

Inhalt

Vorwort des Autors	11
Vorwort des Herausgebers Dr. Ruediger Dahlke.....	12
Hinweis zur Rechtslage	15
I. Und der Schädel bewegt sich doch: Übersicht, Theorie und Einführung.....	17
1. Die Vielfalt der Craniosacral-Behandlung.....	18
2. Ursprung und Geschichte	20
3. Das Craniosacrale System.....	21
Anatomie in Wort und Bild	21
<i>Schädel und Hirnhäute</i>	23
<i>Funktionsverbesserung des CS-Systems</i>	24
<i>Duralschlauch, Wirbelsäule und Kreuzbein</i>	26
<i>Das Ventrikelsystem (Hirnkammern).....</i>	28
<i>Die Gehirn- und Rückenmarksflüssigkeit (Liquor cerebrospinalis)</i>	28
<i>Liquorabfluss</i>	29
<i>Die Beziehung des CS-Systems zu anderen Körpersystemen</i>	30
Der Craniosacral-Rhythmus: Ebbe und Flut im Körper – der Puls des Lebens	31
<i>Ebbe-Flut-Prinzip aus dem Zentrum des Körpers</i>	31
<i>Flexions-/Extensionsterminologie in der CS-Behandlung</i>	31
<i>Und er bewegt sich doch</i>	33
<i>Der CS-Rhythmus als Vitalitätsindikator</i>	33
Der Ruhepunkt	35
4. Geführte Meditation: Selbstpalpation der Körperhythmen an Kopf und Oberschenkel.....	36
Einleitung und Vorbereitung.....	36
Geführte Meditation: Selbstpalpation	36
5. Der Puls des Lebens	40
Stärkung der Selbstheilungskräfte, Steigerung des Wohlbefindens	40
Balancierung des autonomen Nervensystems	40
<i>Sympathikus</i>	41
<i>Parasympathikus</i>	41
Funktionsverbesserung des CS-Systems durch Entspannung der Schädelknochen, Schädelnähte und des intrakranialen Membransystems	42

<i>Blutversorgung des Gehirns</i>	42
<i>Die Hirnnerven und ihre Funktionen</i>	44
Endokrine Organe und das Hormonsystem	46
<i>Thalamus</i>	46
<i>Hypothalamus</i>	46
<i>Die Hirnanhangdrüse (Hypophyse)</i>	47
<i>Das limbische System.....</i>	47
Immunsystem.....	47
<i>Die Psychoimmunologie.....</i>	48
6. Indikationen und Kontraindikationen	49
Wichtigste Indikationen.....	49
Wichtigste Kontraindikationen.....	49
7. Die Effizienz der Craniosacralen Behandlung: <i>Wie viele Sitzungen?</i>	51
8. Grundsätzliches vor Beginn der Behandlung: <i>Wann behandle ich? Wann behandle ich nicht?</i>	52
Die eigene Verfassung	52
Wer behandelt was?	52
Allgemeine Richtlinien	52
Richtlinien für den Therapeuten	53
Vorbereitung einer Sitzung.....	53
Umgebung und Behandlungsräum	53
Ausstattung und Hilfsmittel	54
<i>Die Kraft der Düfte</i>	55
<i>Musik als Unterstützung oder Ablenkung</i>	55
Ihre innere Einstellung	56
Selbstschutz.....	56
9. Das Gespräch vor der Behandlung.....	57
10. Das Behandlungsprotokoll	59
11. Lagerung	60
12. Gesprächsführung I	61
13. Prozeßbegleitung.....	63
14. Geführte Meditation zur Palpation des CS-Rhythmus bei Sitzungsbeginn	64
Vorbereitung zu Sitzungsbeginn	64
II. Die sanfte Berührung Die Hände anlegen: Behandlung und Ausgleich des Craniosacral-Systems	65
1. Goldene Regeln zur Vorbereitung.....	67

