



Ein Leopard als Beispiel

Die Evolution zwang den Menschen dazu, aufrecht zu stehen, das bewirkt, dass der Rücken ganz anders genutzt wird. Der Sportarzt Frank Bertina entwickelte eine Behandlungsmethode, die die Rückenmuskulatur aufbaut und Beschwerden verschwinden lässt. Der kräftige Rücken eines Leoparden war seine Inspiration.

Auf den ersten Blick sieht das Gerät aus wie ein normales Fitnessgerät: eine Sitzfläche, an Gewichten hängend ein Seil und viele Stahlrohre. Wenn man auf dem Gerät Platz nimmt, ist jedoch ein gewichtiger Unterschied festzustellen. Zunächst werden die Knie fixiert, somit kann nur der Oberkörper bewegt werden. Die übrigen Körperpartien sind unbeweglich – man ist sozusagen eingespannt.

Danach beginnen die Übungen. Man beugt sich nach vorne, das Kinn auf die Brust, die Arme gekreuzt. Man kommt nach oben und überstreckt den Rücken nach hinten. Von dieser Position kommt man langsam wieder zurück nach vorne. Das Gerät wird langsam durch Erhöhung der Gewichte schwerer eingestellt, aber die Übungen sind niemals richtig schwer.

Beim Verlassen des Gerätes erlebt man dann ein sensationelles Gefühl. Man kann es eigentlich nur so beschreiben: man fühlt sich größer, so als wäre man mehrere Zentimeter gewachsen. Der Reporter (der übrigens ohne Beschwerden war) formulierte das Gefühl nach der Behandlung wie folgt: „Der Rücken fühlt sich irgendwie ganz locker an. Nach einer Beugung kommt man ganz leicht und ohne Mühen wieder hoch.“ Nach der Behandlung ist festzustellen, dass er zwar immer noch nicht seine Zehen berühren kann, aber mit etwas Anstrengung ist der Abstand zum Ziel (= zu seinen Zehen) um 12 cm geringer geworden.

Sportarzt Frank Bertina und Physiotherapeut Carl de Groot schauen sich gegenseitig lächelnd an. Die Reaktion des Reporters ist typisch für alle die, die zum ersten Mal das Gerät benutzt haben. De Groot: „Ich war anfangs sehr skeptisch und dachte, was hat es mit diesem Gerät auf sich? Aber es funktioniert. Ich erlebe täglich in meiner Praxis bei Behandlungen die Bestätigung.“

Sportarzt Bertina war Militäroberarzt im Range eines Obersts und befindet sich nunmehr im Ruhestand. Zu Dienstzeiten war er Leiter des medizinischen Dienstes des königlichen Heeres und entwickelte dieses Gerät, das wie er sagt, geeignet ist, Wirbelsäulen-Beschwerden aller Art zu behandeln. Seiner Aussage nach lindert es Beschwerden - insbesondere im unteren Rückenbereich. Er betreute Spezial-Einheiten und war auf der Suche nach Trainingsmethoden für diese. Ein Fallschirmspringer, der mit 50 kg Gepäck landen muss, braucht einen besonders stark trainierten Rücken. Nach jahrelangem Suchen nach einem geeigneten Trainingsgerät zum Aufbau der Rückenmuskulatur kam er zu dem Schluss, dass ein solches bisher nicht existierte. Den Rücken stärken – das war es, was Bertina wollte. Und wenn es ein solches Gerät noch nicht gibt – dann wollte er ein solches entwickeln. Das Ergebnis dieser Philosophie war die Origene-Methode. Eine funktionelle Behandlungsmethode, die Ursachen



bekämpft und nicht die Symptome. Durch die Isolation der fixierten Beine trainiert man gezielt ausschließlich die Rückenmuskulatur. Laut Bertina steigert man die Kraft der Rückenmuskulatur bereits nach einer Behandlung um 10 Prozent. Er empfiehlt über einen 10-Wochen-Zeitraum, jeweils eine Behandlung pro Woche durchzuführen. Danach sind Behandlungsintervalle von vier bis acht Wochen völlig ausreichend, um den Behandlungserfolg zu erhalten. Die Behandlung ist sehr geeignet für Menschen mit unspezifischen Beschwerden im unteren Rückenbereich, wobei oftmals keine speziellen Erkrankungen zu erkennen sind, die diese Beschwerden verursachen. Aber die Behandlung ist darüber hinaus auch geeignet für Patienten mit Bandscheibenvorfällen, bei denen eine Operation nicht angezeigt ist bzw. lediglich eine Empfehlung zur Schmerztherapie ausgesprochen wird, damit sie lernen, mit den Schmerzen zu leben. Insgesamt reagieren die behandelten Personen bis auf wenige Ausnahmen sehr positiv. Während der Behandlung tritt oftmals eine Einrenkung an der Wirbelsäule und dem Kreuzbein auf. Die Mobilisation der Facette-Gelenke (kleine Gelenke der Wirbelsäule) vergrößert in der Regel die Beweglichkeit der Lendenwirbelsäule und regt dadurch den Stoffwechsel der Bandscheibe an. Bertina hat eine interessante Erklärung für die unerwartet großen Behandlungserfolge seiner Methode. Er geht davon aus, dass in der Lendenwirbelsäule eine große Quelle von ungenutzten Kräften steckt, die bisher nicht erkannt wurde. Am Beispiel der Beweglichkeit der Rückenmuskulatur eines jagenden Leoparden zeigt sich, wozu eine perfekt trainierte Rückenmuskulatur in der Lage ist. Sie ist Voraussetzung dafür, um laufen und springen zu können. Dafür benötigt der Leopard sehr viel Kraft. Wie zu Beginn schon erwähnt, hat die Evolution den Menschen dazu gezwungen, aufrecht zu gehen, gleichwohl schlummert in der Lendenwirbelsäule viel Kraft. Die Origene-Methode hilft bei der Wiederherstellung dieser verborgenen Kräfte. Sie aktiviert diese verloren gegangenen und ungenutzten Funktionen und motorischen Reaktionsmuster, die in uns immer noch genetisch gespeichert sind. Bei 60 bis 90 Prozent der Patienten war die Origene-Behandlung erfolgreich – so Bertina. An der Universität von Maastricht wird zurzeit eine Studie durchgeführt, um die Behandlungserfolge der Origene-Methode systematisch zu erfassen und dadurch eine wissenschaftlich fundierte Grundlage zu schaffen.

Anne Smit ist bereits begeistert von der Origene-Methode. Sie litt ca. drei Jahre unter Rückenbeschwerden und war zunächst sehr skeptisch, dass die Origene-Methode ihr Linderung verschaffen konnte. Nachdem sie über den Mechanismus der Behandlung aufgeklärt wurde, erklärte sie sich schließlich dazu bereit, sich behandeln zu lassen. „Nach den ersten Behandlungen habe ich keine Verbesserung gespürt, aber dann auf einmal spürte ich ein Kribbeln in meinem Rücken. Seit dem geht es mir viel besser. Ich kann wieder mit meinem Hund im Wald spazieren gehen, was vor der Behandlung undenkbar war.“

Andrea van Lindenberg hatte über ein Jahr lang starke Schmerzen im Rücken. Sie konnte ihre Arbeit (PC-Arbeitsplatz) nur noch eingeschränkt ausüben. Nach der Origene-Behandlung arbeitet sie wieder zu 100 Prozent. Die Schmerzen sind zwar nicht völlig verschwunden, sie sind aber erträglich geworden.

Mehr Informationen lesen Sie im Internet unter bzw. www.origene.de

