Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 59 (2002)
Heft: 1: Tipps und Tricks rund ums Haar

Artikel: Der zweite Puls des Lebens
Autor: Agustoni, Daniel / Görner, Bernd
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-557432

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Der zweite Puls des Lebens

Bereits in den 30er Jahren des vergangenen Jahrhunderts entdeckte der amerikanische Arzt Dr. William Garner Sutherland, dass es neben dem Blutkreislauf und dem Atemrhythmus einen tastbaren Kreislauf der Hirnflüssigkeit gibt. In den 80er Jahren entwickelte dann John E. Upledger die Craniosacral-Therapie, eine Behandlungsmethode, die Blockaden in diesem System löst und in der Lage ist, vielfältige chronische Beschwerden zu lindern. Mittlerweile wird dieser Therapieansatz von immer mehr Vertretern der Schulmedizin anerkannt (etliche Schweizer Krankenkassen übernehmen einen Teil der Behandlungskosten). GN-Mitarbeiter Bernd Görner sprach mit Daniel Agustoni, dem Leiter des Sphinx-Craniosacral-Instituts in Basel.

GN: *Was versteht man genau unter Craniosacraltherapie?*

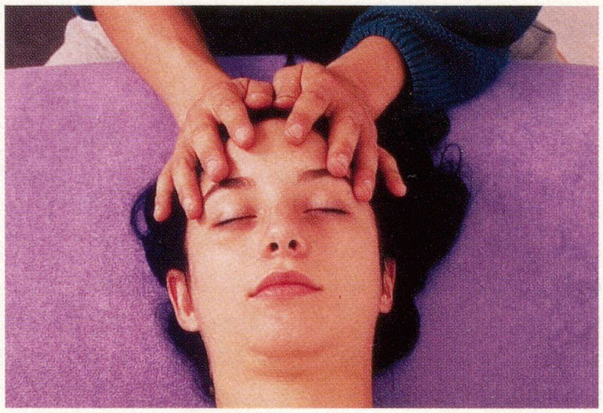
D. Agustoni: Craniosacraltherapie ist eine sehr sanfte manuelle Form der Körpertherapie, die am Pulssystem der Hirn- und Rückenmarkflüssigkeit arbeitet. Dabei wird mit spezifischen Techniken durch ganz leichte Berührungen die Regeneration und Heilung von innen bewirkt. Gearbeitet wird am ganzen Körper, vor allem aber am Schädel (cranium), entlang der Wirbelsäule und am Kreuzbein (sacrum). Daher kommt auch der Name.

GN: *Was ist dieses Pulssystem der Hirnflüssigkeit?*

D. Agustoni: Es gibt ausser dem bekannten Blutkreislauf noch den Kreislauf der Hirnflüssigkeit (Liquor), der durch den ganzen Körper fluktuiert und ein grosses Heilungspotential hat. Er vollzieht eine Bewegung im Körper wie Ebbe und Flut und hat eine Frequenz von sechs- bis 12-mal pro Minute. Über diesen Kreislauf werden wichtige Substanzen für die Kommunikation des Nervensystems wie u. a. Glukose, Proteine, Mineralstoffe, Hormone und Neurotransmitter transportiert. Ausserdem beseitigt er Abfallstoffe wie z. B. alte Hirn- und Rückenmarkszellen, indem er sie ausschwemmt und abtransportiert. Der freie, uneingeschränkte Fluss des Liquors ist massgebend für Entwicklung, Wachstum und Funktionsfähigkeit des zentralen Nervensystems, das ja in allen Bereichen unseres Körpers eine wichtige Rolle spielt. Zwischen Nerven-, Immun-, Lymph- und Hormonsystem bestehen Verbindungen. Durch die sanfte Craniosacral-Behandlung werden diese Körpersysteme und ihre Querverbindungen unterstützt und ausbalanciert. Alle diese Systeme werden direkt oder indirekt angesprochen, harmonisiert und Blockaden werden aufgehoben.

