



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011
Herzensarbeit über die Wirbelsäule
„Ohren – das Tor zur Welt“





11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

Anatomie der Ohren

Unser Hörorgan lässt sich in das äussere Ohr, das Mittelohr und das Innenohr unterteilen.

Das äussere Ohr: dazu gehören die knorpelige Ohrmuschel und der äussere Gehörgang. Das Trommelfell trennt das äussere Ohr vom Mittelohr.

Das Mittelohr liegt in der **Paukenhöhle**, einer luftgefüllten Höhle des Felsenbeins (des inneren Teils des Schläfenbeins an der Schädelbasis). Diese Höhle wird durch das **Trommelfell** verbunden mit der knöchernen Wand des **Innenohrs**. In der Paukenhöhle liegen **drei Gehörknöchelchen: Hammer, Amboss und Steigbügel**. Diese dämpfen die aufs Trommelfell aufprallenden Luftschwingungen, damit das Innenohr durch starke Vibrationen nicht beschädigt wird.

Das Innenohr liegt im knöchernen **Labyrinth** des Felsenbeins und enthält Rezeptoren für das **Gehör** und den **Gleichgewichtssinn**. Das knöcherne Labyrinth besteht aus **Vorhof, Bodengängen und Schnecke**. In der Schnecke liegen die **Sinnesrezeptoren fürs Gehör**. In der knöchernen Schnecke befindet sich **Liquor** ähnliche Flüssigkeit (**Perilymphe**). Die Sinneszellen fürs Gehör tragen feine Härchen und werden **Haarzellen** genannt. Mit diesen feinen Härchen berühren sie eine Membran, die den **VIII. Hirnnerv** umfasst.

Die Hörfunktion: Schallwellen sind Luftschwingungen, die sich wellenförmig ausbreiten. Zuerst treffen sie auf das äussere Ohr, gelangen übers Trommelfell ins Mittelohr und versetzen dort die Gehörknöchelchen in Schwingung. Schließlich erreichen diese Schwingungen die Haarzellen in der Schnecke des Innenohrs, wo die Schwingung über eine Membran auf den **VIII. Hirnnerv (N. vestibulocochlearis)** übertragen wird. Dieser Nerv ist zuständig fürs Hören und den Gleichgewichtssinn und überträgt die Signale, die vom Innenohr kommen zum **Hörzentrum** im **Großhirnschläfenlappen**.



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

Es gibt einige **häufige Störungen der Hörfunktion**. Dazu gehört u.a. die **Schwerhörigkeit** (sie wird unterteilt in Schalleitungs-, Schallempfindungsschwerhörigkeit und Altersschwerhörigkeit) und **Ohrgeräusche (Tinnitus)**.

Gehörprobleme aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM):

In der TCM stehen die Ohren in enger Verbindung zum Wasserelement, d.h. zu den Nieren und der Blase. In einem klassischen Text heißt es: „ Die Niere öffnet sich in die Ohren; wenn die Niere gesund ist, vermögen die Ohren die fünf Töne zu hören.“ In der TCM dient die Größe, Form und Funktion der Ohren als ein Hinweis auf die Nierenenergie und die Konstitution des Menschen. Den Nieren wird als Emotion die Angst zugeordnet. Außer durch Schwäche der Nierenenergie können Ohrprobleme durch Staus und Hitze oder Schwäche in den Dreifach-Erwärmer-, Leber- und Gallenblasenmeridianen hervorgerufen werden. Ein langsamer Beginn spricht für eine Schwäche, während ein plötzlicher Beginn ein Zeichen für Hitze- und Fülle-Prozesse ist.

