

Välkommen, det gläder mig mycket att se er här. Folk kommer till kiropraktorer av många olika anledningar. Några börjar kiropraktisk behandling eftersom de tror att kiropraktik kan hjälpa mot värk, smärta eller problem som de har. Andra därför att de tror att kiropraktisk behandling kan hjälpa dem att förebygga en sjukdom eller störning. Och en del tycker att kiropraktik kan hjälpa dem att få ut det mesta av sig själva. Oavsett anledningen till att du har börjat en behandling, är min uppgift här i kväll att ge dig en översiktsbild av kiropraktiken, för att göra det möjligt för dig att välja hur du bäst kan dra nytta av våra tjänster.

Varje gång jag börjar en workshop som denna känner jag mig lite som Christopher Columbus. Föreställ dig för ett ögonblick att du var Christopher Columbus och att du visste att jorden är rund. Men att alla omkring dig trodde att jorden var platt. Vad skulle du göra? Skulle du gå ut på gatorna i Sverige, England eller var du bodde och säga till folk du mötte: "Vet ni att världen i själva verket är rund? Faktiskt! Den är rund!" Folk skulle antagligen se på dig och säga: "Är han galen? Han måste vara en kvacksalvare eller en charlatan. Alla vet, vetenskapen har slagit fast, att seglar man tillräckligt långt, faller man av kanten på jorden och äts sedan upp av demoner. "Detta var vad vetenskapen lärde tillbaka på 1400-talet och att säga något annat var kätteri. – Skulle jag stå här framför er och påstå att kroppen tillverkar själv varje medicin, varje ämne som den någonsin behöver under sitt liv. Och att den håller sig frisk och inte kommer att drabbas av sjukdom eller andra störningar när den åldras, så skulle det uppfattas som lika sensationellt. – Men vi lever faktiskt i en värld med den övertygelsen att vi måste söka utanför oss själva för att hitta de rätta svaren till hur kroppen fungerar.

Om jag skulle fråga: Vad är hälsa? Vad skulle ni säga? De flesta skulle säga: "Hälsa är att må bra." "Hälsa är att inte behöva ta medicin." "Hälsa är att inte behöva gå till läkare."

Hur vet du att du är frisk? "Tja, jag går till en hälsoklubb eller ett gym." Folk tror att de kan gå till en hälsoklubb och köpa sig hälsa. "Jag köper min mat i en hälsokostaffär." De tror att de kan gå till en hälsokostaffär och köpa sig hälsa eller att de kan gå till en vårdgivare och betala pengar och köpa sig hälsa där. Sanningen är att ingen av dessa saker ger dig hälsa. Ingen av dessa saker är en källa till hälsa.

Låt oss se vad världens hälsoexperter säger att hälsa är. Dorland's Medical Dictionary ger en definition av hälsa som antagits av Världshälsoorganisationen. Världens hälsoexperter hävdar att hälsa är ett tillstånd av optimalt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte enbart frånvaro av sjukdom eller ålderdomssvaghet. Hälsa är ett tillstånd av optimalt välbefinnande; alla delar av kroppen fungerar; det är inte enbart avsaknad av sjukdom eller ålderdomssvaghet.

Många säger: "Jag är frisk. Jag mår bra. Jag motionerar, och förefaller vara bilden av hälsa, men är de verkligen friska? Vi har hört om idrottare i otrolig form, som helt plötsligt får höra att de har cancer. Jag hade en patient, en vacker bild av hälsa, som kom regelbundet för att få justeringar utförda. Han brukade komma i shorts hur kallt det än var ute. En glad och trevlig person, en stor personlighet som fyllde rummet, folk älskade honom. En dag kom han in och hade fått veta att han hade cancer, 6 månader senare var jag på hans begravning. Denna person som tog hand om sig själv, åt rätt saker, hade bra relationer med andra människor, han fick cancer och dog. När han gick till sina ordinarie läkare på regelbundna kontroller, gav de honom kvitto på att han var frisk. Det finns inte någon möjlighet att den personen varit frisk. Det tar 7-8 år för den typ av cancer han hade att utvecklas i kroppen. Han kan inte ha varit frisk, vi hade bara inte något sätt att mäta det på. Även om vi kanske kan definiera hälsa, vet vi inte hur man ska kunna mäta den. Det finns ingen mätare man kan ta till som säger att du är 50 % frisk eller 80 % frisk. Det finns ingen röntgen eller andra sätt man kan ta till för att få veta hur frisk man är. Allt som alla tester och undersökningar kan säga är hur sjuk du är eller hur sjuk du inte är. Så hur kan man bli klok på detta?

