



CRANIOSACRAL THERAPIE - EMR NR. 53

## Craniosacral-Therapie

Die Craniosacral-Therapie ist eine körperorientierte, manuelle Behandlungsform, die sich in der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts in den USA aus der Osteopathie entwickelt hat. Sie basiert auf der Arbeit mit dem Craniosacralen Rhythmus, der sich im feinen Pulsieren der Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit zeigt. Diese Flüssigkeit nährt, bewegt und schützt unser Nervensystem – vom Schädel (Cranium) bis zum Kreuzbein (Sacrum). Der Therapeut versucht Funktionsstörungen und Dysharmonien im Körper zu erkennen und ein Gleichgewicht sowie das Zusammenspiel von Geweben und Strukturen wiederherzustellen.

## Zur Geschichte der Osteopathie und Craniosacralen Therapie

Auf der Suche nach einer Medizin ohne Medikamente gründete 1892 der Arzt Andrew Taylor Still (1828-1917) die erste Schule für Osteopathische Medizin in Kirksville Missouri, USA. William Garner Sutherland (1873-1954) war ein Schüler von Still. Er widmete sich der Erforschung des Schädels und vor allem der Bedeutung der Schädelnähte. Sutherland entdeckte u. a. die funktionelle Bedeutung des Craniosacralen Systems mit seinem Primärrhythmus.

Dr. John Upledger (1932-2012) verdanken wir die Erforschung des Faszienystems. Die faszialen Verbindungen zwischen dem Schädel und dem übrigen Körper sind ein wichtiger Faktor bei der Übermittlung des Craniosacralen Rhythmus auf den Körper sowie für die einwandfreie Funktion des Craniosacralen Systems. Die Faszien wirken auch auf das umhüllende meningeale System, speziell auf die harte Rückenmarkshaut (Dura Mater) sowie auf die harte Hirnhaut des Gehirns.

„Gott hat den Menschen so gut geschaffen, dass man weder etwas hinzufügen noch etwas wegzunehmen braucht.“ Dr. A.T. Still hielt es für besser, genau die Anatomie und Physiologie des Körpers zu betrachten und dem zu behandelnden Organismus lediglich Anstöße zur Anregung der inneren eigenen Heilkräfte zu geben. Dabei ist der Therapeut „der Mechaniker“, der das komplizierte Uhrwerk des menschlichen Organismus „wartet“, aber eben nicht tiefgreifend tätig wird. Die Selbstheilungskräfte erledigen die eigentliche Arbeit.

## \* CRANIOSACRAL THERAPIE - EMR NR. 53 \*

### Cranio 1-5 - Die Grundlagen

Aktivieren Sie die Selbstregulation Ihres Körpers auf behutsame Weise.

**Jeder Mensch** ist von Geburt an einzigartig, doch nicht jeder lebt mit seiner Einzigartigkeit im Einklang. Ziel der Craniosacral-Therapie ist es, Disharmonien im Körper zu lösen. Dies geschieht durch Bewegung der Schädelknochen gegeneinander, wodurch die darunter liegenden Funktionen für Herz, Atmung, Gehirn etc. sanft beeinflusst werden.

**Craniosacral-Therapie ist** eine sanfte Behandlung nur mit den Händen. Durch die Grundspannung von Muskeln, Faszien, Knochen, Gelenken, Nerven, Organen, Liquorräumen, Blut und Lymphgefäßen können Funktionen, die in Disharmonie sind, wieder harmonisiert werden.

**Craniosacral-Therapie wirkt** besonders im lymphatischen und Zellmatrixbereich, was sich wiederum positiv auf den aktiven und passiven Bewegungsapparat auswirkt.

In der Osteopathie gilt der Grundsatz, dass die Struktur (z.B. Knochenform) immer über die Funktion (z.B. damit verbundene Eigenschaften und Fähigkeiten) dominiert. Eine andere Theorie besagt, dass die Funktion eine Struktur produziert oder verändert. Die beiden Theorien bringen uns zu einem ganz neuen Konzept. Können wir die Eigenbewegung der Knochen erspüren und daraus folgern, welche Funktion dazu gehört, so kommen wir zum Verstehen des Struktur-Funktions-Komplexes in seiner Ganzheit.

