

# アプレジャー頭蓋仙骨療法パラダイム（規範）の紹介

「すべての治療プロトコルは、患者自身の身体の知恵によって決定されるべきである。」 ジョン・E・アプレジャー博士

この博士の言葉は、アプレジャー・クレニオセイクラルセラピーの核心であり、そのパラダイムの基礎となるものである。アプレジャーパラダイムは、アプレジャー頭蓋仙骨療法（CST）の核となる原理を説明したものである。これは、ジョン・E・アプレジャー博士のクラスでの教え、彼の著作物、そしてアプレジャー・インスティテュート・インターナショナル・インストラクターによる彼の業績の解釈の組み合わせである。このパラダイムは、CSTの進歩とともに進化していくように設計されている。その構成は以下の通りであるが、これらに限定されるものではない。

**1.人間およびすべての生物学的システムは、生存、機能、適応、自己治癒のための素晴らしい、本来備わっている方法とプロセスを自然から授かっている。**

- ・ 頭蓋仙骨システム（CSS）は、身体における主要なシステムである。
- ・ 頭蓋仙骨療法（CranioSacral Therapy：CST）は、魂／身体に根ざしている。
- ・ CSTは、西洋の伝統的な分野を含む、他のヒーリング分野とうまく統合される。「CSTはあらゆるものと統合することができる。何にでも統合できる。～ジョン・E・アプレジャー
- ・ 私たちは、触診、身体の組織との融合、意図的に結びつくことを通して「聴く」ことにより、そして身体の生来の知性-内なる叡智-と直接対話することによって、CSSにアクセスする。
- ・ 構造と機能は相互に関連している。
- ・ 私たちは、小宇宙から大宇宙まで、すべてのものが相互に関連していることを認識する。

**2.それぞれの生命システムには、それぞれのシステムに最適な、ユニークで自然な適応プロセスが内在しており、生命システムが適応能力の衰えを示したときには、そのサポートが必要になることがある。**

- ・ 私たちは、身体的、感情的、エネルギー的、精神的な中立性を保ちながら、同時にオープンで地に足の着いた、エゴを抑えた、先入観のない、判断力のない状態にいることに努める。
- ・ 私たちは、その人／存在をまるごと扱い、身体全体／人間全体アプローチを用いる。
- ・ 病気や機能障害ではなく、その人／存在を治療する。
- ・ 静止点は、身体が機能し適応するための生まれつき備わった方法であり、治療法でもあり、中枢神経系が再編成される機会を提供すると考えられている。

**3.自己治癒力は、人間一人一人、そしてすべての生体システムに内在している。**

- ・ セラピストは治療を促進する者として、人々が「今、ここ」に出会うため、そして癒しのプロセスを高めるために行動する。
- ・ 私たちは、CSTを馬やイルカなどの異なる種や、水などの異なる媒体に広く適用する。

**4.治療的支援とは、本来備わっている自己治癒のプロセスを可能な限り穏やかに促進するプロセスである。**

- ・ 意図と意図されたタッチは非侵襲的であり、結果を得るために必要な最小限の圧力と影響力を用いる。
- ・ セラピストは、組織が自ら行かないところに持っていくのではなく、組織に従っていく。
- ・ アプレジャーの学習法は非侵襲的で、基本的にリスクはない。
- ・ 間接的なテクニックと直接的なテクニックは、できるだけ穏やかに変化を促進するために最もよく使われる。最小限の力を使い、また組織がより多くの力を求め、バリアーを必要とする場合には、それに従う。

**5.健康問題の解決策は、それぞれのユニークな生物学的システムに存在し、その特定のシステムに独自性がある。**

- ・ 新しい患者は、それぞれユニークで個々違うと考えられる。
- ・ 禁忌を確認した後、セラピストは組織、体液、エネルギーの質、動作を通じて、患者／クライアントの生まれ持った知性（innate intelligence）と信頼関係を築くと共に、患者/クライアントの症状や診断は脇に置いておく。
- ・ 治療は以前に知ったことを考えることなく行われるため、以前の施術での知見にとらわれて新しい発見を見逃すことはない。"見つけたものを治療しなさい"～ジョン・E・アプレジャー
- ・ 私たちは意義感知器（SD）を通じて、内なる叡智に耳を傾ける。SDは治療上重要なことが起こっていることを示すもので、頭蓋仙骨リズムは停止する。
- ・ CSTは、テクニックというよりも、むしろその過程を重要視する。

