

## Historien om Kranio Sakral Terapi

af Britta Andersen

Bliver generelt kaldt for KST eller på engelsk CST, og er et rodskud fra Osteopati.

Osteopati har sine rødder helt tilbage i det 19. århundrede fra Dr. Andrew Taylor Still (1828 – 1917).

Den Osteopatiske Medicin, som Still udviklede efter nogle personlige tragedier inden for hans nærmeste familie. Han indså at de midler man dengang havde inden for lægestanden var utilstrækkelige. Inden hans død var der oprettet adskillige skoler, hvor der blev undervist i Osteopati.

**Dr. William Garner Sutherland (1873-1954)**, udvidede Stills system til også at omfatte kranial Osteopati. Dette arbejde blev samlet og videreudviklet af Harold Magoun i 1950'erne, hvorfra Dr. John E. Upledger lærte det i slutningen af 1960'erne.

Ligesom Upledgers KST er et rodskud fra Osteopati, findes der mange andre retninger i KST, der stammer fra Osteopati, som for eksempel: Hugh Milne, Franklyn Sills, Randolph Stone, Cathy Pliscof og Alain Gehin

Hvis du ønsker at vide mere om de forskellige "forfædre og kusiner", kan du google navnene. Jeg vil her holde fokus på den del af historien som handler om Upledger og den KST som jeg kan forholde mig til.

### Dr. John E. Upledger (1932 – 2012)

Upledger udviklede teknikkerne til hvad han kaldte for "Cranio Sacral Therapy", et kraftfuld og samtidigt et forenklet system, som kunne læres af alle der havde ønske om at studere systemet. Han udviklede 10 trins systemet, som ikke krævede en medicinsk uddannelse og træning for at være effektiv, men som alligevel indeholdt udviklingen og konceptet fra Still og Sutherland.

Upledger fortsatte hele livet igennem indtil hans død, med at udvikle og forfine sit koncept til at blive en holistisk terapi, konstrueret til at støtte klienten i at håndtere deres egen krops evne til at hele, samt vide at kroppen har en naturlig intelligens til at bringe sig i ligevægt.

Upledger "opdagede" det kraniosakrale system", da han assisterede ved en operation, hvor der skulle fjernes noget forkalkning på membranen omkring rygmarven hos én af hans patienter. På den tid var han Osteopat, som er en doktor titel i USA, hans opgave var at holde membranen / rygmarven stille, mens kirurgen skrabede forkalkningen væk.

Men uanset hvor omhyggelig han var og selv om han gjorde sit bedste, så blev membranen omkring rygmarven ved med at bevæge sig, det kunne jo ende ganske alvorligt, bare det mindste slip kunne betyde at patienten kunne blive lam fra halsen og ned.

Membranen blev ved med at bevæge sig rytmisk og i bestemte cyklusser gennem hele operationen. Ingen kunne forklare denne bevægelse, så Upledger blev vældig interesseret i dette fænomen, som han ikke kunne finde nogen referencer til i bøgerne.

Han var fascineret af hændelsen, og fandt senere at dette var den første af flere hændelser, som førte ham på sporet af hvad der for ham blev en livsopgave.

I 1968 deltog Upledger i et kursus på The Cranial Academy, hvor han blev undervist af Dr Harold Magoun. Han lærte at mærke "bevægelsen" af kranieknoglerne og korsbenet gennem forbindelsen i de durale membraner. Han oplevede at DETTE var den bevægelse som han havde set, mens han havde prøvet at

## Min fortælling om Kranio Sakral Terapiens Historie

holde rygmarven rolig under operationen. Kurset ændrede hans liv, han fik kontakt med flere der ligesom Magoun havde lært hos Sutherland, de lærte Upledger at "fintune" hans evner til at palpere og stole på hvad hans hænder fortalte ham.

Fra 1975 til 1983 var Upledger tilknyttet The Faculty of Osteopathic Medicine at Michigan State University (MSU). Foruden at være doktor i Osteopati var han også professor i biomekanik. Så han blev bedt om at lede en undersøgelse, som forhåbentlig kunne bevise at kranieknoglerne var i stand til at bevæge sig hos voksne. Fordi det stadig var en kontroversiel tanke inden for den medicinske verden, at kranieknoglerne skulle kunne bevæge sig (*og det er det stadig*).

Hans team blev sammensat af Anatomilærere, Fysiologer, Biofysiologer og Bioingeniører. Resultatet af deres arbejde bekræftede stort set hvad Sutherland havde opdaget ved at eksperimentere på sig selv, og gennem hans kliniske arbejde. Kranieknoglerne, membraner som var tilhæftet dem, membraner omkring rygmarven og Sacrum, tilsammen med cerebro-spinal væsken (CSF) lavede denne bevægelse i kroppens system, som nu er kendt som det Kranio-sakrale system.

Ved at korrigere restriktioner i dette system, lykkedes det at behandle mange lidelser i hjerne og ryg, som ingen tidligere havde kunne forstå. Upledgers team var de første som formelt satte en model op, der kunne forklare den mulige mekanisme i det Kranio sakrale system.