«to find health should be the object of the doctor. Anyone can find disease.»

Quelle: Literatur Still AT (1977) Philosophy of Osteopathy. American Academy of Osteopathie, p. 28

Durch die Auflösung von Störfaktoren und die Fokussierung auf die kohärenten Wirkmechanismen kann der Organismus seine Potenziale nutzen, um sich selbst zu regulieren. Somit ist Gesundheit kein Zustand, sondern ein Prozess von Schwingungen und Rhythmen, die Selbstorganisation und Erhaltung von Gesundheit bewirken.

### Cranio 1 4-Tages-Kurs

Der Kurs für Einsteiger konzentriert sich auf die Basiskenntnisse, angefangen bei der Aufmerksamkeit der Hände über die Wahrnehmung von Kreisläufen und die Mobilisation der Schädelknochen bis hin zur psycho-physischen Bedeutung der Knochen-Interaktionen.

Im Einzelnen erwerben Sie Kenntnisse in folgenden Bereichen:

- \_ Unbegrenzte Aufmerksamkeit unserer Hände
- \_ Steigerung der Feinfühligkeit zur Beobachtung der biologischen Strukturen
- \_ Wahrnehmung von unterschiedlichen Kreisläufen (Atem, Herz, Blut, Liquor, Lymphe)
- \_ Anatomische/physische Funktionsweise der Schädelknochen und des Sacrum
- \_ Ursprünge der Bewegung (Puls, Atemrhythmus, Herzrhythmus, Craniorhythmus)
- \_ Eigenbewegung und Mobilisation der Schädelknochen
- \_ Eigenbewegung und Mobilisation des Sacrum
- \_ Craniosacrale Bewegung der Hirnhäute: Falx cerebri und Tentorium cerebelli
- \_ Expirationsphase / Inspirationsphase
- \_ Fulkrum
- \_ Stacking-Technik
- \_ Unwinding-Prozess, Still Point, CV4 Technik
- \_ Interaktionen der Knochen in ihrer psycho-physischen Bedeutung
- \_ Die strukturellen Ebenen: Knochen / Bindegewebe / Flüssigkeit / Organebene
- \_ Struktur Basisbalance
- \_ Philosophie der Osteopathischen Medizin / Craniosacral-Therapie

Am Ende des ersten Kurses ist der Teilnehmer bereits fähig, eine «Basis-Balance» zu geben und damit sich selbst sowie andere dabei zu unterstützen, innere Blockaden aufzudecken, deren Ursachen zu ermitteln und sie abzulösen.

**Die Kurse Dynamik Balance 1-4 sind als Einstieg sehr empfehlenswert.**

### Cranio 2 3-Tages-Kurs

In diesem Kurs geht es darum, die Wandlung, die sich bei einem Klienten bereits vollzogen hat, bewusst zu machen. Für ihn ist es wichtig, das Positive bewusst wahrzunehmen und seine Potenzial-Entfaltung zu antizipieren. So wird der Selbstheilungsprozess aktiviert und der Weg zur inneren Balance ermöglicht.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Der Cranio Rhythmus, rhythmische Arbeit
- \_ Die craniale Dura
- \_ Longitudinale Fluktuation
- \_ Synchondrosis sphenobasilaris = SSB
- \_ Bewegungsqualitäten der Flüssigkeiten
- \_ Die komplementäre Wirkung der Craniosacral-Therapie

Am Ende des Kurses kann der Teilnehmer einen Zustand des inneren und äußeren Gleichgewichts ermöglichen.



