

Sanfte und tiefgreifende Körperarbeit

Vor einem Monat eröffnete Martina Ringgenberg in Goldswil ihre Praxis für Craniosakral-Therapie.

«Bei der Craniosakral-Therapie geht es vor allem darum, die Selbstheilung anzuregen und auf den Körper zu hören», erklärt Martina Ringgenberg. «Die körpereigenen Ressourcen werden gestärkt und lösen so positive Veränderungen aus.» Durch das Spüren des craniosakralen Rhythmus kann die Therapeutin Blockaden im Körper erkennen und entsprechend behandeln. Natürliche Heilungsmechanismen werden stimuliert und fördern das Gesunde. «Das heisst, wir arbeiten nicht mit der Krankheit, sondern mit der Gesundheit», unterstreicht Martina Ringgenberg. Wichtig ist ein ausführliches Erstgespräch, das der Therapeutin Aufschluss über das Befinden und die Anliegen des Patienten gibt.

Vielseitige Therapie

Die Behandlung selber ist äusserst entspannend. «Ich kommuniziere durch meine Hände mit dem Körper, nehme über den craniosakralen Rhythmus die Blockaden wahr und bringe die Flüssigkeit wieder in Gang», erklärt die 36-Jährige. «Wichtig ist für mich, die Gesamtsituation des Klienten zu betrachten. Die Therapie ist vielseitig und kann für Migräne, Schlaf-, Hormon-, und Fruchtbarkeitsstörungen sowie auch nach Unfällen, zur Verbesserung der Selbstregulation der Organe, von Erschöpfungszuständen, Depressionen,



Im Dezember eröffnete Martina Ringgenberg ihre eigene Praxis für Craniosakral-Therapie.

Foto: Brigit Schellegger

Tinnitus, Beckenschiefstand und vielem mehr angewandt werden. Auch chronische Dysfunktionen und alte traumatische Erinnerungen, die sich als energetische Blockaden festgesetzt haben, können sich oft durch spontane Bewegungen lösen. Wenn sich dann diese Blockaden aufgelöst haben, kann die Heilung von innen he-

raus beginnen. Der Organismus kann sich wieder regenerieren. Die Anzahl der Sitzungen, die jeweils eine Stunde dauern, orientieren sich am Heilungsprozess, wobei die erste Behandlung bei Martina Ringgenberg kostenlos und unverbindlich ist. «Einige meiner Patienten bemerken bereits nach der ersten Sitzung eine Verbesserung ihrer Be-

schwerden, bei anderen dauert es etwas länger. Grundsätzlich sollte mindestens eine Woche zwischen den Anwendungen liegen, damit der Körper selber weiterschaffen kann.»

Eigene Erfahrungen

Die Craniosakral-Therapie ist aus der Osteopathie entstanden und wurde Anfang des 20. Jahr-

hunderts weiterentwickelt. Der Name setzt sich aus den Begriffen Cranium (Schädel) und Sacrum (Kreuzbein) zusammen. Die Therapie spricht den Menschen in seiner Ganzheit an, stärkt das Immunsystem und mobilisiert das autonome Nervensystem, sodass die Abwehrkräfte des Körpers aktiviert werden. Martina Ringgenberg kam nach einem

Unfall, der ein starkes Schultertrauma auslöste, als Patientin zur Craniosakral-Therapie, als ihr keine andere Behandlung die Beschwerden lindern konnten. Durch die Therapie stellte sich dann eine stetige Besserung ein, bis sie schliesslich fast beschwerdefrei wurde. Dieser Therapieerfolg bewog die junge, ausgebildete Pflegefachfrau HF dazu, sich intensiver mit dem Thema zu beschäftigen und schliesslich die Ausbildung zur Craniosakral-Therapeutin zu beginnen. Im September 2013 schloss sie die Ausbildung mit dem Diplom ab, nachdem sie bereits über zweieinhalb Jahre erfolgreich praktizierte und über 100 Behandlungen durchgeführt hat. Wichtig sind ihr die Weiterbildungen, wobei als Nächstes die Familiensystemstellung und die Anwendung von Bachblüten auf dem Plan stehen. Die Behandlung ist von den Krankenkassen anerkannt und wird teilweise von der Zusatzversicherung übernommen. Termine können bequem online über die Website www.cranio-sakral.ch oder telefonisch unter 079 464 37 65 gebucht werden. (sb)

Nr. 128873, online seit: 16. Januar – 10.02 Uhr

Martina Ringgenberg
Craniosakral-Therapie
Dorfgrasse 28, 3805 Goldswil
Telefon 079 464 37 65

info@cranio-sakral.ch
www.cranio-sakral.ch