Mens han arbejdede på MSU, havde han også en privat praksis, hvor han fortsatte med at udvikle nye måder at bruge det Kranio sakrale system på, til at løse eller forbedre helseproblemer som ikke tidligere havde responderet på de mere konventionelle behandlingsmetoder. Hans teknikker blev mere og mere orienteret omkring det bløde væv, væsker, membraner, cellerne og energi, hvilket responderer meget godt med den viden om kvantumfysik, som vinder mere og mere frem lige nu.

Én af hans mest vigtige forskningsprojekter var med børn, som var diagnosticeret med Autistic Spectrum Disorder (ASD). Han fandt ved at undersøgelser at deres kranie membraner var uden undtagelser meget strammere end hos børn uden autisme (*nogle gange kan man ligefrem se, hvordan hjernebinderne har trukket coronalsuturen indad i hovedet*).

Han udviklede teknikker som kunne afslappe membraner, som ville frembringe en forandring i de typiske selvdestruktive handlinger, som fx banke hovedet ind i en væg, yderligere oplevede han ofte en emotionel respons fra denne klient gruppe.

Hans forskning fandt at teknikkerne var gavnlige og at de mere alvorlige ting, inklusiv hovedbankning, tågængeri, og selvskader, enten var tydeligt formindsket eller helt forsvundet i hans gruppe af patienter.

Upledger ønskede at familier med børn, der havde alvorlige former for autisme, kunne blive i stand til selv at behandle deres børn på daglig basis, med tillid til at de kunne gøre en god forskel for deres barn. Han udviklede et program, som han underviste i, som bestod af enkle, men meget kraftfulde teknikker som kunne afhjælpe spændinger i membransystemet. Det var på den måde han grundlagde den nye terapiform Kranio-Sakral terapi, ved at gøre den tilgængelig for dem som ønskede at deltage med et åbent hjerte og gode intentioner.

Han udviklede 10 trins protokollen til forældre som ønskede at hjælpe deres børn, og da han indså at værdien af disse teknikker, skabte han en bro for interesserede behandlere, der ikke havde en medicinsk baggrund, så de kunne lære disse teknikker.

Upledger forstod også at følelsesmæssige oplevelser kunne blive "lagret" eller "optaget" i kroppens bløde væv, og give anledning til fysiske og fysiurgiske symptomer og problemer. Sådanne "gemte" følelser kunne være negative, destruktive og kunne medføre alle mulige kombinationer af fysiske, psykologiske eller

emotionelle traumer. Han udviklede et system for at kunne lokalisere og frigøre disse traumer. Han kaldte dette for Somato-Emotional Release.

På trods af det velansete professorat på MSU, forlod Upledger universitetet for at danne sin egen skole, The Upledger Institute, specielt for at træne ikke medicinske behandlere i Kranio Sakral terapi. Teknikker der ellers tidligere kun blev undervist til Osteopater, men det blev gjort på hans måde – han teknikker blev baseret på Hippokrates princip: "First do no harm"

*"Hippokrates lagde også vægt på at stimulere patientens egne helbredende mekanismer"*

## Stanley Rosenberg

Jeg vil gerne udtrykke et stort TAK til denne mand, som jeg altid har oplevet som en meget givende og hjælpsom person på alle områder. Han har betydet umådeligt meget for mig personligt og som terapeut – ikke kun inden for KST, men også inden for andre kropsterapier.

Stanley Rosenberg var 1970'erne i USA og lærte KST hos Upledger, det samme var andre fremsynede danskere, som i større eller mindre grad har påvirket udviklingen af KST i Danmark. Han startede Rosenberg Instituttet, i starten var hovedvægten lagt på behandlingskurser i ryg, nakke og bækken, samt knogle- og bindevævsmassage. Han udviklede også ALT (Ansigt Løftnings Terapi), men han underviste også i Kranio-Sakral terapi, dengang KST I og KST II.

Stanley Rosenberg hentede i perioden 1995 til 2010 adskillige udenlandske undervisere til henholdsvis Silkeborg og København, her blandt Alain Gehin, James Oschmann, Benjamin Shield og Steven Porges. Hvilket fik stor indflydelse på den Kranio Sakrale terapiform som blev udviklet på hans institut, hvor Alain Gehin's biomekaniske Osteopatiske teknikker blev grundstammen i det som senere blev til KST 3, 3+, 4, 5, 6 og 7

Alain Gehin og Benjamin Shield gav os også mange teknikker og information om arbejde med børn, samt kæbe og kæbeleds problematikker.

James Oschmann, samlede ny viden om forskning i energi, når han besøgte Rosenberg Instituttet, blev der eksperimenteret i hvordan energi kunne påvirke vores fysiske arbejde med kroppen. Det var spændende tider – jeg oplevede at det var meget vigtige informationer han kom med, selv om jeg på daværende tidspunkt ikke rigtigt forstod dem, men jeg kunne jo opleve virkningerne – og hen ad vejen har jeg fundet forståelsen.

