sow the seeds of destruction in the human body. The rule of the artery must be absolutely universal and unobstructed, or disease will be the result*“. Der Glauben und die Überzeugung, dass nur die Selbstheilungskräfte der Natur einen Zurückgewinn der Gesundheit bewirken können, lässt uns in Betrachtung unserer Behandlung sehr bescheiden werden.

Jede fortgeschrittene Denk- und Behandlungsidee knüpft weiter an ein Netzwerk von vorher gewonnenen Erkenntnissen. In diesem Sinne sollten wir unser Handeln überdenken: „back to the roots“. Die traditionelle Osteopathie sollten wir nie aus dem Auge verlieren. Denn wie weit die Osteopathie sich auch entwickeln wird, sie sollte sich immer auf die Prinzipien unserer großen Vordenker wie Still, Sutherland, Littlejohn u. a. stützen.

Das GOT-Konzept hat in der traditionellen Osteopathie einen festen Stellenwert. Es steht am Anfang der osteopathischen Entwicklung sowohl ontogenetisch als auch phylogenetisch. In der Entwicklung der osteopathischen Techniken ist das rhythmisch mobilisierende Konzept der GOT vorherrschend beteiligt. Aber auch in der Entwicklung eines jeden Osteopathiestudenten spielt die GOT eine wichtige Rolle. Bereits in den ersten Unterrichtsstunden lernt er die GOT kennen: den einführenden, schonenden, aber vor allem respektierenden Umgang mit dem Gewebe. Der Osteopathiestudent lernt die wichtigen Begriffe wie Balancepunkt und Gewebebarriere in der Praxis kennen. Weil jedoch dieses einfache und geniale Konzept später durch spezifischere parietale, viszerale, fasziale und kraniale Techniken verdrängt wird, gerät die GOT in Vergessenheit und wird als primitiv abgetan.

Glauben Sie mir, die Osteopathen, die das behaupten, haben das GOT-Konzept nie verstanden. Mit ihm kann man auf alle Gewebe und auf alle Gewebeebenen einwirken, je nachdem, wie weit der Osteopath seine Kenntnisse und Palpationsfähigkeiten entwickelt hat. Ich hoffe, das in diesem Buch deutlich zu machen.

Auch für Therapeuten ohne osteopathische Kenntnisse, z. B. Manualtherapeuten, die nach weiterer Entwicklung ihrer Fähigkeiten und Denkweisen suchen, kann dieses Buch eine Quelle von Informationen sein.

Wenn man die verschiedenen Konzepte und Techniken in der Osteopathie und manuellen Therapie in ihre Behandlungsrichtung der Dysfunktion unterteilt, kann man die direkten von den indirekten Techniken unterscheiden. Beide können global oder spezifisch eingesetzt werden. Hierdurch entsteht ein Fadenkreuz von Techniken.

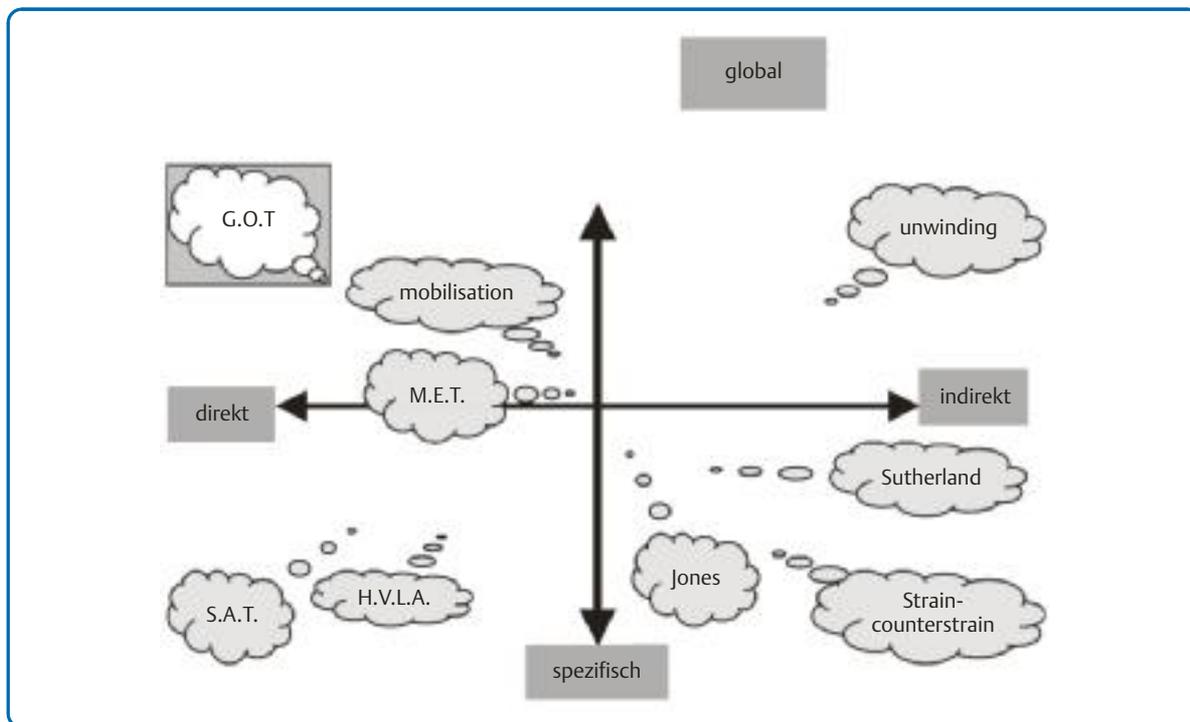
Direkt bedeutet, dass die Technik mobilisierend gegen die Barriere eingesetzt wird, während indirekte Techniken mit der Dysfunktionsrichtung, also in die freie Richtung, angewandt werden.

