

CRANIOSACRALE BIODYNAMIK –

ein Gesundheitsmodell der cranosacralen Therapie

In einer Zeit, wo der Mensch immer grösserem Stress und Unsicherheiten ausgesetzt ist, wo sich das Tempo des täglichen Lebens immer mehr beschleunigt, ist es oft schwierig, ohne Unterstützung mehr Ruhe und Besonnenheit zu erfahren, wo auch die Regulierung des Nervensystems möglich wird.



©2002 OIF

Die cranosacrale Methode fördert die Selbst-Regulierungsfähigkeiten des Nervensystems und den Abbau von Stress oder auch Schmerz. In der therapeutischen Behandlung der cranosacralen Biodynamik kann man sich für eine Stunde hinlegen und die Therapeutin ist mit ihren Händen ruhig und scheinbar «nichts-tuend» präsent. Diese respektvolle Präsenz, die achtsam wahrnimmt und begleitet, was an inneren unwillkürlichen Prozessen im Körper vor sich geht, braucht in Wirklichkeit eine langjährige Übung. In einer 2-jährigen Grundausbildung werden die Wahrnehmungsfähigkeiten geschult und differenziert, so dass mit den feinsten autonomen Bewegungen und Rhythmen des Organismus zusammengearbeitet werden kann und diese zu einem neuen Gleichgewicht begleitet werden können.

Für die KlientInnen geschieht so eine innere Verbundenheit mit sich selber, mehr Ruhe und Entspannung, mehr Zufriedenheit aber auch ein Abbau von Stress und Verminderung von Symptomen

Die Wirkung von Sitzungen wird auf die unterschiedlichste Art beschrieben:

«Mein Baby schläft nachts durch.» «Mein

Kopfweh ist besser geworden.» «Ich kann wieder entspannen.» «Ich habe mehr Power im Körper.» «Mein Rückenschmerz ist weg.» «Unsere Tochter mag wieder lachen und singen und unter die Leute gehen.»

Die cranosacrale Methode entspringt ursprünglich der Osteopathie, die von Dr. A. Still (1828–1917) gegründet wurde und das Prinzip vom Organismus als einer Einheit zur Grundlage hat, wo auch das Gesunde als Lebenskraft immer in Aktion ist, unabhängig von Krankheiten und Schmerzmustern. Er sagte: «Es muss der erste Grundsatz eines Arztes sein, das Gesunde im Individuum zu finden. Jedermann kann Krankheit finden.»

Dr. W.G. Sutherland (1873–1954) war dann der erste Pionier der cranosacralen Osteopathie. Er hat in der Praxis mit tausenden von PatientInnen erfahren, dass es etwas wie einen inneren Atem gibt, den «Breath of Life», der unabhängig von



©2000 ICSB

der Lungenatmung vor sich geht. Er nannte diesen unwillkürlichen, rhythmischen, inneren Atem «primäre Respiration». Hunderte von Malen pro Tag wird jede Zelle des Körpers von innen her von langsamen, stetigen Regungen bewegt und dadurch genährt, angeregt und belebt. Die Praktizierenden nehmen mit diesem primären Atem Kontakt auf und lauschen seinen Manifestationen. Dadurch wird der momentane Zustand des Organismus evaluiert und gleichzeitig beginnt eine therapeutisch wirksame Behandlung. Die Funktion und das Wohlergehen des Körpers werden so von innen her



©1998 ICSB

unterstützt. Eine solche therapeutische Behandlung kann für die unterschiedlichsten Situationen und in jedem Alter heilsam sein.

Seit Sutherlands Zeiten hat sich der cranosacrale Ansatz zur eigenständigen Therapieform weiter entwickelt, in welche stets die neusten wissenschaftlichen Erkenntnisse einfließen.

Heute ist es die cranosacrale Biodynamik, die als weitgreifendes Gesundheitsmodell die Erforschungen von Sutherland mit den neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen in Verbindung bringt

Auch die Ausbildung zum Therapeuten in



©2005 ICSB

der cranosacralen Biodynamik wird von diesen neusten Entwicklungen geprägt. Sie ist gleichzeitig eine verfeinerte Wahrnehmungsförderung, ein Lernen von lebendiger Embryologie und Anatomie und ein praktisches Einüben einer Therapiekunst.



INTERNATIONAL INSTITUTE FOR
CRANIOSACRAL BALANCING®
Mitglied des Verbandes Cranio Suisse



Aus- und Fortbildungen in Craniosacraler Biodynamik
Nächster Beginn: 17. - 24. März 2006

ICSB, Ländlistr. 119, 3047 Bremgarten, Tel. 031 301 30 42 icsb@freesurf.ch, www.icsb.ch