**6.施術での優しいタッチ、言語的または非言語的コミュニケーション、そして意図は、健康の問題や自然に生まれ持った自己治癒プロセスに関する情報にアクセスするために使われる。**

- ・ 私たちは、意識と非意識の両方に働きかける。
- ・ 私たちは身体的、精神的、感情的、霊的な存在のすべての面にオープンであり、しばしば心と体のつながり、アプローチと呼ばれることもある。
- ・ 身体、心、精神はオープンなシステムであり、身体的、エネルギー的に環境と相互作用している。
- ・ 私たちは思いやりと共感をもって仕事に取り組むよう努める。

**7.各人の歴史は、その人の身体の中に含まれており、組織、体液、エネルギーの質、運動によって表現されている。**

- ・ CSTの意図的なタッチとの融合によって各人の歴史にアクセスした後、CSTとSomatoEmotional Release（SER）のプロセスによってこの情報を探索することがある。
- ・ 「表現の通り道」は、すべてのSERの基礎となる構成要素のひとつである。

**8.人間は無限大の意識を持ち、それにアクセスすることができ、そして健康、気づき、自分の責務をはっきりと自覚することができる。**

- ・ CSTを通じて、私たちは、患者/クライアントが自分自身の健康に責任を持つことをサポートする。
- ・ 私たちは、患者/クライアントが自信を持つことをサポートする。
- ・ 私たちの目標は、セラピストから患者/クライアントが自立することである。
- ・ 私たちは患者の自由を促し、一人ひとりが持つ無限の意識レベルの間でコミュニケーションを信頼できるように働きかける。
- ・ ヒーリングは共同作業であり、患者/クライアントが注意や興味、関わりを持つようにしていかなければならない。多くの場合、これは大きな努力を必要とする。
- ・ 自己実現と自信は、CSTとSERのプロセスを通してのヒーリングの目標である。

**9.セラピストの役割は、クライアントが「インナーフィジシャン」と呼ばれる「内なる知恵」にアクセスすることを容易にし、インナーフィジシャンの導きに従って自己治癒力をサポートすることである。**

- ・ 私たちの中には、それぞれの健康上の問題と、それを解決する最善の方法を理解している「インナーフィジシャン（内なる医師（IP））」が存在する。
- ・ アプレジャーのパラダイムの中核は、このIPである。
- ・ IPは、クレニオセクラルシステム（CSS）や身体他のシステムを通じてアクセスすることができる。
- ・ 私たちは、IPとつながり、IPに耳を傾け、IPを信頼することによって、IPをサポートする。このことは、外部に耳を傾けることから、内部（生まれ持った知性）に耳を傾けることへとシフトすることを意味する。
- ・ Melding（融合）とは治療上の関係を築くための入り口であり、どのように、いつ、どこで、IPに従い、それを促進させるか、また、どのレベル、程度、質までIPに従うかを私たちに示す。
- ・ 融合は、患者との生きた共有スペースを作り出し、それは聴き、従い、そして促進するための治療的空間となる。
- ・ 私たちは意図的に触れることによってIPとつながり、しばしば治療的対話と誘導された治療的イメージの技法を織り交ぜながらワークする。
- ・ セラピストはいったんIPが"対話"そしてSDが導く非言語的なガイダンスに持っていったなら、IPの示すアドバイスやガイダンスに従う責任を負っている。
- ・ CSTのテクニックをその中核となるCSSと結びつけ、統合していく。「SERは始まりに過ぎない」～ジョン・E・アプレジャー...そのプロセスは続いていく。

