

Die Craniosacrale Therapie wirkt bei vielen Erkrankungen und Beschwerden **gesundheitsfördernd und lebenskraftstärkend**. Sie kann u. a. eingesetzt werden bei:

- Rückenschmerzen, Skoliose
- Kopfschmerzen und Migräne
- Verspannung und Schmerzen im Hals- und Nackenbereich
- Unfälle und Traumen (z. B. Schleudertrauma)
- Koordinationsstörungen und Schwindel
- Fehlfunktion des zentralen Nervensystems
- Hormonellen Störungen
- Kiefergelenksbeschwerden
- Chronische Müdigkeit, Schlafstörungen
- Stressbedingte Störungen
- Unterstützung bei Lebenskrisen
- unerfüllten Kinderwunsch



Ich verbinde bei meiner Arbeit häufig die **Craniosacrale Therapie mit Akupunktur**. Durch die Synergie dieser beiden Heilverfahren öffnet sich die Energie gleichzeitig auf der Oberfläche und in tieferen Ebenen, wodurch die Wirkung beider Methoden verstärkt werden kann.

Akupunktur und Craniosacrale Therapie sind zwei wunderbare Heilmethoden, die beide die Weisheit des Körpers nutzen, sich selbst zu heilen. Daraus ergibt sich eine sanfte **Heilarbeit auf der Basis von Schwingung und Rhythmus, Kommunikation mit dem Körper, der Seele und dem Energiesystem**.

„Wenn man alles, was einem begegnet als Möglichkeit zu innerem Wachstum ansieht, gewinnt man an Stärke“

Milarepa

Heilraum Rodenbach

Carmen Bilau-Lehre
Heilpraktikerin
Würzburger Str. 91
63517 Rodenbach
Tel. 06184 809 614

Craniosacrale Therapie

Heilung auf allen
Ebenen des Seins



Carmen Bilau-Lehre
Heilpraktikerin

Was ist Craniosacrale Therapie?

Auf den Grundlagen der **Osteopathie** begann Dr. Upledger vor ca. 25 Jahren die Craniosacrale Therapie oder auch Craniosacrale Osteopathie zu entwickeln. Ein wichtiger Hintergrund dieser Arbeit ist die Annahme, dass das Gehirn sowie auch das Hirnwasser eine autonome und rhythmische Bewegung haben. Diese gemeinsame Bewegung von Hirn und Hirnwasser wird, im Gegensatz zur Lungenatmung, als das Primäre Atemsystem ("primary respiratory mechanism") bezeichnet.

Diese Bewegung des Primären Atemsystems überträgt sich auf die Hirnhäute, die einzelnen Schädelknochen, die Wirbelsäule und das Kreuzbein. Die Bewegung des Primären Atemsystems findet sich auch im Skelett, im Bindegewebe und den Organen. Mit entsprechender Schulung und Erfahrung ist diese Bewegung am Cranium (Kopf), sowie am ganzen Körper, zu palpieren (ertasten). Ist die Bewegungswelle in einer Körperregion nicht zu ertasten, weist dies auf eine lokale Verletzung oder eine Blockade hin. Diese erkennende Berührung des Craniosacraltherapeuten ist Grundlage für das weitere Vorgehen.

Die in der Behandlung angewandten Techniken reichen von deutlich manuellen Methoden bis hin zu einem subtilen Aufspüren und Begleiten der primären Atembewegung in den Strukturen des Organismus. Mit der befreiten Bewegung des Primären Atemsystems in allen Strukturen kann dann ein möglicher Gesundheitsprozess eintreten.

Craniosacrale Therapie bedeutet:

- Tiefenentspannung von Körper, Geist und Seele
- sanfte und achtsame Berührung
- Lösen von Energiestaus
- Balancierung des Lebensrhythmus
- verbesserte Körper- und Selbstwahrnehmung
- Bewusstwerdung und Re-Integration verdrängter und scheinbar abgespaltener Aspekte des Seins
- (Auf-)Lösen von Traumata (körperlich, emotional), Raum zu geben und halten für eine innere Neuordnung



Craniosacrale Therapie ist eine sanfte, jedoch intensive und tiefgehende Körperarbeit, die auf allen Ebenen des menschlichen Seins ausgleichend und harmonisierend wirkt.

Bei der Craniosacralen Arbeit werden Verletzungen, Blockaden, Funktionsstörungen oder andere Unregelmässigkeiten im menschlichen Körper erspürt und mit sanftem Druck der Hände korrigiert.

Ziel einer Behandlung ist, ursächliche Krankheitsfaktoren aufzulösen oder abzuschwächen, freie Beweglichkeit von Gelenken und Faszien wiederherzustellen, die Austauschprozesse der gesamten Körperflüssigkeiten zu normalisieren, das autonome Nervensystem und das Hormonsystem auszugleichen, Harmonisierung der Körperstatik, die Vertiefung der Atmung, die Widerstandskraft des Körpers zu stärken und ihn zu ermutigen, seine eigene selbstregulative Tätigkeit wieder zu übernehmen, um sich selbst zu heilen.

Mit viszeralen Techniken werden die inneren Organe, die Blutgefäße, die Lymphbahnen und das dazugehörige Bindegewebe behandelt. Dieser Bereich der Osteopathie wird aufgrund der neuen Erkenntnisse von den Beziehungen der Organe zum Bewegungsapparat immer wichtiger.

Da die Organe über viele Strukturen, wie z.B. Muskeln und Bänder, mit unserem Skelettsystem verknüpft sind, können sich Dysfunktionen auch auf den Bewegungsapparat und somit auf das craniosacrale System auswirken. Umgekehrt können sich Dysfunktionen im Bewegungsapparat oder im craniosacralen System auf unsere Organe auswirken.