Vem vill inte vara friskare i morgon än i dag? Vi vill alla vara friskare, vi vet vad det är, men det finns inget sätt att kontrollera det på!

Låt oss titta på detta logiskt. Kommer någon ihåg tallinjer från skolan? Låt oss rita en tallinje, i själva verket en funktionsaxel. I ena änden av min funktionsaxel, har jag en punkt som motsvarar 0 %, ingenting fungerar i kroppen, vad är ett annat ord för det? DÖD! Exakt, 0 % svarar mot död. I den andra änden av min funktionsaxel sätter jag 100 %, kroppen fungerar perfekt. Optimalt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. Optimalt välbefinnande på alla nivåer, total hälsa. Man är på den säkra sidan om man säger att vi alla lever någonstans mitt i detta spektrum mellan 0 % funktionalitet (död) och 100 % funktionalitet (total hälsa). Inte sant? Men det finns också ett område med lägre funktionalitet, nedsatt funktionalitet, bristande funktionalitet som vi kallar symtom eller sjukdom.

Inte sant? Någon med cancer är mer åt det här hållet än åt det där hållet. Någon med diabetes är mer åt det här hållet än åt det där hållet. Någon med ryggsmärtor är mer åt det här hållet än åt det där hållet. Inte sant? Det här är vad de flesta människor vill ha: de lever sina liv, gör det de ska, mår bra, oavsett vad de gör, vad de än tar sig för är de någonstans här på funktionsaxeln. En dag passerar de den här linjen och får värk, smärta, symtom, problem eller något händer och de inser att något är fel. De har ett problem och de går till en läkare som ger dem en rad av symtom. Läkaren har ett namn för dessa resultat. Det kallas för en diagnos. De ger vad de diagnostiserat ett namn. De säger att du är här (på funktionsaxeln). Allt en diagnos är, är ett namn på en viss funktion i kroppen, eller brist på funktion. Vad är det patienten vill? De vill ha en behandling eller modalitet för att bota dem och göra dem friska. Eller hur? Man vill att

läkaren ska göra något så att man blir av med sina besvär, symtom, eller sin sjukdom. Eller hur? Mycket ofta kan läkarna inte hjälpa dig ur ditt tillstånd. De ordinerar piller, pulver, flytande mediciner, terapier och behandlingar som kanske lämnar dig i exakt samma tillstånd, du vet bara inte att det faktiskt är så. De har inte ändrat kroppens FUNKTION. Om du vill bli friskare i morgon än du är i dag, måste du göra något för att tillåta din kropp att FUNGERA bättre. Det verkar väl förnuftigt? Så allt som får din kropp att FUNGERA bättre, för dig i den här riktningen.

Men hur kan du veta vad som får din kropp att fungera bättre? Vad styr funktionen inuti kroppen? Innan vi ens går in på det, låt oss prata om din kropp. Låt oss tala om det magnifika geni din kropp är. Ibland söker vi utanför oss själva efter svar. Vi söker utanför kroppen efter svar vad som sker inuti kroppen. Vi tror att läkare eller vetenskapsmän har svaren. Vad jag skulle vilja göra under de kommande minuterna är att få dig att tappa det förtroende du har för läkare, doktorer av alla slag: kiropraktorer, naprapater och osteopater. Förlora det förtroende du har för alla doktorer och i stället rikta det mot din egen kropp. Och skapa förtroende genom att få dig att förstå att det finns ett geni i kroppen som vet hur man botar dig, vidmakthåller hälsa och möjliggör att kroppen fungerar till sin fulla potential. Din kropp tillverkar SJÄLV varje läkemedel, varje kemikalie den någonsin kommer att behöva under sin livstid. Det är värt att tänka på.

Anta att du skulle skapa människor som ska leva på jorden; anta att du var Gud för en stund. För ateister, kommer detta inte att fungera - så låt hjärnan vila ett tag. Skulle du skapa kroppen på ett sådant sätt att den inte själv skulle kunna framställa de nödvändiga kemikalierna den skulle behöva för att leva ett normalt och hälsosamt liv under hela sin livstid? Skulle du skapa en kropp som hade vissa organ som klarade av 110 år och andra som klarade bara 50 eller 60? Vi har accepterat att när man åldras ska man ha mer symtom och besvär, sjukdomar och problem. Jag tror att livet ska vara som ett ljus, brinna klart ända till slutet, flämta litet och sedan slockna. Vad jag skulle vilja göra är att utforska det storartade underverk kroppen är, det magnifika geni som finns inuti varje cell i din kropp. Kiropraktorer hänvisar till detta geni inuti kroppen som en medfödd intelligens, en medfödd vishet som vet hur man får kroppen att fungera och som inte behöver någon hjälp att göra sitt jobb så länge det inte förekommer några störningar.