**10.CSTセラピストにとって、これらの概念、および身体・心・精神、統合、本来の自己治癒力に関連するその他の概念を維持し、継続し、そして研究することは重要である。**

- 患者が自分の治癒を促進するために何が行われているかを最もよく理解できるように、セラピストの側からはシンプルでわかりやすいコミュニケーションが必要である。
- あらゆる分野の医療従事者がこの知識を利用することができるが、最終的に恩恵を受けるのは患者である。
- セラピストは、安全に施術を行い、信頼され、効果的にプロセスを促進できるように、そして技術に熟練し、必要な能力を得、自己実現ができ、より良く統合できるようになるために練習しなければならない。
- 高度な行動特性（Competency）は臨床経験とともに向上し、患者・クライアントの体験に集中している際、自分の手を信頼することを学ぶ機会を提供する。
- より良く統合され、自己実現をし、より有能なセラピストになるための重要なことは、治療を受けることである。
- 複数人による治療（“Multi-therapist” treatments）は、治療プロセスを高める可能性がある。
- 私たちは、CSTテクニックとアプレジャーの原則の中核となる意図の中で仕事をするように努める。
- 患者/クライアントは、私たちの最高の教師である。

- 私たちは、新しい手法の研究、評価、使用に対して常に門戸を開いている。しかしそれは私たちの手法や規範を含む基準を満たしている場合に限り、それを適用する。
- アプレジャーパラダイムは、人生の生き方であり、健康、幸福、そして人生の創造的進化のために全体として機能する相互に関連した上記の原則を含むものである。

## Upledger CranioSacral Therapyの定義

**表現の通り道** - 思考、イメージ、感情の口頭での表現を可能にし、実行することに関わるすべての構造、組織、体液、エネルギーで、その構成要素は少なくとも人の自己表現能力に何らかの影響を与える。表現の通り道はまた、患者やクライアントが自分の内なる感情につながり、自分がどう感じているかに触れるために開かれる。

**ブレンド (Blend)** - 肉体的なタッチの有無にかかわらず、他の存在とエネルギー的につながることによって、治療のプロセスに参加することである。信頼と受容の意思、中立性、健全な治療上の境界線、そして自分のインナーフィジシャンのガイダンスに耳を傾けることが、このプロセスの基本である。そうすることで、その存在、その組織、そのエネルギーからコミュニケーションをとるための土台ができるのである。

**思いやりの気持ち** - 他人の不幸や苦しみに気づいたときに生じる同情や心配の気持ち、その人が経験している状況を理解し、判断せず、共感をもって、中立性を失わずに苦しみを和らげる手助けをすること。

**意識** - 自分自身、自分の環境、そして思考、感情、感覚などの自分自身の精神的なプロセスについて、普遍的なレベルのものも含めて、全般的に気づいている状態。

**意図の中心** - 誰か、または何かの根本的な意図、および内に秘めた意味。それはセラピストが患者／クライアントに行うサポート、セラピーテクニック、介入の目的を明確にするものである。セラピストは、最初に核となる意図に気づくことで、観察力を高め、そのプロセスや展開に意識を向けることができる。

**頭蓋仙骨リズム (CSR)** - 頭蓋冠の広がりや狭まり、身体の他の部分の外旋と内旋として一般に感じられる、身体の微妙な固有リズムの動きである。CSRの速度は、1分間に4～12サイクルの範囲であることが示されている。CSRの発生源は不明であるが、中枢神経系の脳脊髄液の生成量の増減が変動しているなど、多数の考え方がある。

**頭蓋仙骨システム (CSS)** - 脳と脊髄を包む硬膜の中に含まれる生理的閉鎖水力システム。脳脊髄液の生成、循環、再吸収を行い、脳と神経系が発達、生活、機能するための生理学的環境を維持する。この生理的システムは、頭蓋骨と仙骨の骨、髄膜、髄膜の一番外側にある防水性の硬膜に包まれた脳脊髄液、そして脳脊髄液の流入と流出を調節するシステムで構成されている。

**CranioSacral Therapy (CST)** - John E. Upledger, D.O. によって開発・命名された、頭蓋仙骨システムおよびその関連システムの評価と治療を目的とした、穏やかで手技による補完療法で、中枢神経系をサポートし栄養を与える身体其自然固有のリズムと協力しながら、CSS内、CSS外、感情、精神など問題の原因を突き止め対処する方法。CSTは手技療法として、人／生物の自然な自己修正、治療メカニズムに働きかけ、全体的な健康と幸福を向上させる。

**直接テクニック** - 組織をバリアの端まで追いかけて、そのバリアが解放されるまで組織を保持し軟らかくして、異常な制限を解放する治療プロセス。間接テクニックの反対で、最初にバリアの端まで追いかけて解放まで保持し、その後バリアの端まで行って必要に応じて治療する。

