

Über mich

Diplomlehrgang am Atma
Craniosacral Institut; D. Van de Poll

Medizinische Basis Ausbildung
an der Akademie für ganzheitliche
Heilkunst, Basel

SE – Somatic Experiencing;
Traumatherapie nach
Peter A. Levine (in Ausbildung)

Fortbildung bei Michael J. Shea



Raum für Craniosacrale Heilkunst in Luzern

Die Praxis befindet sich im 3. Stock
(Lift vorhanden).
Erreichbar zu Fuss ab Bahnhof Luzern
in 10 Minuten oder ab Bundesplatz
(Bus 6, 7 oder 8) in 2 Minuten.

Parkplätze in unmittelbarer Nähe
vorhanden.

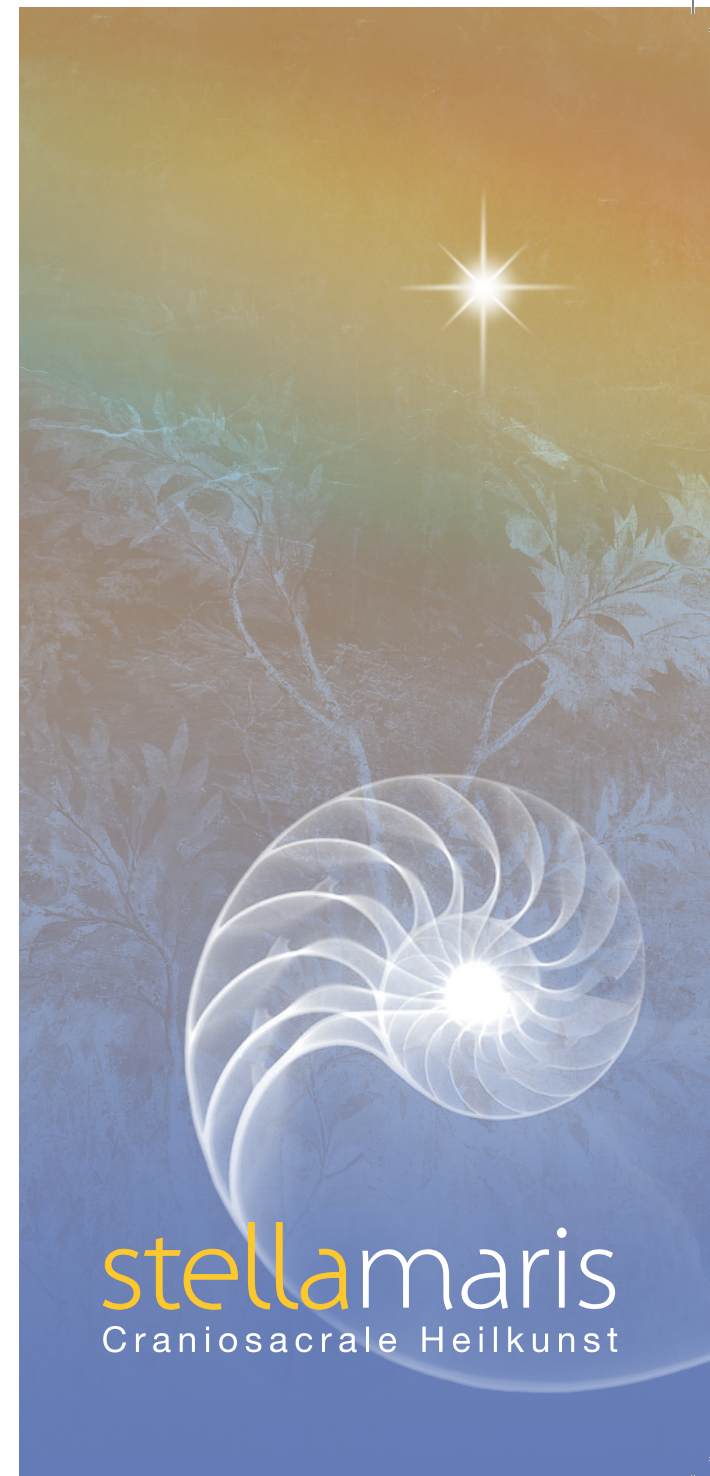
Auf Anfrage Termine auch in
Rothenburg möglich.



Esther Schaer

Stadt-Praxis
Neustadtstrasse 7
6003 Luzern
077 410 83 01

www.cranio-stellamaris.ch
info@cranio-stellamaris.ch



Was ist Craniosacral-Therapie?

Die Craniosacral-Therapie ist eine sanfte manuelle Körpertherapie, die zum Ziel hat, Disharmonien auf verschiedenen Körperebenen ins Gleichgewicht zu bringen. Die Therapie betrachtet den Menschen mit seinem Körper, seiner Seele und seinem Geist, seinem Leiden und seiner Fähigkeit zur Selbstheilung, in einem grossen ganzheitlichen Zusammenhang.

Beim Craniosacralen System umhüllt und umspült die Hirn- und Rückenmarkflüssigkeit, auch Liquor genannt, das Gehirn und das Rückenmark und zirkuliert in einem Membransystem, das sich vom Schädel (Cranium) durch die Wirbelsäule bis hin zum Kreuzbein (Sacrum) erstreckt.

Von tief innen her pulsieren die Liquor-Bewegungen nach aussen hin zur Oberfläche des Körpers und ziehen sich wieder zurück, wie Ebbe und Flut. Ist der Bewegungsrhythmus und die damit verbundene Frequenz gestört, wirkt sich das negativ auf das körperliche und seelische Wohlbefinden aus.

«Der Reisende ins Innere
findet alles, was er sucht,
in sich selbst.»

Laotse

Die Craniosacral-Therapeutin erspürt und folgt diesen feinen inneren Bewegungen des Gewebes und erhält auf diese Weise einen wichtigen Einblick in den Gesundheitszustand: Blockaden, Verletzungen, alte Erinnerungen (z.B. ein seelisches Trauma), die im Körpergewebe gespeichert sind, werden dabei aufgedeckt und können sanft gelöst werden.

Da die Craniosacral-Therapie direkt auf das Nervensystem wirkt, wird eine tiefe körperliche Entspannung erreicht.