Vi har häpnadsväckande kroppar. En av de mest fantastiska egenskaper kroppen besitter är att den har förmågan att läka sig själv. Om jag skär mig, - vad händer? Jag börjar blöda. Vad gör jag då? Jag tvättar rent såret; sätter på ett plåster eller har på litet jod? Är det joden eller plåstret som läker såret? Nej! Det är livet som läker. Om du ifrågasätter detta, ta en köttbit eller ett lik (nja, kanske inte!) och skär i dem, och ha sedan på hur mycket jod eller sätt på hur mycket plåster du vill, det läks inte. Livet är den enda läkare som finns. Livet inne i dig och mig är den magiska kraft som gör att våra kroppar kan arbeta; det är den magiska kraft som gör att våra kroppar kan fungera. Den mest mirakulösa process som jag någonsin kan beskriva är dock hur en helt ny människa kommer till. Två halva celler kommer samman, ett ägg och en spermie, och

gör en hel cell. Att en hel cell är grodden för att skapa ett helt nytt människoliv, är inte det fantastiskt? På nio månader blir en cell till miljarder celler, högt specialiserade. De (cellerna) vet vad de ska göra och hur de ska göra det. Naturen behöver inte någon hjälp att göra sitt jobb, så länge inget stör den.

I det fall en kvinna är gravid, bör hon dricka mycket alkohol? Nej! Varför? Eftersom alkohol stör livet i sitt arbete att göra ett barn, inte sant? Bör hon röka? Nej! Eftersom rökningen stör utvecklingen av fostret som är inuti henne och livet kommer inte att kunna göra sitt jobb. Bör hon ta mediciner? Nej, eftersom läkemedel skulle kunna störa barnets utveckling. På 50- och 60-talen, gavs kvinnor ett läkemedel som hette Thalidomide för att hjälpa mot graviditetsillamående. Läkemedlet, relativt ofarligt för modern, orsakade agenesi av organ hos fostret, organ som inte utvecklades helt, och ledde till mental retardation, och dödfödda foster. Läkemedlet störde fosterutvecklingen och störde livet i sitt arbete. Det krockade med FUNKTIONEN hos fostrets kropp som var under utveckling. Varje gång vi försöker hjälpa naturen, riskerar vi att röra till saker och ting. Vi riskerar att störa naturens lagar. När livet ges möjlighet att göra vad det är avsett att göra, är vi friska, är vi starka, och våra kroppar fungerar som de ska. Om man stör livet, inverkar det på hur kroppen fungerar i sin tur. Det låter väl förnuftigt?

De första organ som kroppen skapar under utvecklingen av embryot är hjärnan och nervsystemet. Hjärnan, ryggmärgen och hela nervsystemet är det som kontrollerar hur hela kroppen FUNGERAR. Det sker alltifrån tidpunkten för dess skapande. Hjärnan styr funktionen hos lever, njurar, mjälte, immunförsvar och muskler, allt i kroppen styrs av hjärnan. Hjärnan använder nerverna för att kommunicera med resten av kroppen. Stör man funktionen hos dessa nerver, är det liktydigt med att störa fostrets utveckling, att inte låta livet göra sitt jobb.

När ett barn kommer till världen och tar sitt första andetag, är livet som skapade det när det var inne i mamman fortfarande kvar inuti barnet. Samma saker gäller fortfarande: rökning, kemikalier, läkemedel, gifter, kan alla störa livet i denna kropp. Likaväl som skadliga tankar, obehagliga händelser, påfrestande tillstånd kan störa livet i att göra sitt arbete. Jag vågar säga att din kropp vet mer om vad den behöver än någon läkare kan känna till. Det bästa du kan göra för att skapa bättre funktion, bättre hälsa är att låta livet göra vad livet gör bäst. Låter det förnuftigt? Livet, naturen behöver ingen hjälp att göra sitt jobb, bara det slipper störningar.

