

## Informationen zur "Renner-Methode"



Kontakt mit dem  
Gründer der Methode:

leopoldrenner@t-online.de  
Mobil: +49 170 9939530

### **INFO zur Renner-Methode®**

Den menschlichen Gesamtkörper mit Hilfe sinnvoller, asymmetrischer Veränderungen innerhalb seines Bewegungsapparates zu informieren, um Ordnung und Orientierung hinsichtlich seiner Gesundheit und seines persönlichen SOLL-Zustandes zu gewährleisten, ist heute, nach Jahrzehnten empirischer Forschung und Erfahrung, zur Realität geworden.

Therapeuten jeder medizinischen oder naturheilkundlichen Fachrichtung können auf dieses gut funktionierende Therapie-System der Renner-Methode® jederzeit zugreifen und sind als Studierende und spätere Anwender im Areal dieser Causaltherapie herzlich willkommen. Gehen Sie hierzu bitte auf „Holistic-Manual-Therapie (HMT)“ oder auf „Forschung“ und „Literatur“ oder auf „Fachverband.

Das gilt auch für alle übrigen interessierten Personen, ob es sich um Nichtgesunde oder um Kranke handelt. Sie sind im Selbsthilfebereich unsere Methode ebenfalls herzlich willkommen. Gehen Sie hierzu bitte auf „Selbsthilfe“ oder auf „Forschung“ und „Literatur“.

Die Renner-Methode® ist eine Innovation und deshalb etwas ganz Besonderes. Gehen Sie hierzu bitte auf „Vita von Leopold Renner“ oder auf „Forschung“. Sie ist mit nichts Bestehendem zu vergleichen. Der methodische Weg, den man therapeutisch oder via Selbsthilfe beschreiten kann, ist logisch und geradlinig, jahrzehntelang erforscht und von tausenden Menschen erprobt.

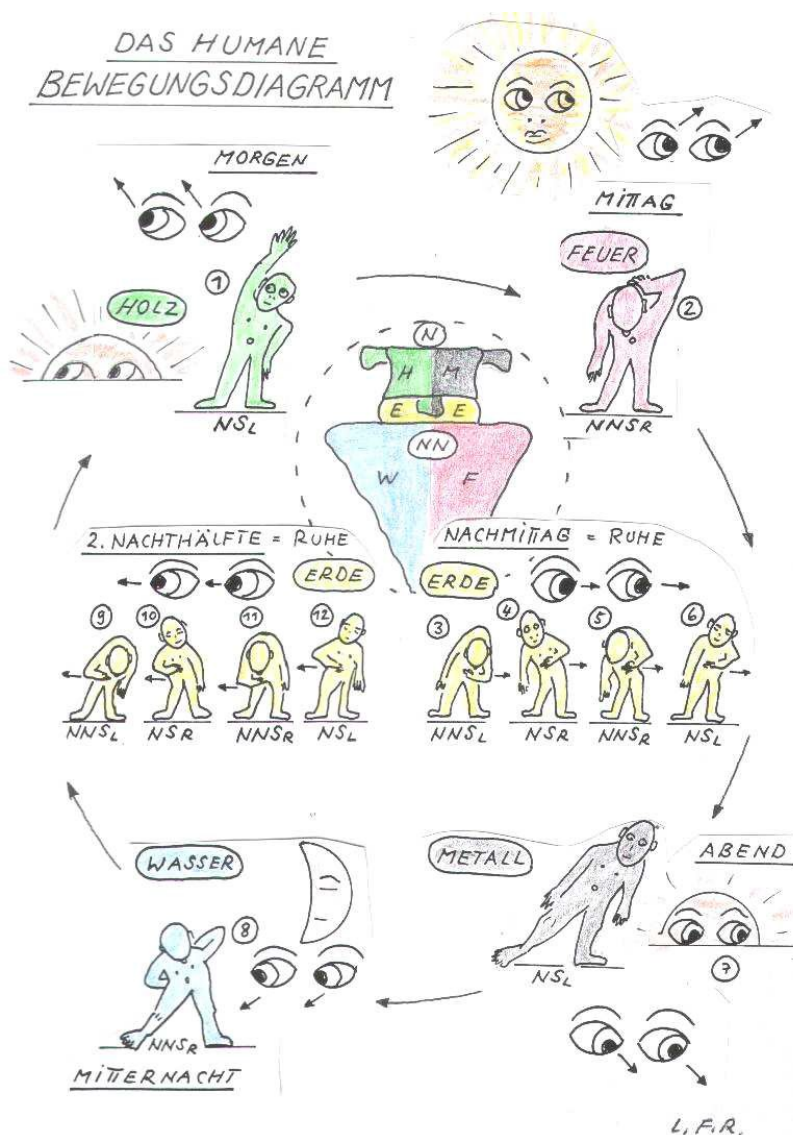
Das Besondere an der Renner-Methode® ist die praktizierte Trennung zwischen dem Zustand des wirklichen Krankseins und dem des Nichtgesundseins. Eine Trennung, die niemand sonst so konsequent vornimmt, wie der Entdecker Leopold Renner.

