

## Mein Weg



Geboren 1968, wuchs ich im ländlichen Süden Hamburgs auf. 15 Jahre war ich als kaufmännische Angestellte im Außenhandel tätig. Mein Wunsch, Menschen auf ihrem Wege zu begleiten und meine Naturverbundenheit, führten mich dazu, eine Ausbildung zur Heilpraktikerin zu absolvieren. Es ist mir besonders wichtig, den individuellen Menschen anzuerkennen und für seine/ihre anstehenden, besonderen Aufgaben individuelle, ganzheitliche Lösungen zu eröffnen.

- 1996 – 1999 Ausbildung zur Heilpraktikerin (Schulen für Naturheilkunde, Hamburg)
- 1999 - 2009 Arbeitskreis Phytotherapie (Pflanzenheilkunde)  
Ltg. Dipl. Biol. I. Kollmorgen (HP)
- 1999 – 2000 Reiki-Ausbildung bis Lehrerin (M. & H. Bunkus, Hamburg)
- 1999 – 2001 Assistenzzeit Praxis I. Kollmorgen
- 2000 Prüfung zur Heilpraktikerin
- 2001 - 2004 Praxismgemeinschaft HH Eilbek
- 2004 eigene Praxis in Wittenborn
- seit 2004 Aufbau des Heilpflanzengartens
- 2004 -2006 CranioSacrale Therapie (Upledger Institut, Lübeck)
- seit 2007 Lese-Arbeitskreis Anthroposophie
- 2008 Böthen (Besprechen) (M. Bunkus, Hamburg)
- 2008 Lichthände nach Attilio Ferrara (H. Bunkus, Hamburg)
- seit 2011 Spagyrik mit Pflanzenessenzen der Firma Phylak Sachsen®

## Wegbeschreibung zur Praxis

Über A 1 aus Richtung Hamburg: A 1 Richtung Lübeck bis Kreuz Bargteheide. SCHARF RECHTS auf A 21 Richtung Bad Segeberg / Kiel abbiegen. Abfahrt Bad Segeberg Nord (Möbel Kraft). Links abbiegen: B 206 Richtung Itzehoe. Durch Rotenhahn fahren. Danach kommt Wittenborn.

In Wittenborn: 2. Fußgängerampel, Bushaltestelle. Nach rechts gelbes Hinweisschild „Wahlstedt“, nach links kein Schild, jedoch Linksabbiegespur. Hier LINKS abbiegen in den Kükelser Weg (Zone 30).

☀ Dritte Straße (= 2. Kreuzung) im rechten Winkel nach links einbiegen in die Seestraße (Hinweisschild „Weißer Brunnen“). Neues Haus Nr. 6 a auf der rechten Seite vor der ersten Verkehrsberuhigung. Parkplätze auf dem Hof vor dem Haus.

### Über A 7

Ca. 20 Min. ab Abfahrt Bad Bramstedt. Links abbiegen: B 206 Richtung Lübeck. Wittenborn kommt nach Bockhorn (Blitz!) und Schafhaus. Gleich nach Ortschild „Wittenborn“ größere Kreuzung. Nach links gelbes Hinweisschild „Wahlstedt“, nach rechts kein Schild. Hier scharf RECHTS abbiegen in den Kükelser Weg (Zone 30). Weiter siehe ☀

### Über die B 432 via Leezen

Nach Leezen, Krems I links abbiegen Richtung Kükels. Straßenverlauf folgen, durch Kükels durch-fahren. Weiter kleine Landstraße. Wittenborn beginnt mit Verkehrsinsel (Zone 30). Zweite Straße rechts („Weißer Brunnen“) in die Seestraße einbiegen.

## Naturheilpraxis Heidi Boye

Therapie & Seminare ♦ Heilpflanzengarten

Seestraße 6 a ☀ 23829 Wittenborn  
Nähe B 206 bei Bad Segeberg/Wahlstedt

☎ (0 45 54) 70 39 74

📖 [www.naturheilpraxis-boye.com](http://www.naturheilpraxis-boye.com)

✉ [leuchtturm6a@t-online.de](mailto:leuchtturm6a@t-online.de)

CranioSacrale  
Therapie



im Rhythmus des Lebens sein

Die CranioSacrale Therapie ist ein Zweig der Osteopathie. Der Arzt der Osteopathie und Chirurgie Dr. John E. Upledger, D.O., O.M.M. (1932 - 2012) begann in den 1970er Jahren in den USA, diese Therapieform zu entwickeln. Ihr Name setzt sich zusammen aus den lateinischen Worten „cranium“ für Kopf und „sacrum“ für Kreuzbein (unterer Bereich der Wirbelsäule). Zwischen dem Kopf und dem Kreuzbein befindet sich das Zentrum des CranioSacralen Systems, die Hirn- und Rückenmarkshäute

Das CranioSacrale System hat übergeordnete, lebenswichtige Funktionen: Unser zentrales Nervensystem (ZNS) = Gehirn und Rückenmark ist umgeben von Liquor, einer dem Blut ähnlichen Flüssigkeit, die sog. Hirn- und Rückenmarkshäute. Das ZNS mit seinem Liquor ist von den Hirn- und Rückenmarkshäuten (Meningen) umhüllt. Der das ZNS umgebende Organismus hat u.a. die Aufgabe zu ernähren und zu schützen. Rezeptoren kontrollieren den Druck in diesem System. So wird die optimale Menge des sich ständig erneuernden Liquors gewährleistet.

