



Claudia Weiß löst die Muskelverhärtung in Robert Rakarics Waden, die leicht zu einem Faserriss hätte führen können. © Heinrich

Wie Robert Rakaric seine Leiden in den Griff bekam

TSV Gräfelfing - Durch einen Tipp kommt Robert Rakaric in Kontakt mit Claudia Weiß. Die Heilpraktikerin beschert dem verletzungsgeplagten Fußballer des TSV Gräfelfing zweierlei: Heilung und Zeit.

Sein Körper ist voller Narben. Die größten stammen von seinem Autounfall vor elf Jahren. Robert Rakaric hat den 16. April 2004 nicht vergessen und er wird es auch nicht mehr, weil er jedes Mal an diesen Tag erinnert wird, wenn er in den Spiegel schaut. Der rechte Oberschenkel des Gräfelfinger Trainers, der damals für die Amateure der SpVgg Unterhaching in der Bayernliga spielte, war gebrochen.

Darüber hinaus litt er an inneren Blutungen, weshalb die Chirurgen sein linkes Bein aufschneiden mussten, um die in Mitleidenschaft gezogenen Nervenstränge zu entfernen. Auch seinen linken Ellenbogen zierte eine Narbe. Der Knochen hatte sich ausgekugelt, die Ärzte

hielten schließlich eine Operation für ratsam. Vor zehn Monaten kam noch ein Adduktorenabriss hinzu. Wieder musste das Gewebe seines Beines aufgeschnitten werden.

Rakaric ähnelt mehr einem Krieger denn einem Fußballer. Die zahlreichen Verletzungen hinterließen nicht nur auf seinem Körper Spuren, sie gruben sich auch mit der Zeit tief in seine Seele ein. Irgendwann hat der Kicker begonnen, seinen Körper nicht mehr zu schonen, sondern ihn wie einem Sklaven rücksichtslos auszubeuten.

Vielleicht hätte Rakaric die Hilferufe seines malträtierten Leibs noch weiter unterdrückt, wenn in der abgelaufenen Saison nicht weitere Verletzungen dazu gekommen wären, die sich letztlich als Segen für ihn erwiesen. Rakaric kam in Kontakt mit Claudia Weiß, die in der Nähe von Bad Wörishofen als Heilpraktikerin und Osteopathin arbeitet. Sie behandelte nicht nur die aktuellen Verletzungen, die sich der Kicker über die gesamte Saison zuzog, sie gab ihm auch Tipps in Sachen Ernährung und arbeitete mit ihm in einer sogenannten Kelk-Sitzung sein lähmendes Unfalltrauma auf.

„Altlasten klären“, nennt das Rakaric, eigentlich bedeutet es nichts anderes, als sich und seine Biographie liebevoll annehmen zu können. Als Konsequenz nahm er sich felsenfest vor, geduldiger mit sich selbst zu sein und „jetzt besser auf meinem Körper zu hören“. Es ist die Quintessenz einer ungewöhnlichen Beziehung zwischen einem Patienten und seiner Heilpraktikerin.

13. September 2014: Ein Torwart muss sich Respekt verschaffen. Nach einer Ecke geht Joey Brenner wild entschlossen mit dem Knie voran in den Luftkampf. Nur räumt er keinen Gegner ab, sondern den eigenen Mann. Mit der Wucht einer Dampftramme trifft der bullige Keeper den Rücken von Robert Rakaric. Der Gräfelfinger Spielertrainer spürt, wie ein heftiger Schmerz seinen Körper wie ein Blitz durchfährt. Er hält aber bis zum Ende durch und hilft seinem Team noch, den 3:2-Sieg beim SV 1880 München nach Hause zu schaukeln.

Die Verletzung stellt sich jedoch als so heftig heraus, dass er sich danach nicht mehr schmerzfrei bewegen kann. Trotzdem beißt er auf die Zähne und steht nur acht Tage später beim 3:1-Erfolg über die FT München-Gern wieder auf dem Platz. Nun hat er den Bogen endgültig überspannt. Sein Körper schreit förmlich auf über die schlimmen Torturen, die er ihm in seinem grenzenlosen Ehrgeiz zumutet. Schließlich hält der Coach die Schmerzen nicht mehr aus. Er bekommt einen Tipp und fährt zu Claudia Weiß nach Dorschhausen.

Die Heilpraktikerin und Osteopathin mit Diplom sieht einen stark gehandicapten Sportler vor sich, der sich weder bücken noch drehen kann. Weiß diagnostiziert eine Blockade in der Lendenwirbelsäule und löst die Verspannung durch eine chiropraktische Behandlung. Rakaric kommt später noch einmal zu ihr, um sich nachbehandeln zu lassen. Zwei Wochen setzt er vorsichtshalber aus und verpasst nur das Spiel beim SV Herakles, das seine Mannschaft auch ohne ihn mit 5:3 gewinnt. Am 5. Oktober geht er bei der Partie gegen den MTV 1879 München wieder über die volle Distanz von 90 Minuten. Rakaric meint: „Vier bis fünf Wochen Pause hätte es normalerweise schon gebraucht.“ Aber er ist bereits nach 14 Tagen wieder vollkommen gesund.

19. Oktober 2014: Robert Rakaric nimmt Maß. Die Freistoßchance ist zu verlockend, um sie sich entgehen zu lassen. Der Ball beschleunigt wie eine Rakete und schlägt zum 2:0 im Gehäuse des FC Viktoria München ein. Es ist sein erstes Saisontor und vorerst sein letztes. Im selben Moment verspürt der Schütze einen brennenden Schmerz im Oberschenkel und wechselt sich sofort aus. Die Mediziner diagnostizieren später einen Adduktorenabriss. Rakaric muss unters

Messer. Mitte Oktober ist die Saison für ihn so gut wie gelaufen. „Ein halbes Jahr Pause Minimum“, prophezeien ihm die Orthopäden Dr. Christian Wimmer und Dr. Alois Engelhardt, die er im Zentrum für Orthopädie und Sportmedizin konsultiert.