GN: *Wodurch entstehen solche Blockaden?*

D. Agustoni: Z.B. bereits vor oder während der Geburt durch Drehbewegungen oder Druck. Die Schädelknochen können während des Geburtsvorgangs bis zu 1,5 Zentimeter überlappen. Die dadurch entstehenden Restriktionen können uns ein Leben lang begleiten und später eine Vielzahl von Beschwerden oder gar Beeinträchtigungen im Emotionalen und Seelischen hervorrufen. Blockaden können aber auch durch Unfälle und Stürze entstehen. Der Körper kompensiert die entstandenen, vielleicht auch nur kurzzeitigen Beeinträchtigungen, und es kann in der Folge zu Störungen im Bewegungsapparat, Herz-/Kreislauf- sowie Gehirn- und Nervensystem kommen. Ich hatte einmal einen Klienten, der über einen Druck hinter dem rechten Auge klagte.



Die Ursache war dann letztlich eine zurückliegende Meniskusoperation, aus der sich eine kompensatorische Blockade vom Becken bis in den Kopfbereich ergeben hatte. Nach Lösen dieser Blockaden war er symptomfrei. Störungen des Craniosacralsystems können aber auch durch körperliche Überbeanspruchung oder durch Bewegungsmangel entstehen.

GN: *Sind es immer äussere Einflüsse, die Blockaden hervorrufen können?*

D. Agustoni: Nein, auch psychoemotionale Einflüsse können zu Blockaden führen. Wenn jemand ständig seine Gefühle unterdrücken muss, dann zeigt sich dies über kurz oder lang auch im Körper.

GN: *Hat denn eine Craniosacral-Behandlung auch Auswirkungen auf die seelische Situation des Klienten?*

D. Agustoni: Ja, das ist ja das Fantastische. Durch eine Behandlung werden die Körperstellen, die etwas halten, gelöst und das so genannte Zellgedächtnis meldet sich.

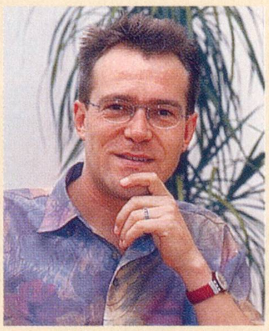
GN: *Was versteht man darunter?*

D. Agustoni: Wir gehen davon aus, dass alle Zellen eine Art Gedächtnis besitzen. Der Organismus reagiert auf physische und psychische Sondersituationen. Beeinträchtigungen der Zellen können sowohl durch äussere physische Einwirkungen (Verletzungen, Stürze, Prellungen) entstehen, wie auch durch psychische Ereignisse. Ein Schreck oder ein Schock hinterlässt im Körper seine Spuren in Muskeln, Zwerchfell, Atem, Augen, Hormonausschüttung. So kann man davon ausgehen, dass sich extreme oder permanente psychische Belastungen bis auf die Körper- und Zellebene auswirken. Schlage ich z.B. meinen Kopf schmerzhaft und massiv irgendwo an, so werden die Zellen dort mit Rückzug und Abkapselung reagieren. Dieser Selbstschutz hilft der Zelle, für einen erneuten, ähnlichen Angriff gewappnet zu sein. Das Zellgedächtnis speichert somit die Informationen des Schmerzes und der Ausweich- und Schutzreaktion als Einschränkung. In der Craniosacralbehandlung kann es dann passieren, dass die behandelte Körperregion vielleicht heiss oder kalt wird oder sie beginnt zu pochen oder zu vibrieren und dabei kann sich diese Schockerinnerung aus den Zellen lösen. Dies wird vom Klienten als Entlastung, als Empfindung von Weite wahrgenommen. Das hat dann auch Einfluss auf die Emotionen und das ganzheitliche Empfinden. Wenn sich dieses neue Körpergefühl mehr und mehr verankern kann, hat das natürlich unmittelbare Effekte auf die psychoemotionale Situation.