Der CranioSacrale Rhythmus entsteht durch die unkontinuierliche Liquor Produktion; ein Rhythmus von 6 – 10 Zyklen pro Minute. Der Liquor wird in den Raum zwischen zentralem Nervensystem und Hirn- bzw. Rückenmarkshäuten abgegeben. Es kommt zu einem Produktionsstopp, sobald der Liquor Raum optimal gefüllt ist. Die Flüssigkeit wird ständig rückresorbiert. Wenn Rezeptoren melden, dass neuer Liquor benötigt wird, wird wieder aufgefüllt.

So erneuert sich der Liquor ständig, um die Ver- und Entsorgung („Ernährung“) des Nervensystems zu gewährleisten. Der Raum um Gehirn und Rückenmark ist immer mit der richtigen Menge Flüssigkeit gefüllt, um auch seine Schutzfunktion ausüben zu können (Puffer bei Erschütterungen).

Der CranioSacrale Rhythmus wird in der Therapie als Anzeiger verwendet: Über das Bindegewebe wird diese sehr feine Bewegung in alle Körperbereiche weitergeleitet. Ist irgendein Gewebe jedoch in seiner Funktion gestört, kann es den Rhythmus nicht (optimal) weiterleiten.

Die CranioSacrale Therapie. Über die Wahrnehmung des CranioSacralen Rhythmus kann der Therapeut feststellen, wo Einschränkungen, Blockaden bzw. Spannungen sind. Mit Hilfe der CranioSacralen Therapie wird dem Körpersystem angeboten Spannungen auszugleichen. Das Lebenssystem des Menschen bekommt die Möglichkeit, sich neu zu aufzustellen, ähnlich einem „reset“ beim PC.

Auslöser für eine Störung kann eine Verletzung oder Überlastung sein. Wurde Gewebe z. B. durch einen Sturz in eine ungünstige Spannungslage gebracht, kann diese aber nicht wieder selbst regulieren, entwickelt sich ein Zug auf das umgebende Bindegewebe. Für den Körper bedeutet das eine Funktionsstörung, die er auszugleichen sucht, z. B. durch Schonhaltung.

Sehr viel später nach dem traumatischen Ereignis - und evtl. entfernt von dem Ort der Krafteinwirkung im Körper - kann es durch diese Funktionsstörung zu Beschwerden kommen. Das Ausmaß hängt davon ab, wie gut die körpereigene Selbstregulierung arbeiten kann.

Ziel der CranioSacralen Therapie ist es, dem Bindegewebe seinen optimalen Spannungszustand zu ermöglichen. So können alle Organe, die sämtlich vom Bindegewebe umgeben sind, ihre naturgegebene Funktion optimaler erfüllen. Wie dieses Ziel erreicht werden kann, hängt von vielen Faktoren ab. Das Lebenssystem des Menschen entscheidet über die machbaren Veränderungen. Es wird kein Zwang ausgeübt, weil der CranioSacral Therapeut die Intelligenz Ihres Körpers achtet.

## Wie der Körper tickt

- Ein (alters) Trauma bzw. ein Schock (körperlich / seelisch / geistig), eine OP / Kaiserschnitt kann z. B. Auslöser für Schulter-Armsyndrom, Migräne, Hormonstörungen, Skoliose, chronische Rückenbeschwerden, Zähneknirschen, Schlafstörungen sein.
- Bei der Geburt wirkt eine große Kraft auf den Übergang zwischen Schädelbasis und Halswirbelsäule des Kindes ein. Es kann zum sog. KISS-Syndrom kommen und in dessen Folge zu: Entwicklungsstörungen (motorisch, sozial, intellektuell), sog. ADS / ADHS, Allergien, Neurodermitis, Migräne, Schielen...
- Der Organismus einer Schwangeren und das Becken der gebärenden Frau wird bis zum Äußersten strapaziert was zu verschiedensten Blockaden führen kann.

Bei einer Fehlfunktion im CranioSacralen System ist es so, als wäre der Körper in einem Kanal eingesperrt. Die Form, in der sich der Mensch bestmöglich entfalten und entwickeln könnte, wäre jedoch ein sich dahin schlängelnder Bach. Die CranioSacrale Therapie verstärkt das Bestreben des Menschen nach seiner individuellen, harmonischen Funktion.

Dieses Bild kann auch für eingefahrene Verhaltensmuster stehen. Wir wollen uns weiterentwickeln, doch fallen immer wieder zurück in alte Muster. Sie haben sich quasi in unserem Körper eingepreßt und müssen auch körperlich losgelassen werden.

---

## PREISINFORMATION MÄRZ 2020

½ h = EUR 30 bis EUR 40,--

Die Kosten richten sich nach der Behandlungszeit an einem Termin, darin sind Beratung, Behandlung und die Zeit für die gesetzlich vorgeschriebene Dokumentation (Notizen) enthalten.

---