### Cranio 3 3-Tages-Kurs

Der Kurs vermittelt Kenntnisse in den 4 Ebenen der Cranio-Balance: Knochen, Faszien, Flüssigkeiten sowie freie Energie (Aufmerksamkeit). Wichtige Themen sind auch die Gesichtsknochen und die innere Mundarbeit.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Die vier Ebenen der Dynamik-Balance: Knochen (richtungsgebend), Faszien (verbindend/ Beziehungsarbeit), Flüssigkeiten (können jede Form annehmen und möchten sich in alle Richtungen entfalten, durchdringen und ausdehnen), freie Energie (Aufmerksamkeit).
- \_ Die Bedeutung der Gesichtsknochen  
Entschlüsselung der Symbolik im Ausdruck, in der Anatomie, der Biomechanik, der Eigenbewegung und Mobilisation sowie Innere Mundarbeit.
- \_ Die Bedeutung der Faszien, sie übernehmen im Körper zentrale Stütz- und Verbindungsfunktionen und reagieren mit Entspannung sowie Kontraktion auf physikalische, chemische oder vegetative Reize.
- \_ Die Augenmuskeln
- \_ Die Knochen der Halswirbelsäule
- \_ Das Kiefergelenk
- \_ Das Ganglion sphenopalatium
- \_ Der Nasen- und Rachenraum

Am Ende des Kurses ist der Teilnehmer in der Lage, die innere und äußere Kommunikation in Einklang zu bringen.

### Cranio 4 3-Tages-Kurs

Dieser Kurs vermittelt die Koordination der 8 Diaphragmen

Die Faszien verlaufen im Körper dreidimensional in vielfältige Richtungen. Aus faszialer Sicht dienen die Diaphragmen als horizontale Pufferzonen und sorgen dafür, dass sich lokale Spannungen nach Möglichkeit nicht auf die gesamten Faszienketten auswirken.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Diaphragmen
- \_ Platysma
- \_ die Halswirbelsäule
- \_ Atlas

Am Ende des Kurses ist der Teilnehmer befähigt, zunehmend mehr Kreativität, Dynamik, Lebensfreude und Vitalität einzuladen.



### Cranio 5 3-Tages-Kurs

Dieser Kurs vermittelt den Kontakt zu den Organen, sowie Kenntnisse in den Bereichen Meningen, Gehirnorganisations-Profile, Entspannungs-Stimulationstechniken und Stoffwechsel. Zudem wird der Kontakt zu den Organen gelehrt.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Craniostimulationstechniken
- \_ Foramen jugulare-Irritation
- \_ Vegetativer Slump
- \_ Kontakt mit den Organen, viszerale Arbeit

Am Ende des Kurses kann der Teilnehmer Wandlungen im Organismus bewusst wahrnehmen und eine entstandene Inkohärenz ausgleichen.

Folgende Kurse können je nach Interesse oder Schwerpunkt frei selektiert werden.

### Das Wesen des Herzens 3-Tages-Kurs

Claude Galien (131-201 v.Chr.) entdeckte und benannte das Perikard, aus dem griechischen Wortstamm «peri», rundum und «kardia» das Herz. Das Wort bedeutet also «rund um das Herz». Kein Muskel leistet mehr: rund 70 Mal pro Minute pumpt unser Herz Blut durch unseren Körper. Dank seiner ausgeklügelten Konstruktion schlägt das faustgroße Organ in unserer Brust jahrzehntelang ohne jede Pause immer im richtigen Rhythmus - und versorgt uns dabei mit allen wichtigen Nährstoffen.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Herz und Kreislauf
- \_ Kohärentes Herzfeld
- \_ Das Perikard
- \_ Arterienpulse angetrieben wird der Blutkreislauf vom Herzen. Damit die Zirkulation nicht ins Stocken gerät, gibt es zwei Sorten von Blutgefäßen: Die Arterien und die Venen.
- \_ Wie können wir das Herz schützen
- \_ Wie entsteht Bluthochdruck, was lässt sich gegen Bluthochdruck tun?
- \_ Das Nervensystem



### Die Entwicklung des Gehirns und Zentralen Nervensystem 3-Tages-Kurs

„Das Gehirn ist noch immer eine schwarze Box - und sein Code noch lange nicht entschlüsselt“

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Kohärenz: Struktur Funktion, Überladung, Unterfokus, Aufmerksamkeit, Wahrnehmung, Traumata
- \_ Anatomie des Gehirns: die 21 Zugänge
- \_ Steuerung, wie das Gehirn aufgebaut ist - und wie es Nervenzellen gelingt, Atmung, Herzschlag und Bewegungen zu koordinieren
- \_ Gedächtnis wie das Gehirn Erlebnisse archiviert - und weshalb Erinnerungen die Nervenzellen empfindsamer machen
- \_ Das Membransystem
- \_ Das Ventrikelsystem
- \_ Die Hirnnerven



