

# CRANIOSACRAL THERAPIE

**Eine aufgestellte Therapeutin empfängt mich fröhlich in ihren hellen Praxisräumlichkeiten. Ich fühle mich sofort wohl und schildere der Therapeutin meine unerträglichen Rückenschmerzen.**

Nach einer kurzen Befundaufnahme bittet sie darum, mich bekleidet auf die Behandlungsliege zu legen.

„Muss ich nichts ausziehen?“ Kleine Zweifel nagen an mir, ob die Therapie auch wirklich etwas nützt. Und nun fragt die Therapeutin: „Gibt es auch beschwerdefreie Körperstellen?“ Ich rechnete nicht damit, mich aktiv am Genesungs-Prozess zu beteiligen.

Durch feine achtsame Berührungen ihrer Hände, lauscht die Therapeutin nun den subtilen Rhythmen meines Körpers und erhält dadurch wertvolle Informationen. Sie folgt dem „innewohnenden Behandlungsplan“, der die Eigenregulation des Körpers und die Auflösung von Schmerz- und Spannungsmustern ermöglicht. Ich spüre, wie sich schon bald eine wohlige Wärme und Entspannung in meinem Körper ausbreitet, wo sonst nur starke Anspannung und Unruhe herrscht.“ Nach der Behandlung fühlt sich mein Rücken wesentlich leichter und beweglicher an. Der Schmerz hat deutlich nachgelassen, grad so, als ob eine Last von meinen Schultern gefallen wäre. Kaum zu glauben, dass sich in knapp 60 Minuten so viel verändern kann.

## Was ist geschehen?

Die Craniosacral Therapie kann hilfreich sein, wenn das Gleichgewicht zwischen Körper, Geist und Seele nicht mehr übereinstimmt. Mit den Händen nimmt die Therapeutin behut-

sam Kontakt zu verschiedenen Körperstellen auf. Dabei richtet sie ihre Aufmerksamkeit auf die zu stärkenden gesunden Anteile des Menschen. Durch feine, manuelle Impulse werden die Selbstheilungskräfte des Körpers angeregt und gezielt gestärkt, Blockaden können sich auflösen.

## Was ist Craniosacral Therapie?

Die craniosacrale Behandlungsform wurde anfangs des 20. Jahrhunderts auf Basis der Osteopathie entwickelt. Sie setzt sich aus den Begriffen Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) zusammen. Zwischen dem Schädel und dem Kreuzbein pulsiert die Hirnflüssigkeit. Ihr Rhythmus überträgt sich auf den gesamten Körper und beeinflusst die Entwicklung und Funktionsfähigkeit des Menschen. Ist dieser Rhythmus gestört, können sich Krankheiten zeigen.

## Indikationen bei Craniosacral Therapie

Rücken-Nackenschmerzen, Migräne, Kieferprobleme, Tinnitus, Konzentrationsstörungen, Schlafprobleme, akute und chronische Schmerzzustände, Rehabilitation nach Krankheit und Unfällen, etc. Bei Säuglingen und Kleinkindern wird sie erfolgreich angewendet bei 3-Monats-Koliken, häufigem Schreien, Schluckstörungen, Verdauungsprobleme, etc

Der Schweizerische Berufsverband für Craniosacral Therapierende, Cranio Suisse®, zählt über 1'000 Mitglieder. Zertifizierte Therapeutinnen finden Sie unter: [www.craniosuisse.ch](http://www.craniosuisse.ch)

<b>Craniosacral Therapie®</b>	
<b>Elsbeth Tanner</b>	
Neu: Holengasse 1 8535 Elgg	Häberlinstrasse 12 8500 Frauenfeld www.el-cranio.ch
Krankenkasse - Zusatzversicherung anerkannt.	
Telefon: 052 364 31 93 Handy: 076 512 57 26 E-Mail: <a href="mailto:elsbethtanner@hotmail.com">elsbethtanner@hotmail.com</a>	

<b>crihas   craniosacral-therapie</b>	
Christine Hasler Kartäuserweg 4 8532 Warth	
Telefon 052 740 01 34 Mobil 076 489 44 56 <a href="mailto:mail@crihas.ch">mail@crihas.ch</a> <a href="http://www.crihas.ch">www.crihas.ch</a>	
Krankenkasse-Anerkennung EMR   ASCA   EGK	