Therapie bei Ohrenbeschwerden und die SelaCor®-Methode

Ohrenprobleme wie z.B. Tinnitus sind oft komplex und daher nicht immer leicht zu behandeln, vor allem, wenn sie chronisch sind. Bei der **SelaCor®-Methode** handelt es sich um eine sanfte ganzheitliche Behandlung des Körpers über die Wirbelsäule. Die Wirbelsäule als unsere zentrale Achse ist über die Nerven mit allen inneren Organen und Sinnesorganen verbunden. Wie wir aus der TCM wissen, können an Ohrenbeschwerden mehrere Meridiane und somit mehrere innere Organe beteiligt sein. Deswegen ist es sinnvoll mehrere Wirbel auf ihre Lage hin zu untersuchen. Bei Tinnitus sollten der dritte und der vierte Halswirbel (C3-C4) untersucht werden. Beide können häufig bei Ohrenbeschwerden verschoben sein. Außerdem sollten wir zusätzlich auch die folgenden Wirbel untersuchen und gegebenenfalls korrigieren: den zehnten und elften Brustwirbel (Th10/Th11, Nierenwirbel), den vierten und fünften Brustwirbel (Th4 Gallenblase, Th5 Leber), so-



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

wie den dritten Lendenwirbel (L3), der für die Blase zuständig ist. Durch die **SelaCor®-Massage** können die Wirbel in ihre ursprüngliche Position gebracht werden, was die Beschwerden lindert oder im günstigsten Fall sogar verschwinden lässt. Selbstverständlich sollte dabei auch die psychische (emotionale) Ebene mit berücksichtigt und in die Behandlung mit einbezogen werden.

Pawel Osten, Heilpraktiker

Der psychische Aspekt des Hörens

Wenn wir an die Ohren denken, fällt uns automatisch alles Mögliche zum Hören ein, Begriffe wie hellhörig, schwerhörig, jemand hört das Gras wachsen (ich hatte mal einen Patienten, der wirklich das Gras wachsen hörte, und das war für ihn gar nicht lustig), hinhören, zuhören, weghören, horchen, alles ganz normale und gebräuchliche Begriffe im Zusammenhang mit den Ohren. Aber wie ist es mit folgenden Begriffen: gehören, gehorchen, Gehorsam, hörig? Haben sie im ursprünglichen Sinn vielleicht auch etwas mit den Ohren und dem Hören zu tun? Ge-hören, ge-horchen, Ge-hor-sam . . . In jedem Fall habe ich mir Gedanken gemacht und schreibe sie hier auf, allerdings sind sie rein hypothetisch und sollen in erster Linie zum Weiter- bzw. Nachdenken anregen.

Wenn ich behaupte, dass mir etwas gehört, muss ich das so zum Ausdruck bringen, dass es für alle anderen klar ist, auch für diejenigen, die vielleicht (noch) nicht lesen können, ich muss es also sagen. Um es zu sagen, muss ich meine Stimme benutzen, damit es die anderen hören können. Aber ich glaube, dass es im Ursprung auch darum ging, mein Eigentum zu benennen und zu rufen, es musste auf mich hören und mir Folge leisten, also ge-horchen. Es hörte meine Stimme und gehorchte mir, z. B. ein Tier. Aber es ist noch gar nicht so lange her



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

– und in etlichen Kulturen auch heute noch üblich – dass Menschen Eigentum waren, von ihnen wurde ganz selbstverständlich erwartet, dass sie gehorchten. Taten sie es nicht, wurden sie schwer bestraft.

Zwischen Folge leisten und Gehorchen besteht aber meiner Meinung nach ein Unterschied. Folge leisten hat noch einen Hauch von Freiwilligkeit, Gehorchen ist unfreiwillig. Noch immer werden Kinder drakonisch bestraft, wenn sie ihren Eltern nicht gehorchen, wenn auch nicht mehr in dem Ausmaß wie noch vor einigen Jahrzehnten. Aber eine Ohrfeige tut auch heute noch weh und kann schwere körperliche Schäden zur Folge haben. Mit Sicherheit aber seelische Schäden, da sie in den meisten Fällen von geliebten Personen oder solchen, von denen man sich geliebt glaubt oder gerne geliebt werden möchte, verabreicht wird.

Über Jahrtausende hatten Kinder in der Gesellschaft keinen besonderen Stellenwert, in jedem Fall mussten sie gezüchtigt werden, ähnlich wie die Sklaven und Soldaten. Diese Angst vor dem Zuschlagen sitzt tief, ich würde fast behaupten, sie sitzt als Erinnerung in den Genen. Und damit kommen wir wieder zu den Folgen des nicht Gehorchens, des nicht Hörens, sowohl des bewussten, als auch des unbewussten. Und immer noch bekommen wir, egal, ob Kind oder Erwachsener, auf unterschiedlichste Weise mitgeteilt, dass sich etwas (was auch immer) nicht ge-hör-t.

