

Risiko Rücken

Rückenschmerzen sind der gescheiterte Versuch, seine Haltung am sozialen Umfeld anzupassen, um Rückhalt zu erfahren!



1

Rückenschmerzen sind nach Infektions-Krankheiten die zweithäufigste Ursache für Arztbesuche. Statistisch gesehen haben in diesem Augenblick ca. 35% der Bevölkerung Rückenschmerzen. Dabei unterscheiden wir in spezifische Schmerzen, wie degenerative Verfallserscheinungen (Bandscheibenvorfall) oder Versteifungen (Morbus Bechterew). Damit liegt den spezifischen Schmerzen ein Defekt-Symptom zugrunde.

Doch knapp 70 % der Rückenschmerzen sind unspezifisch und damit psychosomatischer Natur. Sie treten in Zeiten hoher beruflicher oder familiärer Belastung auf - und sind damit keine Verfallserscheinung, die erst im höheren Lebensalter vorkommt. **Ein unspezifischer Rückenschmerz ist also keine isolierte Störung des Körpers, sondern Ausdruck einer Störung zwischenmenschlichen Umgangs in der Familie oder im Beruf. Es ist das vergebliche Bemühen, die passende Haltung zur familiären oder beruflichen Umgebung zu finden.**

Die Wirbelsäule wird von oben nach unten in fünf einzelne Abschnitte unterteilt. Somit finden wir auch fünf unterschiedliche und vergebliche Versuche, die passende Haltung zur sozialen Umgebung zu finden.

Halswirbelsäule: Schmerzen im Nacken signalisiert, dass dieser Mensch seine eigenen sozialen Ansprüche gebeugt hat, um entsprechenden Rückhalt von seiner Umgebung zu bekommen, und trotzdem gescheitert ist (vergebliches Bemühen).

Brustwirbelsäule: Schmerzen in den Brustwirbeln signalisiert, dass man sich selbst persönliche Würde und Integrität versagt hat, um Rückhalt von den Anderen zu erfahren, und trotzdem gescheitert sind.

Lendenwirbelsäule: Schmerzen in den Lendenwirbeln signalisiert, dass wir leistungsorientiert sind und uns entsprechendem Leistungsdruck aussetzen, um von den Anderen Rückhalt und Anerkennung zu bekommen, aber eben diese Anerkennung nicht erfahren.

Kreuzbein: Schmerzen im Kreuzbein signalisiert, dass wir uns im Sinne *gemeinschaftlicher Gegenseitigkeit* unsere Ansprüche auf *eigenständiges Individuum* aufgeben, um soziale Anerkennung zu erfahren, aber trotzdem keine bekommen.



Steißbein: Schmerzen am Steißbein signalisiert, dass dieser Mensch sich mit persönlicher Zuwendung, Einsatz und Hingabe um Rückhalt seiner sozialen Umgebung bemüht, aber eben auch scheitert.

Wer die Signale der Schmerzen im Rücken versteht, kann an der **richtigen Stelle** soziale Konflikte und Krisen abschmelzen, neue Kraft schöpfen und neue Perspektiven für sein Leben gewinnen. Veränderung der sozialen Umgebung vollzieht sich nicht von selbst, sondern ist harte Arbeit und muss von jedem selbst aktiv betrieben werden. Die Belohnung ist eine selbstbewusste Freiheit und ein schmerzfreier Rücken!

2

