

Cranio-Sacrale-Balance

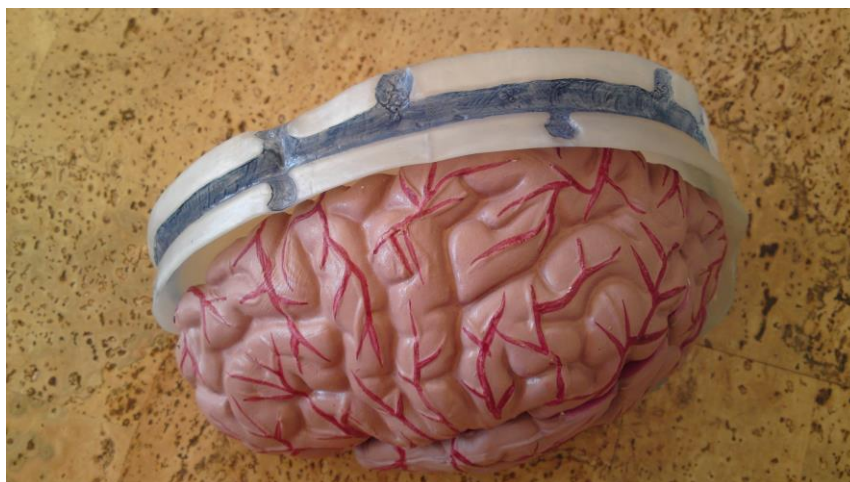
Die Cranio-Sacral Balance („Schädel-Kreuzbein-Balance“, auch Kraniosakral-Therapie oder kraniosakrale Osteopathie) ist eine alternativmedizinische Behandlungsform, die sich aus der Osteopathie entwickelt hat und jetzt ein eigenständiges Verfahren darstellt. Es ist ein manuelles Verfahren, bei dem Handgriffe vorwiegend im Bereich des Schädels, entlang der Wirbelsäule und des Kreuzbeins ausgeführt werden. Die Grundausbildung umfasst ca. 480 Stunden und kann durch verschiedenste Zusatzqualifikationen (Traumaaarbeit, Baby-Kurse, Gesprächsführung, ...) erweitert werden.

Die Cranio-Sacrale-Balance ist vom US-amerikanischen osteopathischen Arzt Dr. **William Sutherland** begründet wurde.

Die heutige Ausprägung als von der Osteopathie losgelöste Therapieform erhielt sie im Wesentlichen durch den Osteopathen **John E. Upledger** (1983).



Es gilt inzwischen als bewiesen, dass die einzelnen Schädelknochen (22-30) auch bei einem Erwachsenen noch beweglich sind und sein müssen, um der pulsierenden Bewegung der wiederkehrenden Neubildung unserer ca. 150 ml Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit (Liquor) Raum geben zu können. Dieser Liquor ist eine farblose Flüssigkeit die in den Ventrikeln der Hirnhaut gebildet wird (ca. 600 ml pro Tag) und u.a. über das Lymphsystem wieder abfließt.



Zotten als Übergang des Liquor in das venöse Blut innerhalb der Falx cerebri

기도권
기도권
기도권
기도권

Sind einige der Schädelplatten und damit auch die mit den Schädelplatten verbundenen Membranen in einer „falschen“ Position, kann es zu körperlichen und auch seelischen Auswirkungen kommen. In der Cranio-Sacralen Balance wird durch sanfte Berührungen (10 Gramm!) u.a. an Kopf (cranium), Rumpf (torso) und Kreuzbein (sacrum) die ursprüngliche Beweglichkeit der Schädelplatten wieder hergestellt, um dadurch auch die damit verbundenen Symptome zu beheben.



Falx cerebri (Hirnsichel zwischen den beiden Großhirnhälften)

Zusätzlich bewirkt diese sanfte, aber doch wirkungsvolle, Therapieform eine Verbesserung des Chi-Flusses und somit eine Harmonisierung von Körper, Geist und Seele.

Durch Berührung von Kopf und Rücken kann der erfahrene Therapeut Informationen über mögliche Blockaden sammeln und dadurch auf Funktionseinschränkungen an Körper und Schädel einwirken, sowie indirekt auch Membranen innerhalb des Schädels (Falx cerebri, Tentorium, Falx cerebelli) und die harte Hirnhaut (Dura mater) beeinflussen. Dieses Vorgehen kann unsere Selbstheilungskräfte aktivieren sowie Funktionseinschränkungen und seelische Traumata lösen.

Vorbereitungen:

- Ruhiger warmer Raum
- Kurzes Vorgespräch
- Bequeme bekleidete Rückenlage für den „Cranio-Nehmenden“
- Bequeme sitzende Position für den „Cranio-Gebenden“
- Füße vollflächig aufstellen
- Zeit lassen, zu sich finden, mit dem Herzen dabei sein!

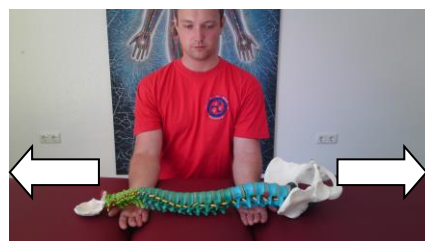
Erste (Schnupper-) Griffe:

- Am Fußende sitzend die Füße halten und lauschen auf den Cranio-Sacralen Rhythmus
 - Handflächen weich werden lassen
 - Füße nicht umschließen
 - Wirbelsäule gerade
 - Eigene Füße vollflächig aufgestellt
 - Geschehen lassen



- „Strecken“ der Duralröhre

- Seitlich an der Bank sitzend
- Eine Hand unter der HWS
- Eine Hand unter der LWS
- Daumenballen weich werden lassen
- Wirbelsäule gerade
- Füße vollflächig aufgestellt
- Hände voneinander entfernen (mehr gedanklich als tatsächlich)
- Zurück zum Ausgangspunkt
- Gleichmäßiger langsamer Rhythmus



Dieser Workshop soll nur einen kleinen Einblick in die Arbeit dieser spannenden alternativmedizinischen Behandlungsform geben.

Bei gewecktem Interesse könntet ihr zunächst einmal ein komplettes Einführungswochenende besuchen, um anschließend ggf. das erste achttägige Modul I innerhalb der Gesamtausbildung zu besuchen.

Das Einführungswochenende wird auch über die KI DO KWON – Akademie unter der Leitung von Andreas Koch angeboten (www.kidokwon.de).