In dieser Vielfalt von Techniken können wir das GOT-Konzept zu den ganzheitlichen Techniken zählen. Sie werden direkt, also entgegen der Dysfunktionsrichtung, ausgeführt. Der erfahrene Therapeut wird jedoch spielend mit dem Gewebe vom Konzept abweichen und indirekte Techniken sowie Muskelenergietechniken in seine Behandlung integrieren können. Es ist gerade diese umfassende, ganzheitliche Sichtweise, die dem Einheitsprinzip der Osteopathie zugrunde liegt – sie beschäftigt sich mit allen menschlichen Systemen:

- viszeral
- parietal
- kraniosakral
- vaskulär, lymphatisch, venös
- nerval
- psychisch, emotional

In diesem Buch steht GOT für „Ganzheitliche Osteopathische Therapie“ als Übersetzung des englischen *General Osteopathic Treatment*. Damit wird im Folgenden von **der** GOT gesprochen.

Es gibt nur wenig Literatur über die GOT. Dies kommt zum einen daher, dass es die GOT nicht wirklich gibt, sondern ein GOT-Konzept, das auf den Ideen und Philosophien von Dr. John Martin Littlejohn, einem Schüler von Dr. Andrew Taylor Still basiert. John Wernham, seinerseits wiederum ein Schüler von Littlejohn, hat das GOT-Konzept in eine Technikserie integriert. So nannte er eine Folge von aneinander gekoppelten Techniken eine „Routine“. Die komplette, umfassende Untersuchung und Behandlung des Patienten besteht aus verschiedenen Routinen. Er prägte die klassische Osteopathie mit dem Begriff des TBA, *Total Body Adjustment*. Im *Total Body Adjustment* wird der Patient in seiner Gesamtheit untersucht und behandelt nach den Prinzipien der GOT. In seiner Gesamtheit bleibt diese Untersuchung „total“ oder „general“. Dennoch werden gefundene Dysfunktionen spezifisch, akkurat und intensiv behandelt, ohne die Ganzheitlichkeit des Menschen aus dem Auge zu verlie-



Die GOT im Fadenkreuz der osteopathischen Techniken und Konzepte.

ren. John Werham gibt in seinem TBA verschiedene Routinen vor. Ich bin der Meinung, dass man, je nachdem wie weit man in den osteopathischen Fähigkeiten Erfahrung gesammelt hat, von dieser vorgeschriebenen Routine abweichen darf. Jeder Therapeut entwickelt ausgehend von den generellen Prinzipien seine eigene TBA-Routine.

Dieses GOT-Buch soll kein reines Technikbuch werden, sondern die Ursprünge und die Philosophie des GOT-Konzepts nachvollziehbar erklären und dadurch zur freien und individuellen Anwendung der Technik anleiten.