**エゴサポーターディネーション** - CSTやSERを実践する際に、セラピストがすべきこととして、自分のエゴを優先順位の低い位置に置く状態。治療中に良い結果を出しても、自分の手柄にしたり、個人的な力を得たりする必要はない。内なる叡智の治療計画に従うこと以外に、治療をリードしたり影響を与えたりする必要性を持たない。

**共感** - 他人の感情を理解し共有すると同時に、その人の主観的な体験に立ち会うために、自分の主観を超越し、個人の完全性を維持する能力。これは、すべての治療セッションにおいて、特にSERのプロセスにおける治療的対話において重要な部分である。

**エンパワメント** - 特に自分の人生をコントロールし、自分の権利を主張することで、より強く、より自信を持つようになるプロセス。

**促進** - ある行動やプロセスをより容易に、あるいはより生産的にすること。セラピストが誰かを癒しのプロセスでサポートするときの目標のように。組織と内なる叡智の治療計画に従って、セラピーのプロセスを中立的に開始し、その後、必要に応じて適切なサポートを与えること。

**ファシリテーター（促進者）** - ある行動やプロセスを容易にする人。治療プロセスを中立的に開始し、フォローし、必要に応じて適切なサポートをする者。

**機能** - 生物または生物の一部によって行われるプロセス、仕事、行為。CSTでは、機能は構造と相互に関連していると考えられている。CSTの目標は、クライアント/患者が身体の機能的な動作を回復し、最適化するのを助けることである。

**グラウンディング** - 感覚を使って大地とつながっている状態のことで、文字どおり、または意図的にそうすることができる。セラピストが治療の場にいるための支えとなる状態。クライアントと共に完全に存在するために、自分自身の中に中心を置くこと。

**間接テクニック** - 治療のプロセスで、組織を安楽な範囲の端まで追いかけ、それが解放されるまで、端の範囲に対して組織を保持し、軟らかくなり、異常な制限が解放されるようにし、時にはその後にはバリアの端まで治療すること。

**生得的な知性** - 私たち誰もが持っている先天的な知恵で、体のすべてのシステムにおいて組織化、治療、健康維持に関与している。

**インナーフィジシャン（IP）** - インナーガイド、インナースピリット、インナーボイス、ハイヤーセルフなど、さまざまな名前で見られている。知恵の声、私たち全員の内側にあり、自分の内面と外面の状態を認識している部分、生まれながらの知性の形、私たちの「すべてを知る」部分が、個人レベルで全体的に機能して、身体、心、精神全体としての各個人の最適な健康、幸福、自己実現を達成し維持し、セラピストがSERプロセスのセラピー的イメージと対話のテクニックを使ってそのように結びつける。頭蓋仙骨療法セラピストは、クライアントや患者が主な問題にたどり着くのを助けるために、そして対症療法を行うことで核となる問題を隠さないために、インナーフィジシャンと信頼関係を築かなければならない。

