



ORGANISATION DER ARBEITSWELT KOMPLEMENTÄR THERAPIE  
ORGANISATION DU MONDE DU TRAVAIL THÉRAPIE COMPLÉMENTAIRE  
ORGANIZZAZIONE DEL MONDO DI LAVORO TERAPIA COMPLEMENTARE

## Description de la méthode de thérapie cranio-sacrée

### Bref descriptif

La thérapie cranio-sacrée part de la constatation que le liquide céphalo-rachidien dans le cerveau et la moelle épinière se meut d'une manière rythmique et que ce rythme se propage dans tout l'organisme et lui fournit des impulsions essentielles. Les thérapeutes peuvent ressentir ce rythme avec leurs mains et donner ainsi des impulsions douces à l'organisme lui permettant de trouver un nouvel équilibre et de mettre en route ses forces d'auto-guérison.

### Historique et philosophie

La thérapie cranio-sacrée a ses racines dans l'Ostéopathie fondée en 1874 par le Dr. Andrew Taylor Still (1828-1917). Still fut le premier à reconnaître l'importance primordiale pour l'organisme du cerveau et plus particulièrement du liquide céphalo-rachidien. Ce dernier est produit dans les ventricules du cerveau ; il protège, nourrit et purifie le cerveau, la moelle épinière et les nerfs. En outre, il est un vecteur important d'informations.

Vers 1900 le Dr. William Garner Sutherland (1873-1954), un élève du Dr. Still, prend véritablement conscience des mouvements rythmiques du crâne (Cranium). Il les palpe dans le cerveau, les méninges, le liquide céphalo-rachidien, dans la colonne vertébrale et dans le sacrum. Parce que ces mouvements sont indépendants de la respiration pulmonaire et du système cardio-vasculaire, et qu'il leur attribue une importance centrale, il les qualifie de mécanisme respiratoire primaire.

Au cours de dizaines d'années d'études Sutherland découvre une force qui met en marche et maintient ces mouvements rythmiques involontaires de la respiration primaire. Il nomme cette force « Puissance » (Potency) et le responsable de cette force, « Souffle de vie » (Breath of Life). L'impact du « Souffle de vie » est exprimé dans le mécanisme respiratoire primaire. Une importance particulière est donnée aux fulcrums, points d'appui énergétiques, autour desquels les processus du corps s'organisent, ainsi qu'aux points d'immobilité (Still points), dans lesquels les mouvements rythmiques du système cranio-sacré parviennent à un état de quiétude

Fin des années 70 l'ostéopathe et chercheur américain John Upledger (né en 1933) utilise pour la première fois le terme de thérapie cranio-sacrée – mot composé de « cranio » pour cranium et « sacrée » pour sacrum. Le Dr. Upledger fait connaître cette méthode au grand public.

Aujourd'hui, chaque rythme et mouvement du système cranosacral suivant sa vitesse et sa qualité porte un autre nom : Influx crânien rythmique (ICR), Mid TIDE, Potency TIDE, Long TIDE. Ces mouvements rythmiques sont palpables dans tout le corps. Une circulation libre du liquide céphalorachidien permet au système nerveux, aux muscles, aux fascias, aux organes, aux os et à tous les tissus de l'organisme humain de communiquer de façon optimale. Les différentes qualités de l'influx crânien rythmique (ICR) donnent en outre des renseignements sur l'état de l'organisme à tous ses niveaux, sur les tensions, les défauts de fonctionnement et les modifications structurelles dans le système nerveux, les fascias, dans les tissus, les organes, les muscles et les os.



ORGANISATION DER ARBEITSWELT KOMPLEMENTÄRTHERAPIE  
ORGANISATION DU MONDE DU TRAVAIL THÉRAPIE COMPLÉMENTAIRE  
ORGANIZZAZIONE DEL MONDO DI LAVORO TERAPIA COMPLEMENTARE

## **Thérapie - Effets – Méthodes de travail**

La thérapie crano-sacrée a lieu en séances particulières. Au début du traitement le/la thérapeute fait une enquête détaillée sur l'état du client et informe celui-ci sur la méthode thérapeutique et sur le déroulement du traitement.

Le /la client(e) est couché(e) sur une table de massage, vêtu(e) d'habits confortables. Le travail peut également se faire assis, debout ou en mouvement ou au sol (particulièrement avec les enfants).

Par palpation (contacts fins) et grâce à une écoute des rythmes du système crano-sacré, le/la thérapeute évalue et traite les tensions dans le tissu conjonctif, dans les organes, dans les muscles et les os. Les thérapeutes peuvent ressentir avec leurs mains le mouvement subtil du liquide céphalo-rachidien et ses différentes qualités. Ils/elles soutiennent avec leur attention et de subtiles impulsions le processus d'auto-guérison de leurs clients et clientes.

Les congestions et autres blocages dans le système cranosacré donnent au/à la thérapeute des indications sur l'endroit où il/elle doit poser ses mains. Ainsi, une sorte de dialogue prend place entre les mains du/de la thérapeute et le corps du client / de la cliente.

Si un fulcrum se manifeste, l'énergie retenue dans ce dernier peut être libérée au moyen de fines impulsions manuelles et/ou de communication avec l'ensemble du système. Au moment où cela se produit, le/la thérapeute perçoit comment l'organisme s'organise dans un nouvel équilibre.

Le système nerveux et le corps entier -de son champ bioénergétique jusqu'à ses cellules- de même que les relations des différents niveaux du corps sont abordés. La thérapie suit l'objectif de l'organisme, qui est de créer un état d'équilibre grâce aux forces d'auto-guérison et aux mécanismes biologiques de régulation.

Les séances peuvent être accompagnées et soutenues verbalement. Toutefois de plus longs moments de silence apparaissent fréquemment. La durée du traitement dépend du client ou de la cliente. Un traitement dure généralement environ une heure, souvent moins longtemps - pour les enfants et les bébés.

Pendant le traitement, des réactions à différents niveaux de conscience peuvent apparaître. Par exemple, des expériences ou images du passé, des pensées, des sensations corporelles et/ou des sentiments peuvent émerger à la conscience. Le/la thérapeute accompagne ces processus aussi par la parole et surtout en se basant sur les ressources, c'est-à-dire qu'il/elle renforce les parts saines dans l'organisme et dans la conscience de son client / sa cliente.

Entre les traitements et/ou après la fin de la thérapie le/la thérapeute fournit au besoin à ses clients / clientes des exercices à pratiquer. Cet effort personnel les aide à acquérir une meilleure perception d'eux-/d'elles-mêmes, à prendre leurs responsabilités et renforce leur compréhension des processus de santé.

**Limites**

La thérapie crânio-sacrée ne peut pas être appliquée ou seulement avec réserve dans les situations où une augmentation de la pression dans le crâne doit être évitée, dans les cas d'anévrismes cérébraux, ainsi que juste après une blessure au crâne ou au cerveau, une commotion ou une hémorragie cérébrale. Au cours de grossesses à risque, dans le cas de maladies psychiques ou de tumeurs malignes la thérapie crânio-sacrée ne peut être appliquée qu'avec une précaution particulière, avec une expérience professionnelle de plusieurs années et éventuellement après accord avec d'autres personnes du domaine de la santé.