2. Ganzkörpereinschätzung	70
Palpieren des Craniosacral-Rhythmus	70
<i>Palpation des CS-Rhythmus an den Füßen</i>	70
<i>Palpation des CS-Rhythmus an den Knien</i>	71
<i>Palpation des CS-Rhythmus an den Oberschenkeln</i>	71
<i>Palpation des CS-Rhythmus am Becken</i>	72
<i>Palpation des CS-Rhythmus an den Rippenbogen</i>	72
<i>Palpation des CS-Rhythmus an den Schultern</i>	73
<i>Palpation des CS-Rhythmus am Kopf</i>	73
Faszientest durch Fasziengleiten	76
Einschränkungen des CS-Rhythmus und	
Ganzkörperzusammenhänge	77
3. Entspannung querverlaufender Bindegewebeschichten	79
Das Bindegewebe spricht	79
Querverlaufende Bindegewebeschichten am Rumpf	79
Entspannung am Becken	81
Entspannung am Rippenbogen	83
Entspannung am Brustkorbeingang	84
Entspannung am Hals über das Zungenbein (<i>Os hyoideum</i>)	85
Entspannung für das obere Ende der Wirbelsäule	89
<i>Das Atlas-Occiput-Gelenk</i>	89
<i>Vorbereitungsphase</i>	90
<i>Entspannungsphase</i>	92
<i>Die Mithilfe der liegenden Person</i>	94
<i>Weitungsphase</i>	94
<i>Tiefenentspannungsphase – erhöhte Spürbewußtseinsphase</i>	96
Entspannung für das untere Ende der Wirbelsäule	96
<i>Das Lumbosakralgelenk (L5/S1)</i>	96
Entspannung des Kreuzbeins	99
Entspannung der Iliosakralgelenke	99
<i>Ertasten und sanftes Massieren des Kreuzbeinrandes</i>	100
<i>Becken-Bewußtseinsphase (Armbrücke ohne Zug)</i>	101
<i>Die Iliosakralgelenk-Weitungsphase (Armbrücke mit Zug)</i>	103
Wirkung der Entspannungstechniken: Warum die Vorbereitung vor der Kopfbehandlung wichtig ist	103
4. Induktion von Ruhepunkten	105
Den Ruhepunkt an den Körperseiten induzieren	105
Den Ruhepunkt am Kopf (Hinterhauptsbein) induzieren	106
Den Ruhepunkt am Kreuzbein induzieren	108
5. Selbstbehandlung	110
Selbstbehandlung 1: Den Ruhepunkt am Hinterhauptsbein induzieren	110

Selbstbehandlung 2: Kopfmassage.....	110
Selbstbehandlung 3: Muskeln am Schädelrand ausstreichen	111
6. Kopfbehandlung	112
Vorbereitung zur Kopfbehandlung	112
Entspannung der Schädelknochen und Hirnhäute	113
<i>Das richtige Behandlungsgewicht oder »Weniger ist mehr«</i>	113
<i>Die richtige Behandlungsdauer oder »Länger ist besser«</i>	113
<i>Entspannung in die Tiefe</i>	114
Entspannung des Stirnbeins (Os frontale).....	114
Entspannung der Scheitelbeine (Ossa parietalia)	116
Der Bewegung des Keilbeins (Os sphenoidalis) folgen	118
Entspannung der paarigen Schläfenbeine (Ossa temporalia).....	121
<i>Finger-im-Ohr-Technik: Der Bewegung der beiden Schläfenbeine folgen</i>	121
<i>Ohrzieh-Technik.....</i>	124
<i>Entspannung am Warzenfortsatz (Processus mastoideus)</i>	124
7. Die Schädeldach-Haltung: »Dem Orchester des Schädelns lauschen«	127
Vorbereitung	127
Durchführung	127
8. Entspannung der Kiefergelenke: Temporomandibular-gelenk-Entspannung	130
Massage der Kaumuskulatur	130
Entspannungstechnik am Unterkiefer	131
9. Selbstbehandlung am Kopf.....	133
<i>Ohrzieh-Technik</i>	133
<i>Massage der Kaumuskulatur</i>	133
10. Ergänzende Behandlungselemente	134
In Seitenlage den CS-Rhythmus unterstützen	134
In Seitenlage den Energiefluß unterstützen und harmonisieren	135
Den Duralschlauch entspannen.....	135
Schulter-Nacken-Entspannungsposition	137
Energie-Senden mit Fingern und Händen.....	138
Die Schulterblätter entspannen	139
Ausstreichen der Halsmuskulatur, des Kopfwendemuskels und des Trapeziusmuskels	141
11. Kurzbehandlungsvorschläge	143
12. Grundbehandlung für den Hausgebrauch.....	144
Gesunde Klienten	144
Ganzkörpereinschätzung	145
Kopfbehandlung zur Unterstützung des CS-Rhythmus zur Mobilisierung der Schädelknochen und des intrakranialen Membransystems	146

