



COMO ACTUA LA TERAPIA CRANEO SACRAL

Sistema de terapia manual suave y profundo, desarrollado por el osteopata estadounidense Dr. William G. Sutherland a comienzos de siglo.

La Terapia Craneosacral se basa en el principio de la existencia de una pulsación rítmica sutil que emerge en los tejidos y fluidos del núcleo del cuerpo, que se denomina Impulso Rítmico Craneal.

Este impulso puede ser percibido como un movimiento respiratorio sutil en todas las estructuras que componen el sistema craneosacral (encéfalo, médula espinal, liquido cefalorraquídeo, meninges, huesos craneales, pelvis y sacro), y se transmite también a todos los órganos y tejidos corporales.

La potencia y calidad con que emerge y se transmite este impulso a todo el organismo determina su estado de salud y vitalidad.

¿Cómo funciona y que sentimos durante la sesión ¿

El paciente siente el contacto ligero de las manos del terapeuta entrenado en escuchar los movimientos sutiles del cuerpo, sus ritmos, pulsaciones y patrones de congestión y resistencia. Esta escucha proporciona información importante sobre el funcionamiento de la persona en su totalidad.

En respuesta a golpes físicos, o tensiones, problemas emocionales, etc. los tejidos del cuerpo se contraen. En ocasiones, esta contracción -sobre todo si el golpe ha sido fuerte o el trauma emocional intenso- queda contenida en el cuerpo, limitando su buen funcionamiento, y creando restricciones que provocan problemas que pueden durar años. El movimiento craneosacral las refleja como áreas de congestión o restricción.

El terapeuta utiliza sus manos para reflejar al cuerpo del cliente el patrón que está conteniendo; al hacerlo, éste tiene la oportunidad de soltar ese patrón restrictivo y encontrar una nueva forma de organizarse.

El complejo cuerpo-mente es un sistema espontáneamente autoorganizado que, al recibir la información correcta de su propio desequilibrio, tiene la capacidad de equilibrarse por sí mismo.

Siguiendo este principio fundamental, el terapeuta nunca impone nada sobre el cuerpo de la persona, ni fuerza a su organismo a hacer algo para lo que todavía no está preparado. Es el mismo sistema del cliente el que lleva la directriz de su proceso de curación.



El terapeuta craneosacral sigue las pautas que le indica el cuerpo para curarse.

Cuando se liberan las tensiones, se libera también la energía que antes se utilizaba para mantener la contracción. Por lo tanto, uno de los beneficios de esta forma de terapia corporal es aumentar nuestro nivel de energía, pudiendo también producir una relajación más profunda.

Una parte integral de este trabajo es la toma de conciencia del propio proceso vital por parte del paciente

Generalmente es necesario realizar una serie de sesiones para obtener todos los efectos beneficiosos que esta terapia puede ofrecer.

