

# CranioSacrale Körpertherapie bei Blockaden im Rücken

## Warum Cranio bei Rückenbeschwerden?

- ein entspannter Rücken ermöglicht Ihnen beweglicher, leistungsfähiger, flexibler auf alle Lebensumstände zu reagieren
- gute Stabilität und verbesserte Statik lässt Sie präsenter im Alltag stehen und positiver durchs Leben gehen
- durch eine tief verwurzelte innere Verbundenheit mit sich selber wird die Widerstandsfähigkeit gegen über vielen Stresssituationen verbessert



## Verbesserte Beweglichkeit und Stabilität

Patienten fühlen sich nach einer Behandlung welche ca. eine Stunde geht, vielfach entspannter, gelöster, wieder beweglicher, ausgeglichener, leistungsfähiger, ruhiger, stabiler. Blockaden und stechende Schmerzen werden merkbar weniger. Für eine Stabilisierung dieser neuen Zustände werden jedoch einige Sitzungen gebraucht werden.

## Der Liquor, das Gedächtnis alter Verletzungen

Eine Ursache für Blockaden im Rücken kann man im Liquor-Puls oder auch Liquor-Rhythmus genannt finden. Im Mittelpunkt bei dieser Körpertherapieform steht das Ertasten des Liquor-Pulses, auf den während der Behandlung Einfluss genommen wird. Der Liquor ist eine Flüssigkeit, die sich um Gehirn und Rückenmark befindet.

CranioSacral-Therapeuten sind über viele Jahre geschult und ausgebildet worden, diesen Rhythmus zu erspüren. Dies geschieht insbesondere am Hinterkopf (Cranium) und am Steissbein (Sacrum), wo gemäss der Lehre der CranioSacral Therapie Informationen über vergangene Verletzungen gespeichert sind. Unser Faszien Bindegewebe „vergisst“ nicht, was unserem Körper irgendwann einmal widerfuhr und wie bei einer Narbe oder einem psychischen Trauma können auch hier alte Verletzungen den Informationsfluss stören. In diesem Fall stören sie den Liquor-Puls, dieser wird dadurch ungleichmäßig und führt zu Blockaden. Zu erspüren ist dies im Faszien Gewebe, es ist anders als seine Umgebung, es fühlt sich z.B. hart, kalt, zäh oder dichter an. Einen Temperaturunterschied im Gewebe, welches sich vermehrt heiss oder eiskalt anfühlt, ist dabei oft ein erstes Anzeichen einer Störung.

## Die Arbeit mit dem Liquor-Puls

Der Liquor-Puls lässt sich an Kopf, Bauch, unterem Rücken und an den Füßen erspüren. Dieser Puls ist wie Ebbe und Flut. Ein Kommen und Gehen. Der rhythmische Fluss des Liquors ist allerdings nur ein Teil dieses Pulses. Es gibt noch weitere Komponenten, die für diesen Puls sehr wichtig sind. Wichtig sind ebenfalls auch die Mobilität der Spannungsmembranen (Hirnhaut), die Beweglichkeit der einzelnen Schädelknochen, die Eigendynamik von Gehirn und Rückenmark, sowie die freie Bewegung zwischen Kreuzbein und Hüftbein.

CranioSacral-Therapeuten bringen den Liquor-Rhythmus mit ganz minimalem, sanftem Druck wieder zum störungsfreien Fließen. Sie therapieren bei Rückenschmerzen, Kopfschmerzen, Muskelverspannungen, aber auch nach Operationen, bei Stress, Krebs und psychosomatischen Krankheiten.