## Informationen zur "Renner-Methode"

Die Abbildung auf dieser Seite zeigt Ihnen mehr als viele Worte. Gleich ob Sie Therapeut oder Anwender sind, das humane Bewegungsdiagramm der „Renner-Methode<sup>®</sup>“ ist ausschlaggebend für die Gesundheit aller Menschen, auch für Ihre.

In der Mitte der Abbildung befindet sich das Kreuzbein (blau/rot), darüber der 5. Lendenwirbel (grün/ grau) und dazwischen die Bandscheibe (gelb). Die einzelnen Farben symbolisieren die 5 Elemente des Lebens. Sie sehen einen Tagesablauf und die Zuordnung zu den 5 Elementen, Sie sehen auch bestimmte aufrechte und gebeugte Bewegungen und passende Blickrichtungen zu bestimmten Tageszeiten. Ein Tagesablauf ist identisch mit einem Jahres- oder Lebensablauf. Eine simple Funktionsstörung der Lendenwirbelsäule, des Kreuzbeins oder der Bandscheiben reicht aus, um Ihre Lebensqualität schicksalhaft zu beeinflussen. Ihr Körper ist mehr als die Summe seiner Teile.

Was geschieht, wenn Sie die skizzierten Bewegungen und Blickrichtungen täglich durchführen und sich an dieses einfache Lebensprogramm gewöhnen: Ihre Beschwerden werden allmählich abnehmen und Ihre Gesundheit wird langsam zunehmen, wenn Sie alles richtig machen! Die Abbildung zeigt einen von vielen Wegen, die im Sachbuch „Der heimliche Favorit“ von Leopold Renner aufgeführt sind (Literatur). Damit können sich jedoch nur „nicht-gesunde Menschen“ helfen. Für Kranke ist es besser, nicht selbst an sich herum zu laborieren, sondern sich in therapeutische Obhut zu begeben. Die Renner-Methode<sup>®</sup> verhilft Beidem zu seinem Recht. Nichtgesunde sollten versuchen, sich selbst zu helfen, Kranke brauchen die richtige Arznei und Therapie. Für beide Richtungen gilt jedoch aus unserer Sicht eines als empirisch gesichert: Der richtige Weg kann immer nur ein *asymmetrischer Weg* sein.





Wo Licht ist, ist Leben.  
 Wo Leben ist, ist Bewegung.  
 Wo Wärme ist, ist Fülle.  
 Wo Kälte ist, ist Leere.  
 Wo Trockenheit ist, ist Feuchtigkeit.  
 Wo außen ist, ist oben.  
 Wo innen ist, ist unten.  
 Wo das Schiefe ist, ist das Gerade.  
 Wo das Junge ist, ist das Alte.  
 Wo Gesundheit ist, ist das Ende.  
 Wo Krankheit ist, ist der Anfang.