GN: *Wie sieht denn so eine Behandlung aus?*

D. Agustoni: Zuerst ertastet der Behandler, wo bei dem Klienten die Körperblockaden sitzen und wo der Craniosacralrhythmus frei fliesst. Danach findet eine Art Handauflegen mit ganz geringem Druck statt. Dabei werden die Hüllen des zentralen Nervensystems angesprochen, die Hirn- und Rückenmarkshäute, und dadurch wird das Fluktuieren des Liquors verbessert. Das zentrale Nervensystem wird dabei unterstützt, Selbstregulation, Selbsthei-

Daniel Agustoni



Daniel Agustoni, geboren 1964, beschäftigt sich seit 1987 mit verschiedenen körpertherapeutischen Methoden sowie mit den Bereichen Tiefenentspannung und Komplementärmedizin. Seit 1990 leitet er eine eigene Praxis. Er ist Begründer und Leiter des Sphinx-Craniosacral-Instituts in Basel mit reger Kurstätigkeit in der Schweiz, Deutschland und Italien. Dort kann auch eine Therapeutenliste angefordert werden (bitte Rückporto beilegen):

Daniel Agustoni
Sphinx-Craniosacral-Institut
Rütlistrasse 51, Postfach 629, CH-4003 Basel
Tel. CH 061/274 07 74
Internet: www. Craniosacral.ch

Literatur:
Daniel Agustoni: Craniosacral Rhythmus
Praxisbuch einer sanften Körpertherapie
München 1999, sFr 35.90/DM 38.90

lungskräfte und unsere Immunstärke werden gefördert. Der Klient liegt während der Behandlung bekleidet auf einer Liege. Ab und zu wird er gefragt, wie er sich fühlt und was gerade in ihm passiert. Dadurch wird das Körperbewusstsein geschult.

GN: *Bleibt der Klient ansonsten passiv?*

D. Agustoni: Der Klient selber entscheidet, ob er die Behandlung von innen unterstützen möchte. Er darf sogar einschlafen. Er kann seinen Beitrag zur Behandlung aber dadurch leisten, dass er seine Aufmerksamkeit dorthin lenkt, wo die Hände des Behandlers gerade aufliegen oder wo sich Empfindungen im Körper gerade bemerkbar machen.

GN: *Wie erlebt der Klient die Behandlung?*

D. Agustoni: Die Empfindungen können sehr unterschiedlich sein. Zunächst tritt bei den meisten eine tiefe Entspannung ein. Diese ermöglicht es dem Klienten, die Empfindungen auf körperlicher, energetischer, emotionaler und geistiger Ebene klarer und intensiver wahrzunehmen und die Aufmerksamkeit gezielt auf die Botschaften des Körpers zu richten. Durch die innere Weisheit erfahren wir, was gut für uns ist. Über unseren entspannten Körper haben wir angenehmen Zugang zu allen Ebenen unseres Daseins.

GN: *Wie lange dauert eine Sitzung?*

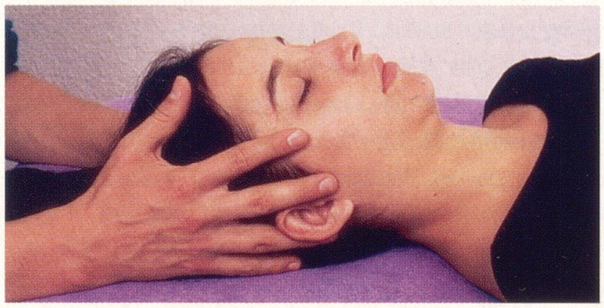
D. Agustoni: Inklusive Vor- und Nachgespräch ca. 60 bis 90 Minuten. Das hängt jeweils vom Verlauf der Behandlung ab.

