



Craniosacral Therapie  
Body-Mind Centering  
Katharina Bamberger

## Craniosacral Therapie

### Grundlagen

Dr. William Garner Sutherland (1873–1954), ein amerikanischer Osteopath, hatte im letzten Studienjahr seiner osteopathischen Ausbildung eine Eingebung: Beim Anblick eines Schädelmodells kam ihm der Gedanke, dass die Schädelknochen, entgegen der Lehrmeinung der klassischen Medizin, nicht fest verwachsen, sondern beweglich miteinander verbunden und für Bewegung entworfen sind.

Diese Idee liess ihn nicht mehr los, und er begann in den ersten Jahren seiner osteopathischen Praxistätigkeit Nachforschungen anzustellen. Seine Annahme bestätigte sich: Die Schädelknochen bewegen sich in einem fein abgestimmten Atemrhythmus, und diese Atembewegung ist physiologisch bedeutsam. Seine Entdeckungen führten ihn auf eine lebenslange Forschungsreise: Er entwickelte, angespornt von seinen aussergewöhnlichen Erfolgen, eine neue Behandlungsform: die Craniale Osteopathie.

Sutherland beschreibt die Aufgabe des Behandelnden so: «Sie stellt sich zum grossen Teil seinen Händen; sie besteht darin, ursächliche Faktoren in und durch alle Körpergewebe hindurch festzustellen. Das ist ähnlich schwierig wie die Stecknadel im Heuhaufen zu finden und erfordert Finger mit Gehirnzellen an den Fingerspitzen, Finger die fühlen, sehen und denken können. Sie sollen wie Detektive sein, begabt darin, Verborgenes aufzuspüren.»

Heute ist die Craniosacral Therapie eine eigenständige komplementärtherapeutische Methode.

### Ablauf

Zu Beginn kläre ich gemeinsam mit Ihnen Ihr Anliegen. Danach folgt die Behandlung auf der Liege in einer Atmosphäre von Stille und Achtsamkeit.

Je nach Bedarf begleite ich während der Behandlung auch mit einem prozessorientierten Gespräch. Im Raum lassenden Dialog erkunden Sie tiefere Schichten Ihres Themas, immer in Verbindung mit Ihrem körperlichen Empfinden. Der Körper wird Schlüssel zu neuen Erkenntnissen.

### Praxisraum



Mein Praxisraum ist im Hagenbuchquartier in St.Gallen an der Goldbrunnenstrasse 42, ruhig gelegen mit Blick auf den Hagenbuchwald.

Er ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar. Nehmen Sie den Bus Nr. 7 ab Bahnhof St.Gallen, Richtung Neudorf und steigen Sie an der Haltestelle Hagenbuch aus. In 2 bis 3 Gehminuten gelangen Sie zur Goldbrunnenstrasse 42. Hinter dem Haus hat es reservierte Parkplätze.

**Katharina Bamberger**  
Körpertherapeutin und  
Bewegungsforscherin

Goldbrunnenstrasse 42  
9000 St.Gallen

071 244 50 92  
078 891 98 04  
info@katharinabamberger.ch

[www.katharinabamberger.ch](http://www.katharinabamberger.ch)