#### Die 5 Elemente in einem anderen Licht:

##### *Feuer*

ist Licht, Wärme, Fülle, Oben, das Schiefe, das Junge, das Rote, das Geborenwerden, der Anfang, das linke Kreuzbein und der Sympathikus bzw. das große Yang.

##### *Erde*

ist Ruhe, Scheiden und Trennen, Materie, Feuchtigkeit, die Mitte, die Gedanken, das Gelbe, das Gerade, das Bindegewebe, die Bandscheiben und das Neutrum.

##### *Holz*

ist Bewegung, Wind, Außen, Energie, das Seitliche, das Kind, das Grüne, Wachstum, Expansion, das Schiefe, der rechte fünfte Lendenwirbel, der Sympathikus bzw. das kleine Yang.

##### *Metall*

ist das Kühle, Trockene, die Ruhe, Atmung, Ausscheidung, Leere, Reduktion, der Schatten, das Alte, das Weiße, das Gerade, der linke 5. Lendenwirbel und der Parasympathikus, bzw. das kleine Yin.

##### *Wasser*

ist die Dunkelheit, das Kalte, Nasse, der Greis, die Ruhe, das Schiefe, die Leere, das Nichts, das Unten, das Ende, das Schwarze, der Tod, das rechte Kreuzbein und der Parasympathikus bzw. das große Yin.

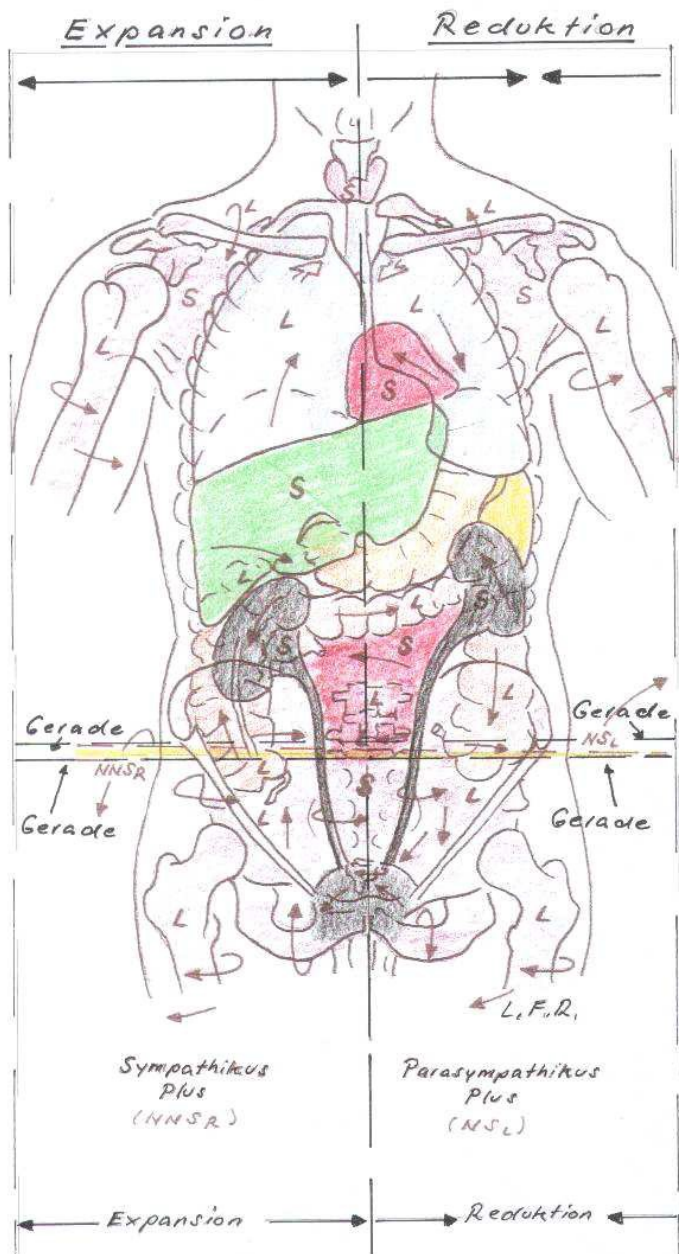
Es bedarf nicht mehr, um unser Leben zu verstehen. Um es relativ beschwerdefrei zu leben, bedarf es nicht des Zufalls oder Schicksals, sondern des richtigen Wissens. Welche persönliche Qualität und Quantität Ihr Leben im Moment aufweist, richtet sich nach Ihrem SOLL-Zustand und IST-Zustand. Sind beide deckungsgleich, sind sie gesund, ist es nicht so, sind Sie nichtgesund oder krank. Das Know-How der Renner-Methode besteht darin, Ihnen oder Ihren Patienten dabei zu helfen, diese Inkompatibilität *ursächlich* zu beseitigen.