Så låt oss titta närmare på hjärnan och nervsystemet. Hjärnan kontrollerar alla funktioner i kroppen. Den sitter här uppe inuti skallen och är ansluten till resten av kroppen via ryggmärgen. Ryggmärgen fortsätter ner genom kotpelaren och förgrenar sig som grenarna i ett träd. När något händer i vår kropp, är det hjärnan som skickar signaler ner genom ryggmärgen, och vidare genom nerverna till olika delar av kroppen för att säga till vad som ska göras. Dessa delar av kroppen skickar också signaler tillbaka upp genom nerverna till hjärnan så att hjärnan vet vad

som pågår. Denna kommunikation fram och tillbaka styr hur allt fungerar i våra kroppar. Vet du hur många nerver du har i kroppen? Du har kanske hört folk säga: han är ett riktigt nervknippe? Jag kan inte säga hur många nerver du har i kroppen, men jag vet att du har så många nerver i kroppen att om vi tog bort alla de andra cellerna i kroppen, alla andra delar av kroppen, tog bort dem och lämnade bara nervcellerna kvar, kunde jag ändå känna igen dig. Du skulle lämna ett fingeravtryck eller handavtryck helt unikt för dig. Nerverna är så allomfattande, eftersom det är de som ansluter till alla delar av kroppen. Hjärnan använder nerverna för att prata med kroppens alla celler, organ och system och samordna allt, precis som en dirigent leder en orkester. Den vet vad som ska göras och hur det ska göras. Nerverna ligger bakom allt som sker i kroppen.

Hjärnan, ryggmärgen och nerverna har samma konsistens som våt spaghetti eller gelé, så de kan lätt skadas. Så, vad naturen gör är att skydda dem med ben - kotor. Kotorerna i ryggraden skyddar de ömtåliga nerverna. Kotor är i förhållande till sin vikt starkare än gjutjärn eller stål. De utgör ett mycket effektivt skydd för de ömtåliga nerverna. Inte bara kotor omger nerverna för att skydda dem; naturen badar nerverna i ryggmärgsvätska. Vad mitt jobb består i, vad en kiropraktors jobb består i, är att se till att hjärnan och ryggmärgen kan kommunicera med kroppen på bästa möjliga sätt, genom att se till att kotorerna inte på något sätt kan skada nerverna. Det finns något som kan hända som kallas en subluxation. En vertebral subluxation är när kotorerna har förskjutits och irriterar/trycker på nerverna.

Detta är fyra ländkotor. Dessa är de knölar som du känner längs ryggen. Lagg märke till hur denna kota har förskjutits från sin plats. Lagg märke till vad som hänt med disken, den dämpande kudde som är mellan kotorerna. Vetenskapligt kallas det diskbråck, disken är sprucken, men i själva verket är det inte disken som är problemet. Problemet är att kotorerna har flyttats från sina platser, och trycker på nerverna. Denna nerv håller kontakten med hjärnan. Ett tryck på nerven stör den information som passerar genom nerven. Detta ändrar informationen både från hjärnan till kroppen och från kroppen till hjärnan. Låt oss titta närmare på detta ord "subluxation" för ett ögonblick. "Sub" betyder mindre, minskad eller under. 'ation' betyder tillstånd, åkomma eller någonting man har. "Lux" är det latinska ordet för ljus eller för energi. Så subluxation beskriver ett tillstånd av minskat "livsljus" eller energi. När en subluxation uppstår innebär det att mindre energi kommer till kroppen och tillbaka upp till hjärnan; mindre information som går fram och tillbaka. En subluxation innebär en nedsättning av kroppens funktion. Låt oss anta att det här är en nerv som går till din lever, som talar om för din lever vad den ska göra och hur den ska göra det. Om ett gift kommer in i kroppen, säg alkohol, måste levern avgifta ämnet ifråga, men för att göra det måste levern fungera till 80 %, men nu fungerar den bara till 50 %. Låter det förståeligt? Låt oss anta att den här nerven går till magen och att den bara fungerar till 80 %. Alla slags magstörningar kan börja uppträda, till följd av denna

bristande funktion hos nerven. Kroppens kemi kan rubbas. Dessa saker som inträffar i ryggen inverkar på kroppens totala funktion.

