

## Geniaal door zijn eenvoud

In de jaren 1970 tot 1975 verdiepte de Amerikaanse arts en osteopaat dr. John E. Upledger zich in het craniosacrale systeem. Dat was al ontdekt en omschreven door twee Amerikaanse artsen, Andrew T. Still (1828-1917) en William G. Sutherland (1873-1954). Still is de grondlegger van de osteopathie, Sutherland van de craniale osteopathie. Still en Sutherland ontrafelden proefondervindelijk de functie van de beweeglijkheid van de lichaamsstructuur. De relatie tussen lichaam en geest – die Still ontdekte – goot Upledger in een praktisch uitvoerbaar concept. Dat kon eenvoudig in een therapievorm worden toegepast. Upledger herenigde dus lichaam en geest in een fysieke-energetische-emotionele communicatie. En zo kwam het holistische karakter van de behandelingsmethode, zoals Still het oorspronkelijk bedoelde, tot zijn recht.

## Beweging tussen schedel en heiligbeen

Het centrale zenuwstelsel verwerkt de prikkels van binnen en buiten het lichaam en reageert erop. Het bestaat uit de hersenen en het ruggenmerg, die omgeven zijn door drie vliezen. Het buitenste vlies hecht zich bovenaan aan de schedel (cranium) en onderaan aan het heiligbeen (sacrum). Tussen de twee meest naar binnen gelegen vliezen vloeit het cerebrospinale vocht en voedt het centrale zenuwstelsel. Ook essentieel voor een goede werking van het centrale zenuwstelsel is de subtiële beweeglijkheid van de vliezen – die overal in het lichaam voelbaar is. Het craniosacrale systeem bestaat uit: de benige structuren waaraan de vliezen zich vasthechten, het cerebrospinale vocht, én de structuren die dit vocht aanmaken, doen circuleren en opnemen.

*“Bewegen is leven!”*

## Weefselgeheugen wakker maken

Fysieke, psychisch-emotionele of energetische oorzaken doen blokkades in ons lichaam ontstaan. De informatie hierover ligt opgeslagen in het weefselgeheugen. Dat wordt door de therapeut als het ware wakker gemaakt. Hij plaatst hiervoor zijn handen, precies en zacht, op (spanningsdelen van) het craniosacrale systeem.

De therapeut vergemakkelijkt de communicatie tussen de psyche, de emotie, en het lichaam van de patiënt. De beweging binnen het craniosacrale systeem – het craniosacrale ritme – speelt hierbij een belangrijke rol in de communicatie en de evaluatie, waarneembaar door de therapeut. De patiënt komt in contact met zijn ‘innerlijke weten’ en kan zich bewust worden van de betekenis van de blokkades. Craniosacraal therapie helpt de patiënt ‘luisteren’ naar zijn lichaam. Ze is niet-sturend, want ze spreekt het eigen correctiemechanisme van het lichaam van

de patiënt aan om blokkades op te heffen. Met als doel: een lichaamsstructuur die opnieuw in harmonie met zijn omgeving functioneert. En als ultieme doel: een mens die zich écht beter voelt.

---

*“De craniosacraal therapie legt de brug tussen de klassieke, anatomisch-fysiologische gezondheids-wereld en de energetische.”*

---

## Helende of ondersteunende werking

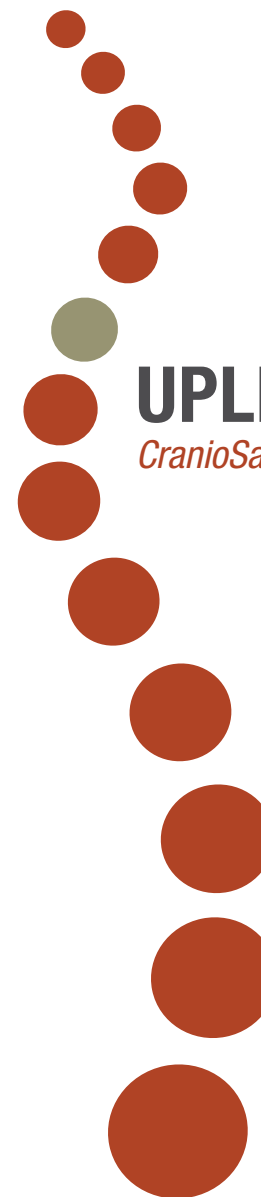
De bijdrage van de craniosacraal therapie kan heel waardevol zijn in de behandeling van:

- hoofdpijn en migraine;
- stress en slapeloosheid;
- nek- en rugklachten;
- bekkeninstabiliteit;
- gestoorde werking van het kaakgewricht en aangezichtspijnen;
- spijsverteringsklachten, darmkrampen en constipatie door stress;
- ademhalingsproblemen en astma;
- rhinitis, sinusitis, otitis;
- chronische vermoeidheid, lusteloosheid en depressie;
- emotionele en posttraumatische problemen;
- fibromyalgie.

Ook baby's en kinderen kunnen baat hebben bij een behandeling met craniosacraal therapie in het geval van:

- geboortetrauma's (vervormingen van de schedel, torticollis);
- huilbaby's;
- reflux en constipatie;
- hyperactiviteit;
- bedwateren;
- motoriek- en coördinatieproblemen;
- leer- en gedragsmoeilijkheden,
- concentratiestoornissen;
- dyslexie en dyscalculie;
- autistiforme syndromen.

Dit is een indicatieve lijst.



**UPLEDGER**  
*CranioSacral Therapy®*



## Upledger Instituten wereldwijd

In 1985 stichtte dr. John E. Upledger in Florida (VS) het Upledger Institute. Uit zijn baanbrekend onderzoek, met een team wetenschappers, vloeiden de fundamenteën van de craniosacraal therapie.

In het najaar van 1998 zag het Upledger Institute Belgium (UIB) het levenslicht. In 2001 werd de UIB vzw opgericht met twee doelstellingen. Eén: onderzoek doen naar en onderricht en informatie verstrekken over alternatieve, complementaire geneeswijzen – in het bijzonder de craniosacraal therapie. Twee: (para)medisch en alternatief geschoolden uit de gezondheids- en welzijnssector opleiden in de craniosacraal therapie.

Het Upledger Institute Belgium wordt door Upledger International en al de Upledger Instituten wereldwijd erkend.

## Kennis integreren in de praktijk

In de opleiding tot craniosacraal therapeut en de aanvullende cursussen ontwikkel je sensitieve, palpatoire en intuïtieve vaardigheden. Die helpen je blokkades in het craniosacrale en fasciale systeem opsporen en behandelen. Daardoor krijg je meer inzicht in hoe deze blokkades de mens in zijn geheel – zijn lichaam én geest – beïnvloeden.

Anatomie en fysiologie zijn basisvakken. Daarna komt somato-emotional release aan bod – of het 'losmaken' van onderdrukte emoties die in het lichaam worden 'vastgehouden'. Theorie én praktijk zijn belangrijk. Want wat we écht willen, is dat je de opgedane kennis meteen in je behandelingen integreert.

De docenten van het Upledger Institute Belgium zijn door Upledger International opgeleid en erkend. Ze zijn allemaal met hart en ziel craniosacraal therapeut en hebben een paramedische basisopleiding als osteopaat, kinesitherapeut of psycholoog.

**De certificaten die het Upledger Institute Belgium aflevert, worden door alle Upledger Instituten (Europa, Azië, Zuid-Amerika, Verenigde Staten, Canada) erkend.**

De craniosacraal therapie heeft zich wereldwijd ontwikkeld en het aantal (para)medisch geschoolde zorgverleners die hierin worden opgeleid, neemt voortdurend toe. Daarom vergoeden zorgverzekeraars deze therapie al in sommige Europese landen.

Voelen ... Ervaren ... Weten

Wil je meer informatie over craniosacraal therapie, de opleiding of zoek je een therapeut?

Kijk dan op [www.upledger.be](http://www.upledger.be) of neem contact op met het secretariaat op **0496 381740**.



*Craniosacraal therapie®*

Volgens grondlegger John E. Upledger



UIB vzw

Maatschappelijke zetel: Theo Lambertlaan 13, 1070 Brussel  
Ondernemingsnummer: 0473 73 57 26