Gesundsein, Nichtgesundsein oder Kranksein liegen ganz eng beisammen. Es bedarf oft nur eines Millimeters an falscher oder richtiger Schiefe, um Ihr Schicksal positiv oder negativ zu beeinflussen. Während Ihres Lebens sind Sie vielen Traumata ausgesetzt, von denen ein Rest bleibt. Ein Millimeter genügt, damit Sie ihn ein Leben lang kompensieren müssen. Sind Sie krank oder nichtgesund (beides ist nicht das Gleiche), müssen Sie einen neuen Anfang machen. Sind Sie gesund, müssen Sie selbst dafür sorgen, dass es so bleibt, sonst ist es der Anfang vom Ende. Die Renner-Methode<sup>©</sup> hilft Ihnen bei Beidem.

## Die „humane asymmetrische Normalfunktion“ aus Sicht der Renner-Methode®

Jeder Mensch besteht aus einer rechten und einer linken Körperhälfte. Dabei weist jede ihre eigene Funktion auf, unabhängig von den Organstrukturen, die man anatomisch dort findet. Der rechten Körperseite ist die Funktion der Expansion (Ausdehnung), der linken die der Reduktion (Verkleinerung) physiologischer Vorgänge vorbehalten. Die Organe der rechten Körperseite sind deshalb zuständig für die Aufnahme und Speicherung körpereigener Stoffe. Diese Funktion ist von der Tätigkeit des Sympathikus des vegetativen Nervensystems abhängig. Die Tendenz zur Volumenzunahme rechtsseitiger Organstrukturen wird u.a. auch vom Funktionszustand der rechten Lendenwirbel- und Halswirbelgelenke sowie vom rechten Kreuzdarmbeingelenk beeinflusst.

Die Organe der linken Körperseite sind zuständig für die Abnahme und Ausscheidung körpereigener Stoffe. Diese Funktionen sind von der Tätigkeit des Parasympathikus des vegetativen Nervensystems abhängig. Die Tendenz zur Volumenabnahme linksseitiger Organstrukturen wird u. a. auch vom Funktionszustand der linken Lendenwirbel- und Halswirbelgelenke sowie vom linken Kreuzdarmbeingelenk beeinflusst.



**Die binäre Steuerung dieser vegetativen Schaltvorgänge ist abhängig von Schiefebenen des Bewegungsapparates. Die Schiefebene des 5. Lendenwirbels bewirkt vermehrte Tätigkeit des Parasympathikus, die des Kreuzbeins eine Anregung des Sympathikus (Hypothese der vegetativen Schalter).**

**Die asymmetrische Normalfunktion steuert deshalb folgende Vorgänge:**

### Rechte Körperseite (Expansion)

Blutspeicherung der Leber, Produktion der Galle, Gallenspeicherung, Erweiterung der Gallengänge, Erweiterung von Lunge und Bronchien, Hormonspeicherung, Stuhlproduktion, Dickdarmvolumenzunahme, Erweiterung der Hirn-, Herzkranz- und Muskelgefäße sowie der Venen, Blutdruckerhöhung, Erweiterung der rechten Niere, Harnblase und Bauchspeicheldrüse, Zunahme der Körperflüssigkeiten, Erweiterung aller Hohlorgane (Uterus), Erschlaffung der Muskulatur. Förderung der Aufwärtsbewegung (Ausatmung).