### Unser wunderbares Gerüst 3-Tages-Kurs

Die mehr als 200 Knochen unseres Skeletts geben dem Körper Form und Halt, ermöglichen komplexe Bewegungen und schützen weiche Organe. Erst im Alter lässt ihre Stabilität langsam nach - doch dagegen lässt sich einiges tun. Die Wirbelsäule ist die zentrale bewegliche Achse des Skeletts und verbindet unterschiedlichste Knochenelemente des Körpers.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Axiale System
- \_ Wesentliche Muskeln der unteren und oberen Wirbelsäule
- \_ Sacrum - die Wiege des Körpers
- \_ Rippengewölbe
- \_ Ductus thoracicus
- \_ Zwerchfell
- \_ übrige Mobilität: Schulterblatt, Claviculae, Arme, Handwurzel, obere Thoraxaperat, Beine

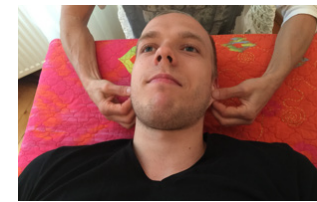
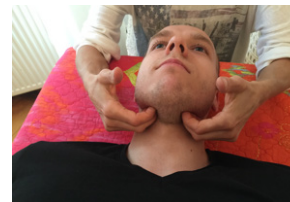


### Das Cranium 3-Tages-Kurs

Der Schädel fungiert als Schutzhülle für das Gehirn und die Sinnesorgane Gehör-, Gleichgewichts-, Seh-, Geruchs- und Geschmacksinn. Außerdem dient er als Ansatzstelle für diverse Muskeln, mit denen wir z.B. mit dem Kopf nicken, lächeln ect. Die Schädelnähte bilden die gelenkige Verbindung zwischen den einzelnen Schädelknochen. Als Grundbehandlung beginnen wir mit den Membranen und einer Sinusdrainage der venösen Sinusse des Schädels.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Sinusdrainage
- \_ Blut Liquor Zirkulation im Gehirn
- \_ Craniosacrale Liquor/Lymphdrainage
- \_ Kiefergelenk
- \_ Preioist der Suturen
- \_ EV4 Technik



### Die HWS Atlas TMG 3-Tages-Kurs

Die Halswirbelsäule ist der beweglichste Teil der Wirbelsäule. Sie trägt unseren Kopf und ist insofern als statisches Organ von großer Bedeutung.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Occiput Atlas Axis
- \_ Das Membransystem
- \_ TMG



### Das Lymphsystem 3-Tages-Kurs

die wichtigsten Aufgaben des Lymphsystems sind seine Reinigungs- und Transportfunktion und die Abwehrfunktion. Die Lymphgefäße sind eng mit der Wirbelsäule und allen anderen Nerven verbunden. Die Lymphe versorgt die Zellen mit Nährstoffen und befreit sie von Rückständen.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Neurolymphatische Reflexpunkte
- \_ rechter & linker Venenwinkel
- \_ Chystrerna chyli
- \_ Muskel-, Thorax-, und Zwerchfellpumpe
- \_ Ventralisieren der Clavicular
- \_ M. subclavius
- \_ Omentum majus - das große Bauchnetz
- \_ Beine
- \_ Die Ventrikel, innere und äußere Liquorräume
- \_ Neurovaskuläre Rezeptoren

### Die Faszien 3-Tages-Kurs

Die faszialen Verbindungen zwischen dem Schädel und dem übrigen Körper sind ein wichtiger Faktor bei der Übermittlung des Craniosacralen Rhythmus auf den Körper. Die Faszie stellt ein den ganzen Körper umhüllendes und verbindendes Spannungswerk dar, das sich in unzählige Strukturen differenziert, sie voneinander trennt, diese gleichzeitig auch strukturiert und dreidimensional verbindet. Millionen Nervenzellen im Bindegewebe tragen zum Körpergefühl bei. Der Körper funktioniert im Verbund mit den Faszien als Einheit.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Das Tensegrity-Modell
- \_ Myofasziale Leitbahnen
- \_ Diaphragma
- \_ Retroperitoneal Raum, «happy Uterus» - «happy Prostata»
- \_ Membransystem