På baggrund af Steven Porges forskning omkring the Social engagement, udviklede Stanley Rosenberg med udgangspunkt i Alain Gehin's teknikker den særlige protokol for Social Engagement, der har hjulpet utallige mennesker som har haft det svært med at kunne fungere i menneskelige relationer.

Efter Stanley Rosenbergs institut ophørte, spredtes de forskelligere undervisere fra hans institut ud over landet, og underviser på forskellige skoler. Alle har koblet personlige oplevelser med KST, sammen med alle de nye strømninger der især kommer fra udlandet i denne tid. – også jeg.

Samtidig med Stanley Rosenberg har der været en del andre, som har haft skoler hvor der blev undervist i KST, nogle med udgangspunkt direkte fra Upledger, andre skoler har deres viden fra andre steder. Hvilket i Danmark har givet en mangfoldighed af behandlingsmetoder og holdninger til KST – som jeg oplever er en gave til innovation og fremskridt.

## Britta Andersen

Min far og min klasselærer fortalte mig uafhængigt af hinanden, at uanset hvad jeg ville give mig i kast med af opgaver i fremtiden, så ville jeg kunne klare det, og tilmed gøre det godt - bare det havde min interesse.

Som multipassioneret menneske, har jeg prøvet lidt af hvert i mit liv og har været langt omkring, inden jeg blev behandler med biomedicin, massage, kinesiologi, og Kranio Sakral terapi. Og det længe siden jeg underviste mit første kursus i KST; tilbage i 2001.

For at finansiere mine studier i økonomi, læste jeg som ung i spillekort for folk og ledte efter jordstråler i huse, samt rådgav om Feng Shui (dengang totalt nyt i Danmark) og økonomi. En ret så interessant sammenblanding af emner, der allerede dengang viste mig, at alle aspekter i og omkring et menneske har betydning for om et liv fungerer godt, mindre godt eller fantastisk godt.

Emner som jeg i de senere år har taget op igen, i forbindelse med den forskning der er kommet frem om epi-genetik og kvantum fysik, som til dels handler om hvad der kan slukke og tænde for generne og eventuelt ændre dem.

De første par år bestod min KST arbejde af Upledgers 10 trins program, udvidet med det vi kaldte for KST II, som var lidt mundarbejde og somato emotional release. Så kom osteopaten, Alain Gehin til Danmark og underviste, han af fransk oprindelse og har haft institutter flere steder i Europa. De teknikker jeg har lært hos ham, bærer præg af at han har rejst meget rundt i verden og besøgt forskellige folkeslag og har lært "lokale" behandlingsteknikker.

Det blev så til KST III, IV, V – kurser der refererer til hans bog fra 1982.

Senere underviste Alain Gehin i kurserne KST VI, KST til Børn, KST VII (Sacro Occipital Teknikker), KST og følelser og Viseral massage (organmassage I og II), samt forskellige kurser omhandlende forskellige dele af kroppen, som fx ryg, hofte, nakke og skuldre. Jeg har været med på dem alle, og har undervist på Stanley Rosenberg Institutet i bl. a. Organmassage og KST VI.

Siden 2001 har jeg undervist i Kranio-Sakral terapi og Organmassage hos Stanley Rosenberg instituttet og på min egen skole indtil 2013 og fra 2004 har jeg undervist i Norge i hele uddannelsen (KST I-VII, KST og Hjerne cirkulation, KST til Børn, samt organmassage).

I 2004 så jeg "lyset" halvvejs på Øresundsbroen på vej hjem fra Sverige, hvor jeg havde været i hypnose for rygestop. Rygestoppet virkede ikke, men jeg må have været i en tilstand hvor jeg kunne se en ny vinkel på Kranio-Sakral terapi, for jeg oplevede på et enkelt øjeblik, hvordan jeg skulle skrue en god basisuddannelse sammen. Det blev så en blanding af Upledger teknikker, Alain Gehin teknikker, Stanley Rosenberg teknikker og lidt af mit eget.

Jeg har gennem årene med KST, arbejdet med mange og meget forskellige udfordringer, både hos børn, unge og voksne, men har især arbejdet meget med kæbe- og kæbeleds problematikker, og med min fysiske baggrund for behandling, oplever jeg at der er en forbindelse mellem fødderne, ankelstilling og kæbeledet, som meget nænsomt kan behandles med KST. Denne forbindelse er i øvrigt også gældende i forbindelse med mange andre problematikker, både af psykisk og fysisk karakter. Fordi kroppens oplevelse af balance i det hele taget er vigtigt for vores forgodtbefindende og helbred.

De senere år har jeg arbejdet med den nye forskning om epi-genetik, som bliver mere og mere omfattende. Det er meget spændende at opleve, hvordan vi med KST kan påvirke kroppens systemer ved at invitere denne indgangsvinkel med ind i behandlingen.