III. Erfahrungen aus der Praxis	147
1. Üben und Erleben	148
2. Beispiele aus der Praxis.....	149
3. Antworten und Tips.....	151
IV. Das Erwachen des inneren Heilers: Die Integration von Körper, Geist und Seele	157
1. Empfindungen und Gefühle während der Sitzung.....	158
2. Wie der Klient die Behandlung unterstützen kann	160
3. Zellgedächtnis, therapeutischer Puls und abgekapselte Energie	161
Das Zellgedächtnis.....	161
Der therapeutische Puls	161
Der Punkt erhöhter Aufmerksamkeit	162
Abgekapselte Energie (energetische Zyste)	162
4. Freiwinden (Unwinding)	163
5. Behandlung mit mehreren Personen (Multiple hands-on).....	167
6. Intention und Gedankenkraft.....	169
Intention.....	169
Gedankenkraft	170
7. Intuition	171
8. Gesprächsführung II: Dialog, Vorstellungskraft und innere Bilder.....	172
9. Nach der Behandlung wirkt die Sitzung weiter.....	173
10. Erstverschlimmerung und Symptomverstärkung.....	174
11. Beispiele aus der Praxis.....	175
12. Geführte Meditation zur Steigerung des Liquorflusses im Körper	177
13. Selbstbehandlung zur Entspannung des Craniosacralen Systems.....	179
V. Erweiterte Behandlung: Für Therapeuten.....	181
1. Grundbehandlung für CS-Therapeuten	182
Ergänzende Techniken.....	182
Keilbein: Kompression – Dekompression	182
Schläfenbeine: Flexions-Extensionsverstärkung mit Finger-im-Ohr-Technik	182
Warzenfortsätze: Verstärkung der Innen-Außen-Bewegung durch Kompression links und rechts	184
Genereller Behandlungsablauf.....	184

2. Erweiterte Behandlungstechniken	185
Fehlstellungen und Korrekturen des Keilbeins	185
<i>Flexions- und Extensionsläsion</i>	185
<i>Waagrechte Fehlstellung (Torsion)</i>	186
<i>Seitneigung (Sidebending)</i>	186
<i>Seitwärtszug (Lateral Strain)</i>	187
<i>Senkrechtzug (Vertical Strain)</i>	187
Fehlstellungen und Korrekturen der Gesichtsknochen	
(Jochbein, Nasenbein)	187
<i>Entspannung des Jochbeins</i>	188
<i>Entspannung der Nasenbeine</i>	189
Behandlung im Mund.....	190
<i>Beispiel für das Pflugscharbein</i>	192
<i>Beispiel für die Kaumuskulatur</i>	193
<i>Freiwinden des Unterkiefers</i>	194
3. Fortgeschrittene Selbstbehandlung	196
Selbstbehandlung der Kaumuskulatur.....	196
Selbstbehandlung bei Kopfschmerzen	196
VI. Weitere Anwendungsbereiche	199
1. Schwangerschaft und Geburt	200
2. Kinderbehandlung	201
3. Zahn-, Mund- und Kieferprobleme	205
4. Krankheiten und Unfälle	206
5. Beispiele aus der Praxis	207
6. Kombination mit medizinischen und feinstofflichen Methoden	211
7. Behandlung von Tieren	212
VII. Ausklang	213
Anhang	214
Indikationsregister	214
Glossar	216
Literatur	217
Musik	218
Danksagung	219
Adressen	220
Behandlungsprotokoll	221