GN: *Und wieviele Behandlungen sind nötig, um die Beschwerden zu lindern?*

D. Agustoni: Auch das ist unterschiedlich und hängt jeweils vom Klienten und seinen Beschwerden ab. Bei manchen Menschen setzt der erwünschte Selbst-Regulationseffekt bereits nach wenigen Sitzungen ein. In der Regel werden in sechs bis zehn Sitzungen schon gute Ergebnisse erzielt.

GN: *Mit welchen Beschwerden kommen Ihre Klienten zu Ihnen?*

D. Agustoni: Die Craniosacral-Arbeit ist eine Methode, die an zentralen Stellen des Körpers ansetzt und verhilft diesem zu mehr Balance und Integration. Dadurch weist diese Körperarbeit ein grosses Anwendungsspektrum auf und kann für viel Bereiche hilfreich sein. Dabei geht es zum einen um die Gesunderhaltung und das Wohlbefinden, darüber hinaus aber auch um die Behandlung von verschiedenen Formen des Unwohlseins, nämlich allgemein verbreiteten «Zivilisationsbeschwerden» oder psychosomatischen Beschwerden. Darunter fallen z.B. Allergien, Kopfschmerzen, Menstruationsbeschwerden, Verdauungsprobleme oder Stresssymptome wie Zähneknirschen, Schlaflosigkeit, Tinnitus oder Hyperaktivität. Ich habe auch mit grossem Erfolg so genannte Schreikinder behandelt, die nach wenigen Behandlungen zu ganz normalen, ruhigen, ausgeglichenen Kindern wurden.



GN: *Gibt es bei der Craniosacralarbeit auch Möglichkeiten der Selbstbehandlung?*

D. Agustoni: Ja, man kann sich sehr gut selbst behandeln. Natürlich bedarf es dafür ein bisschen Übung, denn der subtile Craniosacral-Rhythmus ist nicht von jedem auf Anhieb zu erspüren. Es braucht ein bisschen Zeit und Geduld, um die Wahrnehmung der Hände zu schulen. In meinem Buch habe ich mehrere Möglichkeiten zusammengestellt, auf welche Weise die Selbstpalpation geübt werden kann, ob im Liegen, oder z.B. im Sitzen.

GN: *Ist Craniosacraltherapie bei Kindern besonders wirksam?*

D. Agustoni: Bei Kindern befindet sich ja der Körper noch in der Entwicklung und im Wachstum. Wenn bei ihnen der Liquorfluss beeinträchtigt und dadurch die Funktion des zentralen Nervensystems vielleicht auf unmerkliche Weise eingeschränkt ist, kann das zu Beschwerden im Erwachsenenalter führen, die durch eine frühe Behandlung hätten vermie-

→→ **Lesen Sie bitte weiter auf S. 37**

Der zweite Puls

Fortsetzung des Interviews von Seite 30 bis 32

den werden können. Beim Kind können während der Geburt z.B. im Hirn Blutgefässe sowie Nerven eingeengt werden. Auch das Hinterhauptsbein ist grosser Spannung ausgesetzt, was den Bereich des Hinterhauptsloches beeinträchtigen kann. Zahlreiche Lern- und Konzentrationsstörungen sind bedingt durch Kompression und Fehleinstellungen der Schädelknochen und können durch Craniosacralarbeit behoben werden. Bei Kindern und Jugendlichen mit Zahnkorrekturen können die natürlichen, freien Bewegungen des Craniosacralrhythmus eingeengt sein. Zahnkorrekturen können zu Engegefühl, Kopfschmerzen, Lernstörungen und verminderter Blutversorgung des Gehirns, bei langjähriger Einschränkung sogar zu Organerkrankungen führen. Bei Kindern und Jugendlichen sind die Knochen noch relativ flexibel und dadurch formbar. Mit wenigen Behandlungen kann man bereits gute Ergebnisse erzielen.