Es ist Sonntagnacht, als bei Claudia Weiß das Telefon klingelt. Am Apparat ist ein völlig aufgelöster Robert Rakaric. Die Heilpraktikerin bestellt ihn zwei Tage später ein und stellt anhand der Röntgenaufnahme einen Bluterguss fest, der von außen nicht zu sehen ist, sich aber stark nach innen ausgebreitet hat. Weiß setzt drei Blutegel ein. Die Tiere leisten ganze Arbeit und saugen in zwei Stunden das Blut bis auf einen kleinen Rest ab. „Anders hätte man ihn nicht gleich operieren können“, erklärt Weiß das Verfahren. Um die Selbstheilungskräfte des lädierten Muskels zusätzlich zu animieren, injiziert sie ihm jeden Tag einen Milliliter Calendula, das Extrakt der Ringelblume, bevor er operiert wird. Der Eingriff verläuft reibungslos. „Es wurde gute Vorarbeit geleistet“, erklären die Ärzte fast schon ein wenig erstaunt.

29. Oktober 2014: Robert Rakaric schlägt die Augen auf und kehrt langsam aus der Narkose zurück. Der Blick wandert hinauf zur kahlen Decke seines Zimmers in der Wolfart-Klinik in Gräfelfing. In diesem Augenblick ist alles leer in ihm. „Meine Zeit ist vorbei“, zermartert sich der passionierte Kicker den Kopf, obwohl er erst 29 Jahre alt ist. Alles, wofür er gelebt und gelitten hat, verliert auf einem Schlag seinen Sinn. Rakaric glaubt, nie wieder Fußball spielen zu können. Drei Tage verbringt er im Krankenhaus, wo er sich zu allem Überfluss noch einen Magen-Darm-Virus einhandelt. Wieder wendet er sich in seiner Not an Weiß, die ihm Arsenicum album in einer D12-Konzentration und einen speziellen Tee verordnet. Die homöopathischen Mittel verfehlen ihre Wirkung nicht. Nach zwei Tagen ist der Virus auskuriert.

Die eigentliche Arbeit steht Rakaric erst noch bevor. Nun beginnt die Reha, doch Weiß begleitet ihn auch in dieser Phase. Mit einem Mix aus Procain, Vitamin B12 und Traumel behandelt sie mal in der Woche Rakarics Narbe, um die schädliche Säure herauszuholen, die sich in ihr angestaut hat, und um den Stoffwechsel wieder anzukurbeln. Damit verhindert sie, dass sich die Narbe verhärtet, und macht sie glatt und geschmeidig.

Es ist noch kalt und die Plätze sind gefroren, als der TSV Gräfelfing am 16. Februar 2015 mit der Vorbereitung auf die Rückrunde beginnt. Rakaric leitet nicht nur die erste Übungsstunde, er trainiert sogar selbst mit. Am 22. März startet die Kreisliga München 2 nach der Winterpause neu. Die Wölfe verlieren zwar das Derby beim SV Planegg-Krailling 2 deutlich mit 1:4, aber in der 55. Minute wechselt sich Rakaric für Özkan Büyükkeskin ein. Seit seiner Operation im Oktober sind gerade 144 Tage vergangen. Insgesamt verpasste er nur vier Pflichtspiele seiner Mannschaft. Der Übungsleiter kann den außergewöhnlich schnellen Heilungsverlauf selbst nicht fassen. Seine Heilpraktikerin sagt nur: „Ich weiß nicht, was normal ist.“

24. Mai 2015: Nach 68 Minuten ist die Spitzenpartie für Robert Rakaric beendet. Der Spielertrainer sieht erst Gelb- Rot und danach seine Mannschaft mit 2:3 gegen die SpVgg Thalkirchen verlieren. Der Meisterschaftszug ist endgültig abgefahren. Gräfelfing muss in die Relegation, die Anfang Juni beginnt. Wohl ohne Rakaric, der über eine Muskelverhärtung in beiden Beinen klagt. Was er zu diesem Zeitpunkt noch nicht weiß: Die Verletzung ist so gravierend, dass ein Muskelfaserriss droht. Wieder fährt er ins Allgäu und lässt sich von Weiß behandeln.

Die Osteopathin hat inzwischen festgestellt, dass „Leistungssportler was Besonderes sind“ und daher „der ständige Kontakt wichtig ist“. Weiß vertraut in diesem Fall auf Vitamin B12 und

Arnica e' planta tota. Ihre Hände, mit denen sie seine Waden massiert, sorgen für eine schnelle Heilung. Nur eine Woche später spürt Rakaric keine Beschwerden mehr und wechselt sich beim 1:0-Erfolg in Neuhadern 21 Minuten vor dem Abpfiff ein. Eigentlich war er von einer Zwangspause von wenigstens drei Wochen ausgegangen.

14. Juni 2015: Die Wölfe gehen als Tabellenzweiter in der Relegation gegen den TSV Moosach mit 0:3 unter und müssen ihre Träume von der Bezirksliga für dieses Jahr begraben. Rakaric absolviert auch diese Begegnung. Insgesamt stand er in 20 von 26 regulären Saisonspielen und zwei Relegationspartien auf dem Platz. Summa summarum waren das 1779 Minuten. Gemessen an seinen schwerwiegenden Verletzungen ist diese Bilanz unglaublich. „Fünf Monate mindestens hätte ich fehlen müssen“, sagt Rakaric. Das wäre normal gewesen.

Quelle: fussball-vorort.de