インナーフィジシャンとセラピストとの信頼関係を築くための正確な原則は、以下の通りである。

- 1.セラピストは、セッション中、患者だけに集中しなければならない。セラピストはセッション中、患者のことだけに集中しなければならない。インナーフィジシャンは、たとえ演技力のあるセラピストであっても、気が散っていることを感じ取ることができる。
- 2.セラピストは、セッション中に起こるかもしれない患者が起こすどんなねじれや変化に対してもオープンでなければならない。
- 3.セラピストの信じる心を疑ってはならない。
- 4.セラピスト側に判断的な行動や思考をする余地はない。
- 5.セラピストは癒しや治療を行うものではない。治療は、患者がセラピストの助けや促進を利用して行うものである。症状の抑制は "癒し" のセラピストによって行われますが、これはより深い問題の声を否定しているに過ぎないかもしれない。
- 6.CSTでは、まず、頭蓋仙骨システムの自己修復を促進するために、ソフトで優しい手の使い方をします。同時に、このタッチは、セラピストの愛、信頼、誠実な献身をインナーフィジシャンに伝えるために使われる。この愛と信頼と献身に満ちたエネルギーは、可能な限り深い癒しを促進するために、条件や縛りをつけずに提供される。
- 7.信頼が確立されたら、セラピストは意図的にインナーフィジシャンに接続し、意図的なタッチで組織と接続する。セラピストは、クレニオセイクラル・システムや他の部位を修正するために、より強い圧をかけるように感じることもある。セラピストは、必要に応じて組織に介入することもあるが、常に組織とインナーフィジシャンの言葉である意義発見器の声を聞きながら行う。
- 8.頭蓋仙骨療法は、体内のあらゆるシステムにおける体液の動きを改善する。これにより、細胞への栄養素の供給、組織からの毒素や老廃物の除去、免疫細胞の循環が促進され、病気を引き起こす細菌やウイルスに対する身体の自然な防御機能が強化される。したがって、何らかの理由で上記の結果が望ましくない場合を除き、適用してはならない場面はないのである。
- 9.インナーフィジシャンとつながることを意図して治療を開始すると、患者の身体はセラピストの手を最も効果的な場所に導く。この誘導は、言葉による対話が成立する前から、インナーフィジシャンが働いていると考えられる。
- 10.頭蓋仙骨療法セラピストは、患者の身体とインナーフィジシャンから受け取った情報を信頼しなければならない。さもないと、インナーフィジシャンがセラピストを拒絶しているかのようになる。このような場合、セラピストは頭蓋仙骨システムを使って表面的な構造的ワークを行うことはできるが、信頼関係が構築されるまでは、おそらく深い問題にまで到達することはできないだろう。
- 11.頭蓋仙骨療法セラピストは、特定の症状が常に同じ原因から決まったように生じると考えてはならない。それぞれの患者、そして一人の患者に起こる症状でさえも、個別のケースである。特に、CSTのように非常に微妙な身体の動きのシグナルに頼っている場合、同じ症状が常に同じ原因から生じていると考えるのは、非常に誤解を招きかねない。これらの信号は、セラピストがそれを見つけることを期待している場合、単に想像しているに過ぎないかもしれない。身体評価を行う際には、患者の訴えを知らない方がよい。セラピストは、以前に診たことのある患者とのセッションを始めるとき、以前に発見したことを思い出さないようにし、常に新鮮な状態で状況を判断するようにする。そうすることで、セラピスト自身がすでに持っている考え方にとらわれずに、新たな展開を見出すことができる。各セッションの最初の評価の後、あなたの以前の発見と患者さんの変化や新しい痛みなどの報告を統合する時間は十分にある。

**内なる叡智** - 健康問題の根本的な原因を理解し、それを解決するために何をすべきかを理解するために必要な、各人の中にある非意識的な情報の泉のことを指す。インナーフィジシャンの登場を可能にするのは、この「内なる叡智」である。

**統合** - 1. 個々の部分を組み合わせ、統一された全体に調整すること。2. 解剖学的／生物の別々の部分が、構造的・機能的に、生物全体またはシステムの一部になるプロセス。3. 心理学的（CST）／完全で一貫した、安定した全体を形成する、人格の要素のように別々の部分の組み合わせ、SERプロセスおよびすべてのCST治療の重要な側面。4. 個々の治療中に起こった変化に適応するために、身体、心、精神を迎え入れ、バランスをとる方法。また、そのようにより良く統合された人となるために、内的な作業として継続した治療過程ともいえる。

**意図** - 1. 行動を起こす際の心の状態。2. CST：治療セッション中の心の状態。自分のエゴや問題を脇に置いて、癒しのプロセスに立ち会う。治療目標は、自分の身体の知恵と調和し、そのプロセスが癒しの結果へと導かれるようにすることである。CSTの治療は、グラウンディングすること、クライアントや患者の内なる叡智につながること、セッション中ずっとつながっていること、などの意図から始まる。意図することによって、それは患者にとって最高の利益をもたらす。

**意図的なタッチ／セラピューティック・タッチ** - セラピストが触れることを通して患者に関わり融合する行為で、意識的または無意識的に患者の癒しを意図して治療セッションを開始することである。意図的に触れることで、患者の非意識はセラピストの非意識を「読む」ことができる。この非意識とのつながり／読み取りから、患者はセラピストが何をサポートすることができるかを判断することができる。意図的なタッチによって、セラピストは普遍的なエネルギーと、どんな癒しのプロセスに対しても偏見のないサポートを提供することができる。これはアプレジャー博士がSERを開始するためによく使用したテクニックである。