### Die Befundung 3-Tages-Kurs

Auf der Suche nach einer Medizin ohne Medikamente hat Andrew Taylor Still vor über 120 Jahren die Prinzipien der Osteopathie entdeckt und damit eine neue Medizin begründet. Ihr Ansatz: Leben zeigt sich in Form von Bewegung. Wo Bewegung verhindert wird, macht sich Krankheit breit. Die Craniosacral-Therapie kann Bewegungseinschränkungen aufspüren und lösen. Still geht es primär um das Wer. Das Was und Wie sind nur Ausdruck dieses Wer und deshalb hierarchisch nachrangig. Es geht also im Kern um weit mehr als um Wissen und Können. Es geht um den Behandler selbst, in seinem Verständnis dafür, was es für ihn bedeutet Therapeut zu sein.

Ein Ausschnitt der Kenntnisse, die Sie erwerben:

- \_ Befund = Behandlung, baut eine Beziehung auf. Den Anderen erkennen.
- \_ Anamnese = was war vor dem Symptom
- \_ Symptome = Ausgangspunkte
- \_ Diagnose = hin durch schauen
- \_ Anatomie = Die Behandlung variiert je nach individuellen Gegebenheiten: Konstitution, Psyche, Lebensweise ect. und erfolgt folglich prozesshaft.

### Horizonte: Cranio & Akupunktur

Ebenen die einen Zugang zu Disharmonien und gestressten Strukturen ermöglichen:

#### \_ parietal:

Bewegungseinschränkungen von Knochen, Gelenken und Muskeln, unter Einbeziehung der zugehörigen faszialen Verbindungen. Die Faszie stellt ein den ganzen Körper umhüllendes und verbindendes Spannungswerk dar. Das lösen von Verspannungen in den Muskeln und Faszien unterstützt die Millionen von Nervenzellen im Faszienewebe um das Gleichgewicht und die Stabilität im Körper wiederherzustellen.

#### \_ vegetativ:

Das vegetative Nervensystem reguliert bestimmte Prozesse im Körper, z.B. Herz-Kreislauf, Atemfrequenz, Stoffwechsel, Verdauung, die Funktion der inneren Organe ect. Übergeordnete Zentren im Gehirn und Hormone kontrollieren das vegetative Nervensystem. Es besteht aus zwei wichtigen Systemen: das sympathische System ist aktivierend und ermöglicht, Leistung, Anspannung, Kampf und Flucht & das parasympathische System steuert, Erholung, Ruhe und Regeneration.

#### \_ lymphatisch:

Die wichtigsten Aufgaben des Lymphsystems sind seine Reinigungs- und Transportfunktion und die Abwehrfunktion. Die Lymphgefäße sind eng mit der Wirbelsäule und allen anderen Nerven verbunden. Die Lymphe versorgt die Zellen mit Nährstoffen und befreit sie von Rückständen.

#### \_ viszeral:

Bezieht sich auf die inneren Organe sowie ihre umgebenden Strukturen. Unsere Organe sind am Bewegungsapparat befestigt und bekommen so ihren Halt und Platz im Körper. Organe mit ihren Faszien, Gefäßen und Nervenstrukturen können komplexe Disharmonien auslösen. Mittels mobilisierender Techniken, gelingt es, die Beweglichkeit zu verbessern oder wiederherzustellen.

#### \_ Meridiane:

In den östlichen Kulturen kennt man seit tausenden von Jahren Energiepunkte im menschlichen Körper, auch Lebensenergie des Organismus (Qi) genannt. Nach östlicher Auffassung kann universelle Energie nur durch geöffnete Energietore in den Körper eintreten, um dann über die Meridiane im gesamten Zellsystem verteilt zu werden.

**zentrum für**  
**körperdynamik**  
**andrea nutto**

Mobil: 0049 176 8 7777 041

[mail@zentrum-fuer-koerperdynamik.de](mailto:mail@zentrum-fuer-koerperdynamik.de)

[www.zentrum-fuer-koerperdynamik.de](http://www.zentrum-fuer-koerperdynamik.de)