### Linke Körperseite (Reduktion)

Zusammenziehung des Herzmuskels, Herzschlagverlangsamung, Verengung von Lunge, Bronchien, Speiseröhre, Dickdarm, Venen, der linken Niere, aller Hohlorgane, Anregung der Magen- und Darmperistaltik, Förderung der Stuhl- und Harnausscheidung, Menstruation, Schweiß- und Speichelbildung, Hormonausschüttung, Anspannung der Muskulatur, Reduzierung der Durchblutung, Blutdruckerniedrigung, Förderung der Abwärtsbewegung (Einatmung).

## Die „humanen Fehlfunktionen“ aus Sicht der Renner-Methode®

Wenn Sie denken, dass das Wissen um die „humane asymmetrische Physiologie“ medizinisches Allgemeingut ist, dann irren Sie. Dieses Defizit einer „noncausalen Betrachtung“ ist schuld daran, dass immer mehr chronische Krankheiten und immer höhere Krankheitskosten entstehen. Diese auf der Ausgabenseite regulieren zu wollen (Therapeuten, Kliniken, Medikamente), treibt sie noch höher. Krankheitskosten entstünden nicht, wenn es keine Krankheiten gäbe. Dieser einfache Gedanke ist nicht abwegig, man wagt ihn nur nicht zu denken. Im Klartext: Wenn nur die Hälfte aller Krankheiten ursächlich behandelt würden, könnten die Krankheitskosten auch um diese Hälfte heruntergefahren werden. Dies ist in der Realität sofort möglich, wenn wir wie unser „innerer Arzt“ denken und handeln und wenn man Kranksein nicht mit Nichtgesundsein verwechseln würde!

Einen solchen Weg eröffnet innerhalb der Renner-Methode die „Holistic-Manual-Therapy (HMT)“ für Therapeuten oder „Asymmetropathy do it yourself (ADIY)“ für Anwender der Selbsthilfe. Welche sekundären Fehlfunktionen können entstehen, wenn im Bereich der kleinen Wirbel- gelenke oder Kreuz-Darmbeingelenke ursächliche Fehler vorhanden sind:

*Beispiel 1: Fixierte linke Schiefebene des 5. Lendenwirbels:*

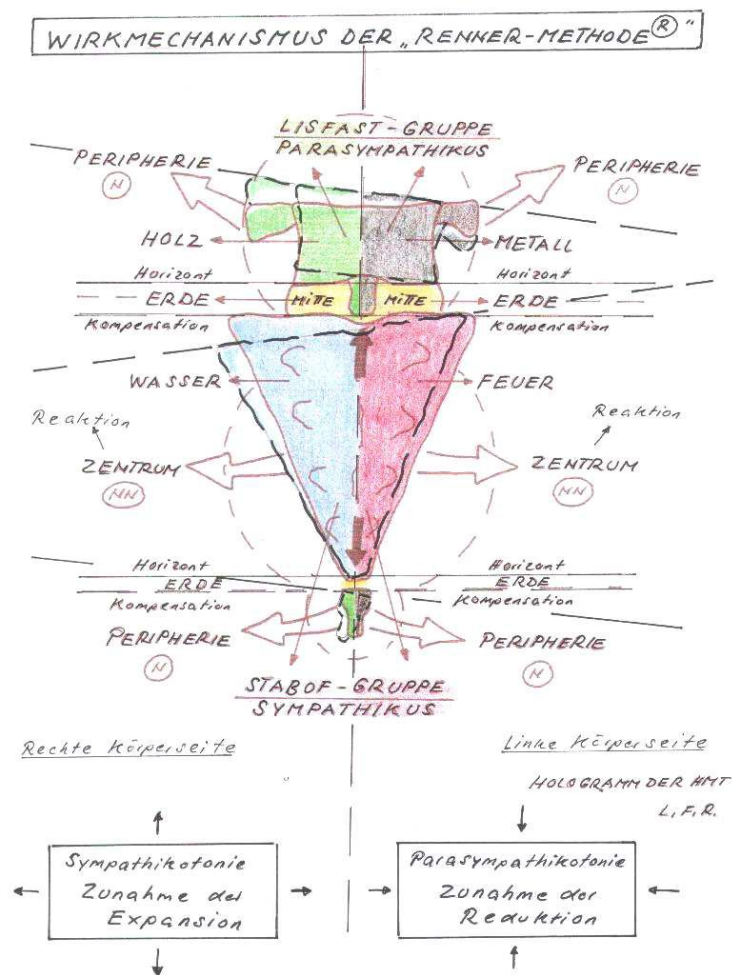
Der Parasympathikuseinfluss auf der linken Körperseite fördert reduzierende Krankheiten wie Asthma bronchiale, Kreislaufschwäche, Blutdruckerniedrigung, Durchblutungsstörungen, rheumatische Erkrankungen, Arthrosen, Osteoporose, Muskelverspannungen, Thrombosen, Embolien, Blutungen, Schlaganfall, Organschrumpfungen, Leberzirrhose, Schrumpfniere, Infarkt, Herzmuskelschwäche, Herzkranzgefäß-, Hirngefäß- und Muskelgefäßverengung, Magengeschwüre, Speiseröhrenverengung, Verätzung, Durchfall, Erbrechen, Hyperhydrose, Infektanfälligkeit - um nur einige zu nennen!

