



... von der Kraft der Berührung

Craniosacral Therapie & Harmonische Massage

Craniosacral-Therapie

Sie hat ihre Wurzeln in der Osteopathie und wurde in ihrer biodynamischen Form von Franklyn Sills u.a. weiterentwickelt. Zum cranosacralen System gehören der Schädel (Cranium), die Wirbelsäule und das Kreuzbein (Sacrum), sowie die Hirn- und Rückenmarkhäute mit der cerebrospinalen Flüssigkeit (Liquor). Das cranosacrale System pulsiert gezeitenartig in verschiedenen Rhythmen im Körper.

Die biodynamische Form der Craniosacraltherapie lässt sich von dem ganz individuellen, inneren Heilungsplan des Klienten und dem Lebensatem leiten.

*Nichts macht uns mehr Mut,
nichts gibt uns mehr Nähe,
nichts hat einen stärkeren Zauber,
als eine sanfte Berührung*

Anwendung

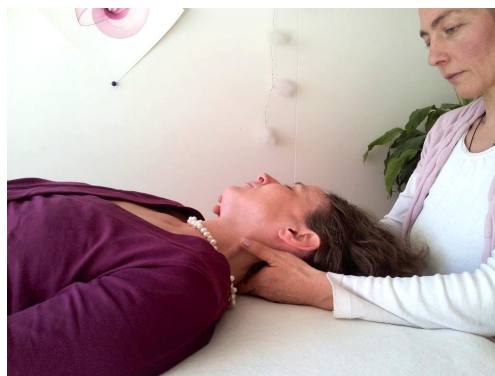
Durch Trauma, Schock, Krankheit, Unfall, seelische Belastungen, Erschöpfung oder Schmerzen kann das ganze System eines Menschen in seinem harmonischen Fluss beeinträchtigt oder gestört sein. Das macht sich in Krankheit, Schmerzen, Erschöpfung und anderen Störungen bei Ihnen bemerkbar.

Die Biodynamische Craniosacral-Therapie hilft, den Blick nach innen zu wenden und in Kontakt mit den heilsamen, innewohnenden Kräften und Weisheiten zu kommen. Das kann dem Körpersystem ermöglichen, eigene Kräfte zu mobilisieren und in ursprüngliche, gesunde Formen zurückzukehren. Die so zurückgewonnene Energie und Verbindung stärkt und bringt Kraft und Lebensfreude.

Craniosacral-Therapie ist geeignet für Menschen jeden Alters.

Ablauf

Aufmerksame und einfühlsame Gespräche bilden den Rahmen der Begegnung. Durch sanfte Handkontakte am bekleideten Körper auf einer Liege, erspüre ich Rhythmen, Bewegungen, Muster und Geschichten des Körpers. Ihr Körpersystem zeigt den Weg, was heute gebraucht wird und möglich ist. In achtsamer Präsenz können sich diese Themen und der dafür passende, körpereigene Heilungsplan zeigen.





... von der Kraft der Berührung

Craniosacral Therapie & Harmonische Massage

Auf die Weisheit des Körpers hören

Unser Körper hat immer unser Wohlergehen im Blick. Dies geschieht laufend durch vielschichtige Regulationsprozesse und Selbstheilungsprozesse. Er ist wie ein bester Freund / beste Freundin und stellt uns jederzeit seine Weisheit zur Verfügung.



Heilprozess

In einem vertrauensvollen Feld auf achtsamer, urteilsfreier Basis kann ein Heilungsprozess entstehen. Aufmerksames, wertfreies Zuhören öffnet Räume und Möglichkeiten. Auf die Annahme der Situation folgt das Erkennen und Bewusst-Werden von Leidens-/ Mustern. Es braucht die innere Bereitschaft zum Verändern und Loslassen der Einschränkungen und Beschwerden. Aufkommende Gefühle wollen erlebt, Körperempfindungen wahr-genommen und mancher Lebensmoment neu oder nochmals benannt werden. Daraus entstehen Verstehen, Er-Lösung und erweiterte Erfahrung. Diese erworbene Klarheit und Neu-Orientierung kann der Beginn von etwas Nächstem und Neuem sein. Ein Weg zu mehr Lebenskraft, Ruhe, Lebensfreude, Versöhnlichkeit, Frieden und Freiheit.

Wenn Worte sowohl wahrhaftig als auch liebevoll sind,
dann können sie die Welt verändern.

Körpererinnerungen

Unser Körper hat ein eigenes Gedächtnis und kann sich an frühere Erfahrungen erinnern. Dies können sowohl schöne wie schwierige oder traumatische Erlebnisse sein. Oft sind diese Erinnerungen auch aus frühen Zeiten aus Schwangerschaft, rund um die Geburt und Kindheit. Zeiten also, in denen es noch keinen sprachlichen Ausdruck gab. Der Körper zeigt es durch Empfindungen und Gesten.

Ereignisse in der Gegenwart rufen oft Gefühle und Verhaltensweisen hervor, die mit diesen frühen Erinnerungen in Verbindung stehen.

Gerne begleite ich Sie achtsam in prä- und perinatalen Themen auf dem Weg zu Erkennen und Verwandeln.

<https://www.isppm.ch/therapeutinnenliste/schneider-maria>



... von der Kraft der Berührung

Craniosacral Therapie & Harmonische Massage

Die Zeit nach der Geburt

Eine Herzensaufgabe fühle ich auch in der Arbeit mit Müttern und ihren Kindern.

Ein besonderes Augenmerk liegt für mich in der Zeit nach der Geburt. Die Intuition einer Schwangeren und gebärenden Frau ist sehr gross, ihre Sinne ganz auf diese Ereignis eingestellt. Eine ursprüngliche, in jeder Frau angelegte Kraft, trägt sie durch diese Zeiten und die Herausforderungen darin. In der Zeit nach der Geburt ordnen sich die Abläufe und Eindrücke aus dem Erlebten. Im Vordergrund steht vielleicht die Aussage „Hauptsache das Kind ist gesund“. Im Hintergrund bleiben häufig offene Fragen, Trauer, Verunsicherungen, Scham oder Verletzungen. Sie wirken beeinträchtigend auf Mutter und Neugeborenes.

Man geht davon aus, dass sich ein Baby ca. die ersten 1,5 Jahre als Einheit mit seiner Mami erlebt und keine Wahrnehmung von sich als eigenständiges Wesen hat. Es will nicht getrennt von ihr und meist getragen und in Körpernähe mit einem geliebten Menschen sein. Ihre Gefühle nimmt es ebenso bei sich wahr und nicht selten reagiert das Baby mit diesen Gefühlen mit. Unruhezustände, häufiges Weinen, Verdauungsstörungen u.a..

Gerne schaffe ich für Sie und ihr Baby einen liebevoll gehaltenen Raum und begleite Sie achtsam auf dem Weg das Erlebte zu betrachten und zu verändern.

Die wichtigste Stunde ist immer die Gegenwart.
Der bedeutendste Mensch ist immer der, der dir gerade gegenüber steht
Und das notwendigste Werk ist immer die Liebe

Meister Eckhart

Arbeitsweise und Abrechnung

- Terminvereinbarung per Mail oder Telefon
- Die Behandlungen finden in meiner Praxis Kerala in Turbenthal statt, Parkplätze befinden sich direkt vor dem Haus
- Eine Craniosacral-Therapie Sitzung dauert 60-90 min., die erste Begegnung meist etwas länger
- Von den meisten Krankenkassen bin ich über die Zusatzversicherung anerkannt

Kosten: 120 SFr / Stunde