**融合（Meld）** - CST：他の存在とつながり、その組織の声に耳を傾け対話する行為あるいはプロセスであり、場合によっては内なる叡智をガイダンスとして使う。エネルギーシストに溶け込み、あるいは溶け込んだままにいることは、患者が治癒過程に留まるために必要なことである。もし患者がつながりを失った場合、セラピストが十分に融合しているかどうかを確認することが必要である。これは芸術のようなもので、例えばピアノを弾くように融合と遊ぶようなものである。

**マインド・ボディ・スピリットアプローチ** - 私たちすべての人の生理学的、精神的、霊的な部分を考慮し、自分の思考や感情は肉体の治癒に役立ち、逆に肉体の治癒を助けることができると考える治療哲学であり、このプロセスを促進する自然治癒力がすべての人の中に存在すると考える。

**マインド・ボディ・スピリットのつながり** - 生物の精神的、霊的、生理学的な構成要素は相互に関連しているという概念を指す言葉である。

**マルチファシリテーター治療** - これはマルチセラピスト治療、「マルチハンズ」とも呼ばれ、複数のセラピストが患者の治療プロセスを促進するために治療に参加する治療法である。一般的にはセラピストがリーダーとアシスタントに分かれて行う形式をとります。セラピストは患者と融合し、クライアントの身体を通して互いのエネルギーとつながり、知覚や洞察についてコミュニケーションをとり、組織解放のためにエネルギーを高め、最適な治癒のために偏りのない治療意図を持って、一人のセラピストとして調和して働くのである。これはSERを使った非常にパワフルな治療方法である。

**ニュートラル** - 1. CSTとして／評価と治療において、セラピストがエネルギーを送らず受け取らず、患者やその患者から来る情報に対する自分の認識に影響を与えないように、関与する意図を持たないパイプとしてのみ働く状態の事をいう。エネルギー的にニュートラルとは、最初はエネルギーを送らず受け取らず、患者の身体が必要なこと、それはエネルギーを放散し始めるかエネルギーを引き込むかのどちらであるが、それを促すことである。それは、静かで、じっとしていて、意識があり、中心があり、思いやりがあり、受容的な施術者の状態である。また、施術者が患者と関わり、患者のユニークな内なるガイダンスと調和し、それに導かれ、それに従うというアクティブな状態でもある。CSTにおける治療的中立性（「ニュートラル」とも呼ばれる）の概念は、a) 施術者の内的状態、b) 患者と施術者の関係、c) 治療プロセスの3つの側面を持っている。ニュートラルとは、施術者が思い込みや計画的なアプローチから解放され、患者をユニークな個人として見、感じ、受け入れ、サポートできるようにすることである。2. SERとして／対立したり、意見の不一致、あるいは交渉する際に、一方に傾いたり、一方を支持したりすることがない、地に足の着いた、公平で偏りのない、判断のない状態であるということである。

**非意識（nonconscious）** - 患者がその時点で意識していない身体的、精神的、霊的なプロセスや状況のことで、「無意識（unconscious）」や「潜在意識」という言葉にまつわる様々な意味合いを避けるために、アプレジャー博士が使用した言葉である。

**非侵襲的** - 身体的、精神的、エネルギー的、または霊的に侵襲的/侵入的な方法で身体とつながるのではなく、むしろ中立を保ち、健全な境界線を維持するプロセス、または手順を指す。

**非審判的** - 個人の基準、信念、意見に基づく偏見や意見のないものを指す。施術者が他者を癒す過程で維持する必要がある資質である。

**非言語コミュニケーション** - ボディランゲージ、顔の表情、体の姿勢、タッチ、エネルギーなど、言葉以外の方法で言葉を使わない表現やメッセージを送ったり受け取ったりすることである。施術者は、思考、意図、治療的イメージなどを使って、患者の非意識とコミュニケーションをとることができる。意義感知器（SD）に耳を傾けることは、治療過程の重要な部分である。

