

Biodynamisk kraniosakral terapi, vad är det egentligen?

De senaste dagarna har det från tre olika håll aktualiserats för oss att det är svårt att förstå vad som är skillnaden mellan kraniosakral terapi och just *biodynamisk* kraniosakral terapi. Inte så konstigt kanske. Vår terapiform har begåvats med ett inte helt enkelt och begripligt namn, och dessutom med ett prefix som inte gör det tydligare.

Kraniosakral terapi utvecklades ur osteopatin. *Kranio-* syftar alltså på kraniet och *sakral* på sakrum eller korsbenet. Historiskt sett fokuserades det främst på dessa specifika delar av anatomin, vid sidan av nervsystem och ryggradsvätska. Än idag praktiseras ett tio-steps protokoll¹ där terapeuten går efter ett förutbestämt schema i behandlingen. Denna typ av behandling syftar till att påverka membran, vätska och skelett att röra sig på ett förmodat idealt vis.

Det enklaste sättet att beskriva biodynamisk kraniosakral terapi är kanske att säga att vi inte behandlar utifrån något liknande schema. Vår praktik fokuserar på de rörelser som finns i alla oss som lever och som är källan till hälsa. Dessa rörelser uttrycks bland annat i vävnader och vätskor.

Biodynamisk kraniosakral terapi är en djup form av lyssnande som genomsyras av tillit till kroppens egna läkande förmågor. Genom en medveten närvaro och stilla beröring kopplas terapeutens livskraft samman med klientens. Ur detta finns en möjlighet att nå de djupare rytmer som en levande kropp uttrycker. Här inleds också vad som skulle kunna kallas den inneboende läkeprocessen². Vår roll blir då att katalysera och reflektera denna. Genom att terapeuten inte har någon plan kring hur behandlingen ska se ut, vilket utfall den ska få eller hur en kropp bör fungera ges systemet största möjliga chans att lösa upp blockeringar och återgå till sitt eget naturligt kraftfulla läge.

¹ <http://upledger.ie/wp-content/uploads/2010/01/products-cst-poster.jpg>

²För dig som sedan tidigare är bevandrad i Kraniosakral terapi kan det vara intressant att veta att vi här syftar på fenomenet "den inre behandlingsplanen". Den inneboende läkeprocessen har adopterats från Scott Zamurut (<http://www.santafeschoolofmassage.com/biodynamic-craniosacral-therapy/>). Anledningen att vi valt detta begrepp istället är för att det, i vår mening, bättre representerar vad vi upplever händer i en behandling.