*Beispiel 2: Fixierte rechte Schiefebene des Kreuzbeins:*

Der Sympathikuseinfluss auf der rechten Körperseite fördert expandierende Krankheiten wie Nieren- und Gallensteine, Bluthochdruck, Diabetes, Lebervergrößerung, Lungenemphysem, Venenleiden, Lymphstauungen, Wasseransammlungen, Ödeme, Darmdivertikel,

Verstopfung, Reizblase, hormonelle Störungen, Muskelschwäche, Erhöhung der Cholesterinwerte, Allergien, Tumore, Cysten, Adenome, Infektionen, Fieber, Entzündungen- um wieder nur einige zu nennen!

*Würde die etablierte Medizin solche Zusammenhänge beachten, lege artis behandeln und nicht unterdrücken, dann stünde das Gesundheitswesen nicht vor der Insolvenz. Es ist Zeit, umzudenken. Fast noch wichtiger: Verwechselt man das Kranksein mit dem Nichtgesundsein, unterdrückt man Ursächliches. Folge: Noch mehr Kranke!*



## ***Der kleine, aber wesentliche Unterschied***

Warum war die Entwicklung der „Renner-Methode“ überfällig und so wichtig?

Kein Patient mit beliebiger Krankheit und kein Therapeut, welcher Fachrichtung auch immer, kann an der Realität vorbeigehen, dass es im Körper Bestrebungen gibt, entstandene Fehler, gleich welcher Ursache, auszugleichen, sich diesen anzupassen und sich an sie zu gewöhnen oder sich ihrer zu erwehren. Das ist Fakt (Gesetz der Reize).

Bisher gab es mit Ausnahme der hier vorgestellten Methode, keine medizinische Fachrichtung, die sich *bewusst* und *gezielt* mit den Gesetzmäßigkeiten der humanen Kompensation des „Nichtgesundseins“ befasst. Auch das ist Fakt.

Eine kompensatorische Heilkunde ist aber die Voraussetzung, die große Anzahl von Befindlichkeitsstörungen und damit das Vorstadium zu vielen Krankheiten zu verstehen und erfolgreich zu behandeln. Das ist ebenso Fakt.

Gesunde Personen und solche, die ihrem Körper außergewöhnliche Leistungen abverlangen, sind davon abhängig, dass ihre momentane ungestörte körperliche Verfassung auch so bleibt. Zur Gesundheitsprophylaxe sind die *asymmetrischen Bewegungsmuster* von ADIY gut geeignet, sie ordnen und erhalten die humane asymmetrische Physiologie und löschen alte Fehlerprogramme. Sich wohl zu fühlen, fit und geistig wach zu bleiben, psychisch ausgeglichen zu sein, ist das Ziel dieser Methode. Seine gesundheitlichen Belange erfolgreich selbst in die Hand zu nehmen, ist der Wunsch vieler Menschen. Auch das ist Fakt und wir helfen sehr gerne dabei.