En subluxation ändrar biomekaniken i ryggraden. Biomekanik är ett fint ord för den anpassning och den rörelse som äger rum i ryggraden. När en subluxation uppstår ändras rörelsen i området så att det inte längre rör sig som det ska. Områden över och under platsen för subluxationen börjar kompensera för denna, och rör sig många gånger onödigt mycket på grund av den rörelsebegränsning som skapats av subluxationen. När dessa områden börjar röra sig för mycket tar de i sin tur skada. Så subluxation berör inte bara ett ställe i ryggraden, den börjar påverka mekaniken i hela ryggraden. För många av er som redan börjat behandlingen har vi visat hur nacken eller halskotpelarens kurva förändrats från den ideala "normala". Naturen har konstruerat halskotpelaren så att den framstår som en fin mjuk kurva. Den kurvan utgör ett viktigt strukturellt stöd. Den följer samma princip som ingenjörer använder för att bygga broar och dammar. Kurvor möjliggör större geometrisk effektivitet. Kurvorna i nacken (halskotorna) - nedre delen av ryggen (ländkotorna) - och mellanryggen (bröstkotorna) - ger styrka och effektivitet åt ryggraden. När en subluxation uppstår, kompenserar områdena runt subluxationen denna, och kurvorna ändras, och kurvan blir rätare än den borde vara, och förlorar sin styrka och effektivitet i kroppen, och bidrar till ett behov för kroppen att ytterligare anpassa sig. Detta kan ge upphov till en degenerativ utveckling som ofta syns på röntgen. Värst av allt, det drar ner kroppens prestanda, inte bara genom att trycka på kommunikationssystemet, utan påverkar också hela stabiliteten i kroppens struktur.

När en subluxation uppstår följer en destruktiv kaskad av händelser: kroppens prestanda går ner; hjärnan och kroppen är inte längre så bra anslutna till varandra; kroppen fungerar sämre; ryggradens rörlighet och stabilitet äventyras; ryggraden börjar en degenerativ process; detta för oss åt det här hållet längs funktionsaxeln. En subluxation minskar hälsa och välbefinnande. Oavsett om kroppens funktioner minskas så mycket att ett problem uppstår undergräver den nedsatta funktionen hos kroppen dina möjligheter till livsuttryck och livsupplevelse. Oberoende av vilka konsekvenser den får, när en subluxation uppträder, rör vi oss i denna riktning. Du kan ta yogaklasser och stretchingklasser och meditationsklasser - men om det finns tryck på ryggraden rör vi oss alltid i denna riktning. Om jag tar ett gummiband och drar åt det tillräckligt hårt runt mitt finger, vad händer? Blodflödet avstannar, eller hur? Det börjar göra litet ont. Jag kan massera det, och det skulle kännas bättre, men så fort jag slutade skulle det komma tillbaka igen. Jag kan röra på fingret, sträcka på det, men så fort jag slutade skulle det onda fortfarande vara där. Det enda sättet för mig att ha ett friskt finger är att ta av gummibandet. Detsamma gäller för nerverna, när något trycker på dem - det skär av den information som passerar där. Man kan stretcha och meditera och visualisera, göra vad som helst, men så länge trycket finns kvar på nerverna, rör vi oss i denna riktning.

Det här är en röntgenbild av nacken. Anta att ett trauma, en skada inträffar. Som medför att halskotpelaren sträcks och som utsätter diskarna mellan kotorna för överdrivna påfrestningar. Det extra trycket medför att diskarna måste arbeta på ett sätt de inte är konstruerade för och diskarna börjar degenerera. De blir så försvagade att kroppen börjar dra åt sig kalciumsalter till ligamenten för att erbjuda strukturell stabilitet och stöd. När detta inträffar börjar en fusion att skapas i området. Denna process är vad vi kallar en subluktionsdegeneration. Vi har visat detta för många av er på röntgenbilder för att illustrera graden av degeneration. När halskotpelarens kurva rätas ut, uppstår så mycket tryck på ryggmärgen och nervsystemet att kroppen märker av det och reagerar på detta sätt som en adaptiv respons. Inte för att detta är att föredra, men om detta inte skedde, vore resultatet än värre. Det är kroppens försök att göra det bästa av situationen. Det är lätt att reagera som så och säga "Herre Gud, det var illa, har jag så dåliga kotor, jag kommer kanske att dö!" Men det som hänt innebär att du inte kommer att dö. Kroppen klamrar sig fast. Så vi ska vara mycket tacksamma för vad som skett, annars kanske vi inte vore här just nu. Men låt oss se om vi inte kan stoppa den degenerativa processen, sakta ner den och få den att backa så mycket som möjligt genom att korrigera subluktationen.