Die Auswahl der Techniken beruht auf meinen während des Osteopathiestudiums an der ATSA (Frankreich/ Deutschland) gewonnenen Erkenntnissen. Hier galt vor allem mein hervorragender Lehrer Jean Jaques Papascin als großes Vorbild. Aber auch verschiedene Postgraduate Workshops und Kurse haben zur Entstehung meiner persönlichen GOT oder TBA beigetragen.

Während meiner Lehrertätigkeit am Institut für angewandte Osteopathie ([www.ifaop.com](http://www.ifaop.com)) hat das kritische Hinterfragen meiner Studenten mich zu einer Verbesserung und Perfektionierung der Techniken angespornt. Aus einem Schulkript ist letztlich ein Buch geworden. Durch diese Erfahrungen weichen einige Techniken vom Vorgehen John Wernhams ab. Diese Abweichungen sind jedoch mit Erläuterungen versehen.

Abschließend möchte ich John Wernham sinngemäß zitieren. Seine Worte sagen am deutlichsten, wo die GOT steht und welchen Platz sie in der Osteopathie einnimmt.

## **i** Das Body Adjustment

Außer im Falle von akuten Erkrankungen wurden osteopathische Techniken in der Vergangenheit immer allgemein oder global angewandt. Doch oft wurde dieses Ganzheitsprinzip entkräftet, indem Therapeuten sich zufriedengaben mit einer lokalen Behandlung der schmerzhaften Region. So eine begrenzte Sicht vernachlässigt das zweite wichtige osteopathische Prinzip der Zusammenhänge des Körpers im anatomischen, mechanischen und physiologischen Sinn. Um die gesundheitsblockierenden Dysfunktionen zu lösen und den Patienten in seiner Gesundheit zu stabilisieren, muss dem aber Rechenschaft getragen werden.

Das *General Treatment* geriet in Verruf und wurde ersetzt durch „spezifische“ oder „korrigierende“ Techniken, die jedoch nur einem anatomischen Konzept unterliegen. Weil „general“ eine gewisse Abneigung erfuhr und wenig hinwies auf die Essenz unserer Vorgehensweise, wurde in der Folge von „body adjustment“ gesprochen. Aber ehrlich gesagt, benennt gerade „general treatment“, „total body adjustment“, „totale oder globale Behandlung“, oder welcher Name auch verwendet wird, die Quintessenz unserer Arbeit und verlangt unsere volle Aufmerksamkeit in unserem Vorgehen.

Die Methode bedient sich des **langen Hebels** und bezieht alle Gewebe ein, akzentuiert jedoch nur dort, wo es notwendig ist. Das Behandeln in einer **Routine** trägt dazu bei, dass keine Blockaden übersehen werden. Der verloren gegangene **Rhythmus** wird gesucht. Und obwohl der Extremitätenhebel, der jede Muskelinsertion am Becken und an der Wirbelsäule anvisiert, kräftig ist, ist die Herangehensweise **respektvoll**, weich und im Effekt entspannend.

Das Ziel der Behandlung ist die Herstellung des Gleichgewichts im Inneren, mit dem Resultat einer Korrektur der Dysfunktionen. Die ganzheitliche osteopathische Korrektur führt dazu, dass die natürlichen Selbstheilungskräfte alles korrigieren, ohne eine spezifische, lokale Manipulation. Doch vielleicht der wichtigste Aspekt der Anwendung dieser traditionellen Methode ist das Resultat auf lange Sicht, mit einer Stabilisierung der Gesundheit und einem anhaltenden Stresswiderstand.

Zum Schluss muss noch gesagt werden, dass die Techniken, obwohl sie locker und frei angewandt werden, doch akkurat und präzise in der Ausführung sind.

John Wernham verdeutlicht uns mit diesen Worten, dass die Quintessenz der Osteopathie in der Ganzheitlichkeit liegt. Die GOT beruht auf Funktionalität und nicht nur auf Anatomie. Mit den TBA-Prinzipien des langen Hebels, der Routine, des angewandten Rhythmus und der Anpassung an den Patienten wird das innere Milieu des Patienten vorbereitet, um die osteopathische Dysfunktion zu beheben. Ohne diese Vorbereitung wird eine Korrektur nicht nachhaltig sein. Die großen Vorteile der GOT liegen in der Nachhaltigkeit und der Stabilität der Resultate.

Kaarst, im Herbst 2006

**Wim Hermanns**