

# Craniosacrale Therapie

## Entstehung der Craniosacralen Therapie

Die Craniosakrale Körpertherapie (auch Craniosakrale Integration oder Craniosakral Movement Therapie) gründet sich auf die Tatsache, dass Gehirn und Rückenmark in einem flüssigen Medium "schwimmen", dem Liquor. Der Liquor hat seine eigene Rhythmik (wie Atmung, Herzschlag, Lymphe usw.). Es gibt deutliche Hinweise darauf das Beschaffenheit und Schwingungsverhalten dieses Mediums sich auf die Gesundheit und das geistige und körperlich Wohlfühl auswirken.

## Arbeitsprinzip der Craniosacralen Therapie

Am Beginn einer Behandlung in Craniosacral Integration - auch Atem der Seele genannt - steht das Ertasten des individuellen Cranio-Rhythmus durch den Therapeuten. Durch dessen präzise Untersuchung und Auswertung wird das Aufspüren von Blockaden im Körperinneren möglich. Mit Hilfe sanfter manueller Techniken an Schädelknochen, Membranen und am Bindegewebe werden bestehende Einschränkungen des Systems behutsam aufgelöst. Das System wird durch Setzen von Stillpunkten gestärkt und harmonisiert.

## Wirkweise der Craniosacralen Therapie

Durch die Unterstützung feiner körpereigener Bewegungen und den therapeutischen Dialog sollen traumatische Verletzungen aus dem Zellgedächtnis entlassen werden (Somato-Emotionale-Prozessarbeit). Dadurch können Einstellungen, Gefühle und Denkmuster bewusst werden, die zu Blockierungen im Körper geführt haben.

Durch sanfte Manipulation an den Schädelknochen, dem Kreuzbein und der Wirbelsäule ist der Therapeut in der Lage, die Spannung und Fehlstellung ausfindig zu machen und zu lösen. Der Therapeut kennt die Eigenbewegung des Gewebes, welches sich unter Spannung befindet. Er geht an den Punkt der äußersten Spannung, hält diese und löst sie damit auf (Release).

Die CranioSacrale Therapie setzt am Beginn des Spannungskreislaufes an. Denn die Stellen, an der der Schmerz gefühlt wird, ist selten der Teil des Körpers, wo das ursächliche Trauma sitzt. Das CranioSacrale System spiegelt das Ursprungstrauma wider, so das dieses durch die Behandlung gelöst werden kann. So können zum Beispiel, Kreuzschmerzen über eine Korrektur der Schädelknochen und der HWS erfolgreich behandelt werden und umgekehrt. Traumen können so auch auf der seelischen Ebene losgelassen werden.

Schlagartig lösen sich viele andere Spannungen, die als Folgeerscheinungen auftraten. Durch die Craniosacrale Therapie wird letztendlich eine Flexibilität des Gewebes erreicht, die eine Eigenregulation der Verspannungen möglich macht. Die Craniosacrale Therapie

macht sich die Selbstheilungs- und Regenerationskräfte des Patienten selbst zu Nutze und fördert dessen eigenen Heilungsprozess.

Diese Form der Therapie lässt geschehen, begleitet und unterstützt.

## **Anwendungsgebiete der Craniosacralen Therapie**

- Kopfschmerzen: Spannungskopfschmerzen, Migräne.
- Beschwerden im Kopfbereich wie Nebenhöhlenbeschwerden (Sinusitis) Mittelohrentzündung, Tinnitus, Gleichgewichtsstörung, Kiefergelenkssyndrom, Kieferfehlstellungen, Beschwerden durch Zahnspangen, usw.
- Rückenbeschwerden, akut oder chronisch, HWS-Syndrom, Nacken und Schulterverspannung, Ilio-Sacral- und Ischiasbeschwerden, Skoliose, strukturbedingten Beschwerden und Schmerzen.
- Schleudertrauma
- Störungen des Hormon- und Nervensystems und damit verbundenen Beschwerden
- Belagerungszuständen nach Krankheit oder Operation
- Depressive Zustände
- Schlafstörungen
- Dreimonatskoliken bei Neugeborenen
- Geburtstraumen, Saugglockengeburt, Schiefhals

Die Craniosacrale Behandlung ist auch eine erfolgreiche Schmerztherapie, z. B. bei

- Arthrose und Arthritis
- Rheuma

Die CranioSacrale Therapie weckt den inneren Heiler. Durch das tiefe und stille Berühren, durch das Hinhören und das Hinschauen, kann der Körper das energetische Muster seiner Symptome und Traumen verändern und loslassen. Das geschieht in der Stille und ist immer ein Schritt in Richtung Heilung.