

CranioSacrale Körpertherapie: Herz und Seele vereint

Warum Cranio bei Herzproblemen?

- Biodynamische Cranio Sacral Therapie bietet einen tiefen und sanften Heilungs-und Verarbeitungsansatz an, welcher den Geist beruhigt, das Nervensystem ausgleicht und das Herz erleichtert.
- Durch achtsame sanfte Entspannung und Zuwendung zum Herzen kann der Zugang zur Ganzheit und der Lebensquelle wieder gefunden werden.
- Primäre Auswirkungen sind Klarheit, Offenheit, Wärme, Sehnsucht, Einfachheit, Freude und Mut wieder zu verinnerlichen.



Eine Biodynamischen Cranioacrale Körpertherapie mit Zusatzausbildung in Herz-Kreislaufbereich eignet sich auch ergänzend zu der CARDIO-REHA welche heute von vielen Spitälern durchgeführt wird. Sie kann auch bei chronischen Schmerzen, Traumata, Tinnitus, Migräne, Rheuma, Arthrose, Asthma, Depressionen, Multipler Sklerose, Parkinson, Rückenschmerzen, sowie bei Allergien und Verdauungsbeschwerden angewendet werden. Fragen Sie ihren Kardiologen oder Hausarzt.

Das Herz als Zentrum

Wenn das Herz erkrankt, krankt der ganze Mensch. Das Herz ist unser Zentrum. Geht hier etwas schief, ist alles vorbei. Immer wieder leiden Herzpatientinnen- und Patienten nach einem Eingriff unter psychischen Problemen, Ängsten, Verunsicherungen, psychosomatische Schmerzen in der Brust wie bei einem Infarkt, wiederkehrende Erinnerungen an den Infarkt, Depressionen, Schlafstörungen. Heute wird schnell operiert, viele fühlen sich danach aber alleine gelassen. Erst langsam findet ein Umdenken statt und der Seele wird mehr Platz eingeräumt.

Herzkrankheiten und seelisches Befinden

Zusammenhänge zwischen einer Herzkrankheit und dem seelischen Befinden sind seit je her bekannt. Hier setzt die CranioSacrale Körpertherapie ein. Durch die sehr feinen Körperimpulse am Rücken und am Kopf wird der Liquor Rhythmus verbessert und verstärkt, dadurch wird das Nervensystem genährt und kann ausgeglichen werden. Dies bewirkt eine tiefe Entspannung und heilende Stille. Durch die Arbeit am Kopf werden die verschiedenen Gehirnzentren ausgeglichen, sowie die Amygdala und die Hormonzentren balanciert. Dadurch können sich Ängste lösen und beruhigen, der Klient beginnt seine Situation neu zu sehen, besser zu akzeptieren und kann durch Fühlen beginnen zu verarbeiten. Das Begleitende Gespräch hilft dabei zu verstehen. Durch Übungen, malen, schreiben und andere unterstützende Möglichkeiten wird begonnen einen neuen gesundheitsfördernden Lebensstil aufzubauen.

Was geschieht in einer CranioSacral Therapie Stunde

Es ist therapeutisch sehr wertvoll, den Körper und Geist zu verlangsamen und ruhig zu werden. Wenn Sie spezielle Symptome des Herzens beschäftigen, dann stellen Sie sich vor, dass Sie sich eine Stunde mit ungeteilter Aufmerksamkeit Zeit nehmen, um herauszufinden, was Ihr Herz Ihnen sagen will und was das mit Ihrem Leben und ihrer Ganzheit zu tun hat. Dabei werden Sie sanft, achtsam und sehr fein mit meinen Händen begleitet. Die CranioSacral Therapie bietet einen ganzheitlichen Ansatzpunkt an, damit wir den Heilungsprozess erkennen können.