**触診** - 触覚を使って、さまざまな圧力で、皮膚の下にある身体の構造を探り、自分の固有感覚を使って、その中で何が起きているかを判断する行為である。また、身体を取り巻く（電磁）フィールドをモニタリングする。

**パラダイム** - 参照の枠、例、またはモデル、および多くの場合、何かの異なる見方である明確な一連の概念または思考パターン。

**先入観** - 実際に状況が発生する前に、正しいか正しくないかにかかわらず、すでに答えを決めている考えで、CSTの実践ではそうしないように努めている。

**プロセス（過程）指向** - 根本的な原因や結果ではなく、システムやプロセスを重視し、焦点を当てるものを指す。

**解決（Resolution）** - 問題を解決すること、つまり、決断を下し、問題を乗り越えること。一時的であれ長期的であれ、SERのプロセスにおける治療的イメージと対話の究極の目標であり、（全ての問題がなくなったことを）保証されるものではない。また、クライアント/患者は、必ずしもSERでなくても、CSTにおいて一般的な問題（身体的、感情的、精神的）の解決を得ることができる。

**自己治癒力** - 外部の介入を受けずに、自分の身体が自ら治癒する能力。

**自己実現** - 自己の可能性に到達する満足感。おそらく、自分の道や目的を理解し、最適な健康状態や人生の可能性を満たすことであり、患者とファシリテーター（促進者）がつながるモデルで描かれているように、CSTまたはSERのプロセスの重要な部分である。クライアント/患者は、身体的、感情的、精神的、またはその他の原因による問題の解決方法を得る。自己実現は、身体の器官や構造（例えば、今まで知られていない脳の部分など）についても行うことができる。それは細胞レベルでの自己実現である場合もある。

**意義感知器（SD）**：頭蓋仙骨のリズムが突然止まる時、それが治療上重要な体位、思考、イメージ、感覚、言葉のプロセスが起こっていることを示す。その時に身体的・感情的なエネルギーシストを解放すると良い。SDには質があり、異なる深さがある。セラピストは、SDがより深くなり、より重要なことを表現している時を観察することができる。またSDが浅くなるときは、セラピストと患者が重要なものとのつながりを失っていることを意味することがある。そして頭蓋仙骨のリズムが突然停止することがすべてSDであるとは限らない。なぜなら、その人は過剰にまたはわずかに覚醒したトラウマ状態に移行している可能性があるからである。SDは患者がトラウマの記憶に引き込まれ、システムがシャットダウンしてしまう「フリーズ」状態とは異なる。多くの場合、これは自己防衛のために体験から切り離された状態である。SDは、患者が経験したことの別の層に降りていくときの、より深い懸架装置なのである。

**ソーマ（Soma）** - 最深部の細胞から皮膚に至るまで、身体全体のことをいう。

**SomatoEmotional Release（SER）** - CSTの自然な進化形であり、身体組織からの感情解放のサインである。SERはジョン・アブレジャー博士が命名し、開発した治療プロセスである。SERはソーマ内に保持、抑制、隔離されている感情の自発的な表現であり、それは自分の非意識の一部によって適切とみなされているものである。またSERは治療上の出来事の一部として、身体組織の解放に関連して解放されるものである。またSERは、セラピストが内なる叡智に導かれ、患者が感情につながり、安全に、そして自分自身の時間で、感情を解放し、その出来事と決着をつけることをサポートするための手技療法である。SERは、静かであったりうさかったり、穏やかであったり活発であったりし、最初の出来事やトラウマを意識的に思い出すこともあれば、そうでないこともある。

**静止点** - 知覚できるクレニオセイクラリズムの一時的な中断、または停止。自然発生的なものであれ、身体のどこかから発せられたものであれ、クレニオセイクラリズムが治療的に再編成する機会を提供すると考えられており、その生理学的効果には、体液運動の方向を変えたり、それを高める、あるいは小さな膜性制限をリリースする、結合組織を和らげる、交感神経系を落ち着かせる、自律神経の機能を改善する、恒常性の促進およびクレニオセイクラリズム（CSR）のバランスを調整するなどが挙げられる。

**構造** - 素粒子からある程度大きな部分の配置されたもの、あるいは生体全体の一部として組織や器官が編成されたもので、その生体の機能と相互に関連するもの。

**治療的対話（Therapeutic dialogue）** - 治療セッションを高めるために用いられた治療技法で、セラピストと患者/クライアントの一部が象徴的に、または声に出して会話をする。セラピストは地に足をつけ、融合し、客観性を保ち、要求されたものであるうとなかろうとイメージを活用する。また意味のある癒しのプロセスを解決したり、望ましい受容と自己実現のための状況をよりよく理解することを助けるために、意義感知器とインナー・フィジションを通して患者の頭蓋仙骨リズムに導かれる。セラピストがクライアント/患者の声を通して対話することができるものは、内なる叡智、抵抗、臓器、細胞、痛み、その他の症状、さらにはガイド、家族、祖先といった他の存在に至るまで、多岐にわたる。

