

Sabine Mulser

- Cranio-Sacral Balancing Grundausbildung (Intern. CranioSacral Akademie)
- Kinder Grundkurs Cranio-Sacral (ICSA Deutschland)
- Biodynamische Cranio-Sacral i. A. bei Corina Corelli (Schweiz)
- Ausbildung und Lehrtätigkeit in Tai Chi & Qi Gong
Tai Chi Waffenformen, Qi Gong und Meditation
- Ausbildung in Ernährung und Diätik der traditionellen chinesischen Medizin
Weiterbildung in westlicher Kräutertherapie, Tätigkeit als Ernährungsberaterin,
- Leiterin von Seminaren und Kochkursen; Kochbuchautorin
- Integrale Tanzleiterin - Heilpädagogischer Tanz, Ansatz: Wilfried Gürtler
Weiterbildung in Tanz mit Menschen mit geistiger Behinderung,
- Systemische und schamanische Arbeitsweisen
- Fortbildung in Holistic Pulsing, Polarity, Honigmassage, Phonophorese
- Ausgebildet in der Klangmassage nach Peter Hess
Gongspiel in der Klangtherapie bei Elisabeth Dierlich
- Obertongesang, heilsames Singen, Stimmbildungsseminare

Aus all meinen Fortbildungen, und den Erfahrungen aus Alltag und Beruf, ergibt sich ein ständiges Wachsen und Verändern meiner Person und Arbeit.
Die Harmonie des Ganzen ist für mich auch im Umgang mit Therapieformen wichtig. Die Philosophien verschiedener Therapien lassen sich harmonisch verbinden und somit eröffnen sich viele Möglichkeiten.

Information & Terminvereinbarung

PRAXIS **Lebensspur**

Sabine Mulser

Hafferlstraße 19, 4650 Lambach

Tel.: 07245/20600 oder 0650/6462606

E-Mail: s.mulser@lebensspur.at

www.lebensspur.at

Körperarbeit Cranio-Sacral Balancing

Kurzinformation



Lebensspur

PRAXIS FÜR

**Klangtherapie Körperarbeit
(T)Raumkunst**

Sabine Mulser

Hafferlstraße 19, 4650 Lambach

Tel.: 07245/20600 od. 0650/6462606

E-Mail: s.mulser@lebensspur.at

www.lebensspur.at

Der menschliche Organismus ist ein Zusammenspiel von rhythmischen Körperfunktionen unterschiedlichster Art. Der Herzrhythmus zum Beispiel bringt das Blut in Bewegung. Die Tätigkeit der Lungen bewirkt gleichmäßiges Ein- und Ausatmen. Das sind zwei leicht erkennbare Rhythmen. Andere Körperhythmen dagegen sind weniger wahrnehmbar. Cranio-Sacral Balancing beschäftigt sich mit dem Rhythmus der Hirnflüssigkeit, die im Schädelinnenraum und entlang der Wirbelsäule pulsiert und sich bewegt.

Die Cranio-Sacral Therapie gehört nicht zu den Körpertherapien, die umschulen, umstrukturieren und konditionieren. Es ist eine Kontaktaufnahme mit einem körperinnewohnenden Rhythmus, einem Instinkt.

Sind Bewegung und Beweglichkeit der Gewebe vermindert oder eingeschränkt, so dass Flüssigkeiten (Blut, Lymphe, ect.) nicht mehr ungehindert fließen können, entsteht eine mehr oder minder ausgeprägte Stauung. Auch die nervale Versorgung der Gewebe kann dadurch beeinträchtigt werden. Die Folge ist eine Einschränkung der Nährstoff- und Sauerstoffversorgung. Das Gewebe verliert seine Vitalität – der Boden ist bereit für eine Erkrankung.



Man arbeitet vor allem an den Knochenverbindungen des Schädels, dem Cranium, der gesamten Wirbelsäule und dem Kreuzbein, dem Sacrum. Die feinen Bewegungen des Cranio-Sacral Pulses werden gespürt, man geht ihnen nach und dabei wird der körpereigene Flüssigkeitsrhythmus – ausgehend vom Gehirnwasser (lat. Liquor) unterstützt und wiederbelebt.

Die Cranio-Sacrale Therapie ist eine stille Arbeit, die viel Einstimmung erfordert und den Patienten bei den lange dauernden Berührungen ins Zeitlose versinken lässt. Der Cranio-Sacrale Rhythmus ist der „Heiler“ selbst.

Craniosacrale Berührung kann sich auf den gesamten Organismus unterstützend auswirken: auf den Bewegungsapparat, das Nerven- und Hormonsystem und die inneren Organe ebenso wie auf unser seelisches und emotionales Gleichgewicht. Es führt zu einer sehr tiefen Entspannung und kann zu einem intensiven Erleben des eigenen Körpers beitragen.

Diese sanfte und respektvolle Arbeit ist eine gute Begleitung bei

- Beschwerden an Wirbelsäule, Becken od. Gelenke
- psychosomatischen Beschwerden
- Stresssymptomen, wie Schlafstörungen, Erschöpfung
- Schmerzzuständen (auch chronisch)
- Ausgleich des vegetativen Nervensystems
- Kopfschmerzen, Migräne, Tinnitus,....
- Kieferproblemen, Zahnbehandlungen
- Unfällen und Verletzungen
- Störungen des Hormonsystems (z.B. Schilddüse, Mestruationsbeschwerden)
- oder um sich etwas Gutes zu tun



Bekannt und hilfreich ist craniosacrale Berührung auch rund um Schwangerschaft und Geburt, bei Babys und Kindern:

- als Vorbereitung auf die Geburt
- nach der Geburt (besonders bei Kaiserschnitt, Zangengeburt, Saugglocke)
- Lern- und Konzentrationsprobleme, Hyperaktivität