Im Übrigen verletzt mindestens genauso, wenn nicht noch stärker die nonverbale Ohrfeige, das Brüllen der Eltern gegenüber dem Kind oder in dessen Gegenwart, sowie des Chefs, der KollegInnen, der Lehrer und anderer Bezugspersonen. In-



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

nerlich verschließt man sich vor diesen Angriffen und später könnte das wiederum eine Ursache für Schwerhörigkeit bis hin zur Taubheit sein. Kinder von brüllenden Eltern leben in einer ständigen Angst vor körperlichen Übergriffen; auch wenn diese nie erfolgen, ist die Angst und damit die angespannte Nackenpartie ein Dauerzustand. Es gehört sehr viel Geduld, Erfahrung, Wissen und Können und vor allem Empathie dazu, hier zu helfen. Aus diesem Grund ist das Ausbildungskonzept für **SelaCor®päden** so hoch angesetzt, denn **SelaCor®päden** sollten über alle diese Eigenschaften verfügen.

Nicht nur das geohrfeigte Kind, sondern auch der früher als Kind geohrfeigte Erwachsene zieht bei Angst vor Strafe die Schultern hoch. Bei sehr vielen Erwachsenen sitzt diese Angst so tief, dass sie nicht mehr bewusst ist, aber die Schultern sind trotzdem dauernd hochgezogen, wenn auch nicht mehr sichtbar, was zu einer mehr oder weniger ausgeprägten ständigen Nackenverspannung führt, unter der so ziemlich jeder von uns leidet. Allerdings wird heute diese Nackenverspannung häufig der Arbeit mit der Maus zugeschrieben, also einer einseitigen Tätigkeit, aber letztlich auch jeder anderen beruflichen Arbeit. Steckt aber nicht gerade hinter dieser Arbeit ein dauernder – offener oder versteckter – Leistungsdruck? Hinter Leistungsdruck steht die unausgesprochene Aufforderung, zu gehorchen, denn wenn wir nicht gehorchen, verlieren wir vielleicht unseren Job, und das ist existenzbedrohend. Es geht also letztlich ums Überleben. Das würde bedeuten, dass plötzliche oder auch schleichende lebensbedrohliche Ereignisse, und das müssen nicht nur Krankheiten sein, sondern z. B. auch Kriege – bis hin zum Krieg in der eigenen Familie - , oder Todesfälle von geliebten und nahestehenden Personen oder geliebten Haustieren das Überleben wollen in Frage stel-



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

len. Allein die Angst vor einer Wiederholung der/des Ereignis/e führt schon zu innerer Anspannung, der dann die äußere, die muskuläre folgt.

Das ständige Anspannen und (innerliche) Hochziehen der Schultern setzt sich fort sowohl nach oben als auch nach unten in der Muskulatur. Nach oben bedeutet, dass schließlich die gesamte Nacken- und Halsmuskulatur angespannt wird/ist. Es benötigt nun nur noch einen – möglicherweise als gering empfundenen – Anlass, um bei einer banalen Kopfdrehung einen Wirbel zu verdrehen – für die Ohren der 3. Halswirbel - , und die Folgen könnten ein Hörsturz, ein Tinnitus oder Schwindelattacken sein sowie eine schleichende Verschlechterung des Gehörs auf Grund einer Minderdurchblutung des Organs und einer Nervenminderversorgung. Es kann sich auch jeder andere Halswirbel bei einer solchen Gelegenheit verstellen, und die Folgen können von banal bis zur Lähmung reichen. Nach unten zieht die Verspannung in die Brustwirbelsäule, was Auswirkungen auf die Atmung- und/oder das Herz haben kann. Eine Korrektur der betroffenen Brustwirbel reicht häufig schon aus, um auch die Halswirbelsäule wieder zu lösen. Hier zeigt sich, wie verzahnt das ganze System miteinander ist.