GN: *Wie sind Sie selbst denn zur Craniosacraltherapie gekommen?*

D. Agustoni: Früher arbeitete ich im Bereich der Unterhaltungselektronik. Irgendwann ging es mir so schlecht, dass ich mich entschloss, eine Psychotherapie zu machen. Dort habe ich dann kapiert, dass die Probleme ja nicht nur im Kopf sondern auch im Körper sitzen und habe begonnen, mich für verschiedene körperorientierte ganzheitliche Therapieverfahren zu interessieren. Im Rahmen meiner Ausbildung «Biodynamische Massage» bin ich dann auf einen Trainer getroffen, der uns zwei Griffe gezeigt hat, die bei mir eine phänomenale Wirkung hatten. Sie verhalfen mir zu einem ganz wichtigen und tiefen Entspannungserlebnis, das noch Wochen danach wirkte, wenn ich es mir in Erinnerung rief. Und da wollte ich natürlich gleich wissen, was das für eine Methode war. Es war die Craniosacral-Arbeit, in die ich mich dann mehr und mehr vertiefte. • BG

Therapeutenliste auch b.

Schweizerischer Berufsverband für
Craniosacral-Therapie SBCT
Postfach, 8044 Zürich
Tel. 0878 800 214
Fax 0878 800 314
www.cranioverband.ch

Impressum

A. Vogel's Gesundheits-Nachrichten
Zeitschrift für Naturheilkunde
Januar 2002, 59. Jahrgang
erscheint 11 mal im Jahr

Redaktionsadresse
Verlag A.Vogel AG
Hätschen, Postfach 63
CH-9053 Teufen
Telefon 071/335 66 66,
v.Ausland: ++41 71/335 66 66
E-Mail: info@verlag-avogel.ch

Internet
www.verlag-avogel.ch
www.g-n.ch

Herausgeberin
Denise Vogel

Redaktion
Chefredaktion:
Ingrid Zehnder-Rawer (IZR)
Stellvertretung:
Clemens Umbricht (CU)

Mitarbeiter
Jochen Bielefeld (JB)
Angelika Eder (ed)
Bernd Görner (BG)
Maria Habich (MH)
Dr. Oswald Iten
Jrène Lutz (Leserforum)

Copyright
by Verlag A.Vogel AG

Gestaltung/Satz, Lithos
Seelitho AG, Stachen

Fotos
Aura, Baumann, Blue Planet, Comstock, Incolor, Prisma The Image Bank, Sutter, Keystone, Bioforce, Heinz Suter

Druck
Zollikofer AG, St. Gallen

Papier
Chlorfrei gebleicht

Jahresabonnement
Schweiz CHF 33.–
EU Euro 22.–
übriges Europa CHF 38.–
Naher Osten, N-Afrika CHF 45.–/ Euro 30.50
Andere Länder CHF 48.–/ Euro 32.50

Einzelheft
CHF 3.30/Euro 2.20

Anzeigenverwaltung
Silvia Loher
Telefon 071/335 66 70

Abonnemente
Verlag A.Vogel AG, Hätschen, Postfach 63, CH-9053 Teufen
Telefon 071/335 66 55
Fax 071/335 66 88
für Deutschland und Österreich:
Telefon 0041 71/335 66 55
Fax 0041 71/335 66 88

Abonnementszahlungen
Mit beilieg. Einzahlungsschein:
In der **Schweiz**:
Postscheckkonto Nr. 90-7440-5
Verlag A.Vogel AG, 9053 Teufen
CREDIT SUISSE St.Gallen
Konto-Nr. 539-420524-71
Verlag A. Vogel AG, 9053 Teufen
in **Deutschland**:
Postbank D-76127 Karlsruhe
Konto-Nr. 0070082756
BLZ 660 100 75
Verlag A.Vogel AG
CH-9053 Teufen
in **Österreich**:
Raiffeisenbank A-6800 Feldkirch
Konto-Nr. 2.040.194
BLZ 37422
Verlag A. Vogel AG
CH-9053 Teufen
übriges Ausland:
Bankscheck, ausgestellt auf:
Verlag A.Vogel AG
CH-9053 Teufen