



Craniosacral Therapie
Body-Mind Centering
Katharina Bamberger

Body-Mind Centering

Ein Einblick in die Erfahrungsfelder der Körpersysteme

Zellen

Kleinste Lebenseinheiten und Basis aller Gewebe; Körperzellen haben Intelligenz und Bewusstheit; handeln individuell und gleichzeitig für die Gesamtheit des Organismus; verkörpern die Erfahrung von Eins-Sein und Sein.

Knochen

Ermöglichen ein fein abgestimmtes Zusammenspiel von «fest» und «beweglich» durch das Abwechseln von Knochen und Gelenken im Skelett; geben inneren Halt und innere Klarheit.

Organe

Wandeln um, bereiten auf, verdauen, geben ab, sind im Austausch mit der Welt; rund und gewichtig, lebendig und individuell; innere Kraftwerke, aktiv und weise; Heimat von Gefühlen.

Flüssigkeiten

Transportieren, vermitteln und leiten weiter; alle Körperflüssigkeiten sind miteinander verbunden; Grundlage allen Wandels, allen Austausches; wissen um die Rhythmen von Ruhe und Aktivität.

Muskeln

Bewegen unsere Knochen im Raum und bilden ein dreidimensionales Kraftfeld für dynamisches Bewegen; verkörpern Vitalität, Widerstand und Hingabe, Spannung und Entspannung.

Nervensystem

Hochkomplexes Koordinationsnetz; Nerven koordinieren, holen Infos, verarbeiten sie und geben Antworten; verkörpern Wachheit und Präzision, Weisheit und Wahrnehmung auf verschiedenen Ebenen.

Drüsen

In engem Kontakt mit dem Nervensystem; System des inneren Gleichgewichtes auf chemischer Ebene sowie auf der Prozess-Ebene von Chaos und Form; kristallisieren Energie in archetypische Erfahrungen.

Haut

Ist die Grenze zwischen Innen und Aussen und gleichzeitig das System des Kontaktes mit der Aussenwelt; über die Haut berühren wir und werden berührt; hier erfahren wir von Anfang an Kontakt, Verbundenheit und Abwehr.

Katharina Bamberger
Körpertherapeutin und
Bewegungsforscherin

Goldbrunnenstrasse 42
9000 St.Gallen

071 244 50 92
078 891 98 04
info@katharinabamberger.ch

www.katharinabamberger.ch