
*«Die Craniosacral Therapie ist keine reine Entspannungstherapie;
dafür gibt es bessere Methoden.»*

R. Merkel

Die drei Wirkungsweisen der Craniosacral Therapie

In den Beschreibungen der Craniosacral Therapie wird gerne

- auf die entspannende Wirkung Bezug genommen,
- oder es wird die Wirkung mit einer scheinbar objektiven, anatomisch-physiologischen Sprache erklärt (so wird bspw. von den beweglichen Schädelknochen gesprochen, und von der Bewegung des Liquors).

Das erstere ist meist die erste, eventuell etwas verlegene Äusserung der Klienten nach einer Sitzung. Das zweite ist eine Beschreibung von dem, was wir u. a. in einer Cranio Sitzung manuell machen – keines ist aber eine Beschreibung der Wirkungsweise.

Wenn wir differenziert nach den Erfahrungen der Praktizierenden und der Klienten fragen, dann zeigt sich etwas ganz Anderes, es zeigt sich nämlich ein Bild, welches nicht nur medizinisch-körperlich ist: Die Klienten berichten zum Beispiel über eine Erleichterung von Schmerzen im Bereich Kopf-Wirbelsäule-Becken. Sie berichten von einer neuen Körpererfahrung, bzw. sie berichten, dass sie eine ganz neue und sehr intensive und befreiende Selbstwahrnehmung erfahren haben. Oder sie berichten von Phänomenen, die auch von Meditierenden beschrieben werden, wie ein intensives Verbundenheitsgefühl oder ein «Gefühl von Seelenfrieden».

Diese unterschiedlichen Erfahrungen zeigen, dass die Wirkungsweise der Craniosacral Therapie weit über das Physische hinausgehen:

- **Im körperlich-physischen Bereich liegt ein Schwerpunkt der Craniosacral Therapie im Bereich Nervensystem.**
- **Im psychologisch-emotionalen Bereich liegt ein Schwerpunkt, unterstützt durch verbale Begleitung, in der Selbstwahrnehmung.**
- **Im spirituellen¹ Bereich vermittelt Craniosacral Therapie u. a. Gefühl der Verbundenheit, bzw. eine Auflösung der Egozentrität, wie ein Gefühl des «eins sein» oder «in Frieden sein» mit allen Dingen.**

Alle drei Bereiche wirken immer zusammen, d. h. sie sind immer nur ein Teilaspekt der gesamten Wirkungsweise.

Wir können die drei Bereiche bewusst über strukturelle, funktionelle und biodynamische Anwendung ansprechen.

¹ Mit spirituell ist nicht eine religiöse Zugehörigkeit gemeint, sondern eine Erfahrung, dass es für uns Menschen neben dem Körperlichen oder den Gedanken, Gefühlen und Emotionen auch eine nicht-materielle, subjektiv erfahrbare Ebene gibt. Das Wort Spiritus heisst einfach Geist oder der Hauch, so wie wir auch von einer Inspiration oder Expiration sprechen.

Die Erfahrungen in diesen drei Bereichen stärken die Ressourcen unserer Klientinnen und Klienten und sie sind es wert, integriert und auch in den Alltag transferiert zu werden.

Es wäre falsch, wenn strukturell mit Nervensystem, funktionell mit mental-emotional und spirituell mit biodynamisch gleichgesetzt würde.

Das eine sind die unterschiedlichen **therapeutischen Anwendungen**, das andere sind die **Wirkungsweisen** der Craniosacral Therapie, d. h. die Erlebens-Bereiche der Klienten, auf welche die Therapie einwirkt.

Die Losung der Cranioschule: strukturell funktionell biodynamisch

«**Strukturell**» heisst, die Form und die anatomische Lage der Strukturen zueinander zu kennen und mit diesen indirekt oder auch direkt zu arbeiten.



«**Funktionell**» heisst, die Form aus ihrer Funktion, d. h. aus ihrer Bewegung und ihrer funktionellen Aufgabe zu verstehen. Funktion ist die Bewegung der Strukturen oder die rhythmische Bewegung im Primären Atem Mechanismus. Im therapeutischen Prozess verstehen wir diese Funktion des PRM als Ressource.

«**Biodynamisch**» heisst «...*knowing, feeling fingers*» und ein Verständnis davon zu haben, wie sich der «*Breath of Life*» in den unterschiedlichen Bewegungen (auf den Ebenen: Dynamische Stille, Long Tide, Fluid Tide, CRI) manifestiert, und diese verschiedenen Eben auch wahrzunehmen. Die Wahrnehmung geschieht mit der Unvoreingenommenheit /Offenheit, dass sich unser Bewusstsein mit dem Kontakt zu den verschiedenen Ebenen (Zonen) verändert, und umgekehrt, d.h., dass wir in jeder Zone unterschiedliche Phänomene wahrnehmen und wir uns therapeutisch synchron dazu verhalten.

Anmerkung: In dem 120-seitigen Werk von Still „Philosophie der Osteopathie“ finden wir das Wort „Struktur“ zweimal, dagegen das Wort „Form“ 65-mal. In der osteopathischen Literatur spricht man eher von Struktur als von Form, obwohl der Begriff Form viel umfassender wäre.

„Sollten wir nicht versuchen, durch eine genaue und tiefe Untersuchung Formen und Sinn dieser Form, den Ursprung ihrer Substanz, die Art ihrer Herstellung und ihres Erhaltens während des ganzen Lebens zu begreifen? Wie bewegt es sich, woher stammt seine Kraft, zu welchem Zweck bewegt es sich? Eine Notwendigkeit für eine genaue Untersuchung von Schädel, Herz, Lungen, Brust, Magen, Leber und den anderen Organen des Bauchraumes ist gegeben. Das Zwerchfell des Bauchraumes stellt ebenso wie die Wand des Gehirns und das Perikard der Brust ein trennendes Septum zwischen Abdomen und Brust dar. Bei dieser Untersuchung muss uns klar sein, warum ein Organ, ein Gefäss oder eine andere Substanz an einer bestimmten Stelle zu finden ist.“

STILL, A. T. (2005). DAS GROSSE STILL KOMPENDIUM, BAND II DIE PHILOSOPHIE DER OSTEOPATHIE. D-PÄHL: JOLANDOS, SEITE 59