Der dritte Halswirbel korrespondiert mit dem dritten Lendenwirbel, welcher der Blase zugeordnet ist, die Blase ist an die Nieren gekoppelt und das gesamte System emotional der Angst zugeordnet. Wir könnten jetzt also folgern, dass die Angst, die einem im Nacken sitzt, sich auf die Blase auswirken kann und sich bei Kindern z. B. im Bettnässen äußert und beim Erwachsenen in Inkontinenz. Dies scheinen zwar hypothetische Schlussfolgerungen zu sein, andererseits habe ich aber auf eben diesem Wege in der Praxis durch die Arbeit mit **SelaCor®pädie**, zu



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

der viel Empathie gehört, die Erfahrung gemacht, dass sich Traumen auflösen. Es macht also absolut Sinn, Nackenverspannungen ernst zu nehmen, auch wenn man „ nur“ <vom Kopfkissen gefallen> ist, wie die Thailänder sagen, wenn sie morgens mit einem steifen Hals aufwachen, obwohl sie abends ohne Beschwerden ins Bett gegangen sind.

Aus dem vorher Beschriebenen geht hervor, dass es nicht ausreicht, sich bei Hörproblemen ausschliesslich auf das Ohr zu konzentrieren, sondern es sollte der ganze Mensch behandelt werden. Bei **SelaCor®pädie** wird immer an den Füßen begonnen, um dann über das Steissbein/Kreuzbein, die Lenden- und Brustwirbelsäule schliesslich zur Halswirbelsäule zu gelangen, um Fehlstellungen zu ertasten und diese gegebenenfalls – immer unter aktiver Mithilfe des Patienten - zu korrigieren. Eine wesentliche Unterstützung ist dabei die **SelaCor®-Massage**, die nicht nur die Rückenmuskulatur entspannt und die Bandscheiben regeneriert, sondern eine tiefe Wirkung auch auf die Seele hat.

Vor ein paar Tagen las ich einen Spruch aus Tibet, der das Wesentliche der SelaCor®pädie wunderbar zum Ausdruck bringt:

„ **Das Herz muss Hände haben, die Hände ein Herz.**“

Gisela Cordes, Heilpraktikerin



11. SelaCor® - Rundbrief, 01/2011 Herzensarbeit über die Wirbelsäule „Ohren – das Tor zur Welt“

Vorträge und andere Veranstaltungen des SelaCor®-Instituts

In unserer **Vortragsreihe „Herzensarbeit über die Wirbelsäule“** informieren wir Sie darüber, welche Zusammenhänge zwischen der Wirbelsäule, den Organen und der Psyche bestehen. Mit der **SelaCor®-Methode** ist es möglich, über die Wirbelsäule diese komplexen Zusammenhänge behandeln, Linderung herbeiführen und Krankheiten vorbeugen.

Genaue Informationen über die Ausbildungsmöglichkeiten finden Sie auf der Homepage: www.selacor.de

Einmal jährlich veranstalten wir einen **Tag der offenen Tür**, in diesem Jahr – 2011 - in unserem Seminarzentrum in Kolbing 50, Bodenkirchen, damit Sie uns besser kennenlernen können. Das aktuelle Program finden Sie rechtzeitig im Internet.

Folgende Veranstaltungen / Vorträge werden für das Jahr 2011 angeboten:

Da	g	n	b
21. April	Donnerstag	Ohren – Ich höre, also bin ich	19.30 – 21.00
17. Juli	Sonntag	Tag der offenen Tür	11.00 – 18.00
10. November	Donnerstag	Die Nase – Mehr als nur ein Gesichtserker	19.30 – 21.00

Der Kostenbeitrag beträgt 5,00 €



SelaCor®-Institut Gisela Cordes,



Bitte melden Sie sich telefonisch, per Fax oder Email an.

Hinweis: wenn Sie möchten, nehmen wir Sie gerne in den Verteiler unseres Rundbriefes auf.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Gisela Cordes, Heilpraktikerin

Pawel Osten, Heilpraktiker