*Die Empirie führte zur Entwicklung der „Renner-Methode“, einem therapeutischen Bewegungssystem, das neue Wege mit integriertem alten Wissen geht!*

**Innerhalb dieser wirksamen, kompensatorischen Heilkunde existieren 2 Heilsysteme:**

- 1. Die Holistic-Manual-Therapy (HMT) für Therapeuten**
- 2. Asymmetropathy do it yourself (ADIY) für alle Personen zur Selbsthilfe**

**1. Die HMT** stellt die Basistherapie zur ursächlichen Behandlung gestörter Kompensationsvorgänge für Therapeuten jeder Fachrichtung dar. Weiterführende Informationen zu dieser Therapie auf der Internetseite [www.renner-methode.de](http://www.renner-methode.de) unter „HMT“.

**2. Das Bewegungssystem „ADIY“** stellt als Selbsthilfeprogramm eine Basistherapie für alle nichtgesunden Menschen dar. Es ermöglicht die Gesundheitsvorsorge und die Ordnung gestörter Kompensationsprogramme. Hiermit kann aktiv in das Geschehen „gestörter Fehlerausgleich“ ein- gegriffen werden. Weiterführende Informationen zum Thema Selbsthilfe auf der Internetseite [www.renner-methode.de](http://www.renner-methode.de) unter „Selbsthilfe“.



## **Wir stehen am Anfang einer grundlegenden Neuentwicklung alten Wissens**

Selbstverständlich kann man nichts erfinden, was immer schon da war. Man kann es aber neu entdecken, wenn es verschollen war, und dem Ganzen eine geordnete Form verleihen, in der es begreifbar und anwendbar wird. Dieses Ziel hat die „Renner- Methode“ bereits erreicht.

Das Motto ist deshalb „listen to human body“ und nicht „listen to human therapists“! In der heutigen Zeit der allgemeinen Verunsicherung und Verteuerung für Patienten sowie der rasenden Veränderung von Wissen für Therapeuten gibt es kaum noch Rückzugsgebiete aus dieser Medizin. Ein Rückzug wäre manchmal aber dringend notwendig, um sich vom lähmenden Detailwissen zu lösen und einen fächerübergreifenden holistischen Überblick zu erlangen.

Betrachten wir rückblickend die Funktionen und Fehlfunktionen der rechten und linken Körperseite, dann stellen wir fest, dass unser inneres Schicksal davon abhängt, ob bestimmte Körperstrukturen schief oder gerade sind. Die Körpersprache ist deshalb eine binäre Sprache, die aus nur 2 Zahlen oder 2 Befehlen besteht: Die Zahl 0 steht für Ja oder Einschalten des *Ruhezustandes*, die Zahl 1 steht für Nein oder Ausschalten desselben.

Das ganze Geheimnis einer ungestörten Körperfunktion ist nur zu lösen, wenn die beiden Repräsentanten des vegetativen Nervensystems am richtigen Ort, zur richtigen Zeit und in der richtigen Richtung ein- oder ausgeschaltet werden. Hört sich einfach an, ist aber in Praxi komplex und kompliziert. Um dieses Ziel zu erreichen, benötigen wir in der *HMT* und bei *ADIY* keine Medikamente und keine anderen Hilfsmittel, wir bedürfen nur *der* richtigen Bewegung. Das ist das Wesen der „Renner-Methode“. Sie verbindet altes Wissen (Humoralpathologie und traditionelle chinesische Medizin) mit neuem Wissen (Informatik, vegetative Konstitutionstherapie, Chiropraktik und Osteopathie). Der Bio-Code des Menschen besteht aus unendlich vielen Nullen und Einsen, die in richtiger Sequenz angeordnet sein müssen. Biocoding your health!

*Leopold Renner*