Subluktationer har en mängd orsaker. Det kan finnas emotionella orsaker till subluktation. Personer med höga stressnivåer, dåliga arbetsställningar - om dessa tillstånd av stress och spänningar blir permanenta kan de få kotor att "fastna" på sina platser, orsaka biokemiska förändringar i kroppen, ändra ryggradens mekanik, försämra kroppens funktionalitet och förlöpande skada kotorna inifrån. Det kan finnas kemiska orsaker till subluktation. Att utsättas för giftiga ångor, förorenad luft, läkemedel och droger, alkohol, konserveringsmedel och en mängd andra giftiga kemikalier kan utgöra en onormal belastning för nervsystemet, som kan medföra en subluktation i ryggraden. Det kan finnas fysiska orsaker till subluktation - bilolyckor, idrottsskador, dåliga arbetsställningar, dåliga madrasser - de kan alla orsaka kroppen fysiska trauman. Vi ser hur barnen sitter med sin Game Boy (och allt vad de heter) i timmar åt gången eller framför datorskärmen och hur de bär sina ryggsäckar på ett felaktigt sätt.

Förmodligen är det värsta trauma vi alla gått igenom, födelseprocessen. Vid födelseprocessen, när barnet kommer genom förlossningskanalen, drar man ofta i huvudet, varvid kotorna faktiskt åtskiljs 10-15 %. Medicinska texter säger att det inte är ovanligt med dragande krafter på 45-60 kp. Vetenskapen har kopplat de extrema traumana vid födseln till Infant Death Syndrome, dödfödelse. Jag vill att alla era barn kontrolleras eftersom det är i den åldern nedräkningen börjar. Tänk på alla fallolyckor, olycksfall och andra skador som barn utsätts för - som kan inträffa när de åker ner för trappan på sin rumpa eller en stol blir utdragen under dem när de försöker sätta sig i skolan för att äta sin lunch eller på lekplatsen där gungorna krockar samman eller när de idrottar. Alla dessa saker skapar subluktation på subluktation, sätter gång på gång

press på nervsystemet och varje dag, tar våra barn ytterligare ett steg i denna riktning (visa på tallinjen), ett steg i denna riktning (visa på tallinjen igen), ett steg i denna riktning (och igen...), så att de vid en ålder av 42, när de böjer sig ner för att ta upp sin slips från golvet fungerar inte ryggen längre. Och det berodde inte på att de ville ta upp slipsen. Eller alla de emotionella stressituationer de har genomlevt - allt som de måste klara av i skolan, alla klubbar de måste vara med i, alla möten de måste gå på, alla sportevenemang de ville vara med om - som alla inneburit onormala påfrestningar på deras kroppar, tills en dag vid 42 års ålder, någon säger till dem: "Du är uppsagd", och de får en hjärtattack. Men kroppen har fått allt svårare att ta emot all den här stressen eftersom funktionaliteten konstant minskat dag för dag för dag.

Jag skulle vilja "checka" dina barn och dina barnbarn. Jag skulle vilja "checka" din make/maka och dina vänner. Jag skulle vilja "checka" alla människor att de inte lider av vertebral sublaxation. Sublaxationer förekommer i epidemiska proportioner i vårt samhälle idag och orsakar att människor "ruttnar" inifrån och ut. Jag vill att du ska ta med din familj för att "checka" att de inte har störningar på några nerver, vare sig det har kemiska, fysiska eller emotionella orsaker.

Målet med kiropraktik är att rätta till sublaxationer. Följ våra rekommendationer - det är samma rekommendationer jag skulle ha gett dig om du var min syster, min bror, min farbror, min pappa, mina barn - det är vad jag tror i mitt hjärta och själ är det bästa för dig.

Var inte rädd att ställa frågor, att själv ta aktiv del i den vård du får. Om din familj inte redan är under vård, är en del av den gåva vi ger er i kväll att din familj är välkommen för en "check-up". Vi ger dig ett presentkort till att få dina nära och kära "checkade" för vertebrala sublaxationer. Presentkortet medför ingen extra kostnad. Det är vår gåva till dig för att du tar dig tid att vara här i kväll för att bli informerad. Låt oss "checka" deras ryggrad. Och låt oss korrigera tryck på ryggraden, så att de inte behöver genomlida en degenerativ process med försämrad funktionalitet under sina liv, och hamna i en situation med symtom, besvär, sjukdom och en tidigare död. – Och slutligen, berätta för andra, låt andra få veta vad det är att du har lärt här. Du är nu en del av en informerad minoritet, genom att berätta för andra, skapar du en möjlighet för dem att få uppleva bättre hälsa och välbefinnande i livet.

Tack för att ni har lyssnat.