

# Craniosacral-Therapie

Die craniosacrale Behandlungsform wurde Anfang des 20. Jahrhunderts auf der Basis der Osteopathie (Knochenheilkunde) entwickelt. Der Name setzt sich aus den Begriffen Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) zusammen. Die beiden Pole Schädel und Kreuzbein bilden mit den Gehirn- und den Rückenmarkshäuten (Membranen) eine Einheit, in welcher die Gehirnflüssigkeit (Liquor) rhythmisch pulsiert. Dieser Rhythmus überträgt sich auf den gesamten Körper und beeinflusst den ganzen Menschen. Spannungen und Funktionsstörungen in diesem System können eine Reihe von sensorischen, motorischen und neurologischen Störungen verursachen und geben die nötigen Hinweise für die therapeutische Arbeit. Hinter den rhythmischen Bewegungen der Gehirnflüssigkeit (Liquor) ist eine Kraft, die diese Bewegungen in Gang setzt. Diese Kraft nennt man Primäre Atmung oder Lebensatem – der Zündfunke der das LEBEN in Gang bringt und hält. Der Lebensatem drückt sich im ganzen Körper aus und ist direkt mit der Lungenatmung (sekundäre Atmung) und der Gewebeatmung des zentralen Nervensystems verbunden, die die gesamten Körperfunktionen regulieren.

Werden wir körperlich oder seelisch verletzt und können dies nicht verarbeiten, zieht sich die betroffene Körperzone zusammen und wird unbeweglich. Die Gewebeatmung wird eingeschränkt und die Funktionen der betroffenen Organe vermindert. Solche Veränderungen beeinflussen das Craniosacral-System und somit den Mensch in seiner Gesamtheit.

Durch Berührung des Craniosacral-Systems entsteht Raum – Raum für das Erinnern an die ursprüngliche Gesundheit und die Möglichkeit diese wieder zu finden.

Die Craniosacral-Therapie ist eine Körperarbeit, bei der mit grösster Sorgfalt, Achtsamkeit und Wertefreiheit der Persönlichkeit der Klientin oder des Klienten begegnet und zugehört wird.

Die craniosacral Praktizierenden unterstützen mit feinen manuellen Impulsen die Eigenregulierung des Körpers. Die Gesundheit im Menschen wird unterstützt und Ressourcen werden gestärkt, so dass positive Veränderungen stattfinden können. Menschen jeden Alters, vom Neugeborenen bis hin zum alten Menschen können mit Craniosacral-Therapie behandelt werden.

Weitere Informationen unter  
Cranio Suisse, Schweizerische Gesellschaft für Craniosacral-Therapie  
[www.craniosuisse.ch](http://www.craniosuisse.ch)

Sekretariat Cranio Suisse  
Hochfarbstrasse 2  
8006 Zürich  
Tel. 043 268 22 30  
[contact@craniosuisse.ch](mailto:contact@craniosuisse.ch)



**cranio  
suisse**