**治療的イメージ** - 非意識のコミュニケーションで、ビジョン、匂い、音、味、動き、感覚など無数の形で現れ、しばしば治療的対話の助けを借りて意識化された時に決断し、自身の潜在的個人的真実に気づき、癒しのプロセスを経験する機会が与えられる。

**治療的イメージと対話** - CSTセッションの中で、イメージと会話を使って、患者のインナー・フィジションと穏やかにつながり、組織の変化を促進するために使われるテクニックである。こちらから導くことのない治療的な会話は、クライアントの癒しのプロセスをサ

ポートすることに焦点をあてる。対話の際には、セラピストは意義感知器（SD）に従って行う。組織がどのように反応するかは、私たちが質問したり、クライアントから言葉で返答を得ることよりもずっと重要なことである。

**治療的意図** - 治療を促している際にセラピストが持つ、地に足の着いた、融合された、客観的な意図のことをいう。治癒のプロセスをサポートし高めるために、エゴや問題を脇に置く能力のことでもある。治療目標は患者の健康状態を多面的に把握し、そのプロセスが治癒という結果に到達するようにすることである。

**アプレジャーのパラダイム** - CSTの哲学、一連の概念、中心となる意図のこと。アプレジャーの教えは研究や理論、そしてインナーフィジシャン、内なる叡智、静止点、意義感知器、融合などの用語に代表されるユニークなものである。

**身体全体のアプローチ（Whole Body Approach）** - 人間全体のアプローチとしても知られている。身体の機能不全を評価し治療する方法で、通常知られている症状や診断にこだわらず、身体全体そして一見無関係と思われる部位や身体の一部を機能不全の原因と考え、さらに精神、感情、霊的な側面も原因やそれに寄与するものとして考え、見つけたものを治療する。内なる叡智と組織の記憶と意図的につながり、見つけたものを治療することによって、身体の機能不全の評価と治療を行い、それによって身体的、精神的、感情的、霊的な様々なレベルでその人を潜在的に助ける。問題の原因は、症状が出ている場所にある必要はない。内なる導きを信頼することで、症状の局所的な解放ではなく、人生を変えるようなグローバルな解放を促進することができるのである。

Upledger CranioSacral Therapy Paradigm ©2023 Upledger Institute International

#### 【英語原文】

#### An Introduction to the Upledger CranioSacral Therapy Paradigm

“Every treatment protocol should be dictated by the wisdom of the patient’s own body.”  
—Dr. John E. Upledger

This quote by Dr. Upledger is at the heart of Upledger CranioSacral Therapy and is the foundation for its Paradigm. The Upledger Paradigm describes the core principles of Upledger CranioSacral Therapy (CST). It is a combination of Dr. John E. Upledger’s in-class teachings, his written material, and the interpretation of his work by Upledger Institute International Instructors. The Paradigm is designed to evolve over time as CST continues to progress. It is composed of, but not limited to, the following aspects.

1. Human beings and all living biological systems are gifted by nature with ingenious and inherent methods and processes by which they survive, function, adapt, and self-heal.

- The craniosacral system (CSS) is a primary system in the body.
- CranioSacral Therapy (CST) is grounded in the soma/body.
- CST integrates well with other healing disciplines, including Western conventional disciplines. “CST can integrate with anything.” ~ John E. Upledger
- We access the CSS by listening through palpation, melding, and blending with the body’s tissues, by connecting intentionally and communicating directly with the innate intelligence— the Inner Wisdom—of the body.
- Structure and function are interrelated.
- We recognize the interconnectedness of all, from the microcosm to the macrocosm.

2. Inherent within each living system are unique and natural adaptive processes that are best suited to each individual system, and which may need support when the living system demonstrates signs of faltering adaptive ability.

- We strive to use physical, emotional, energetic, and spiritual neutrality, while remaining open and grounded at the same time, subordinating our egos, having no preconceived notions, and remaining non-judgmental.
- We treat the whole person/being and use a whole-body/whole-person approach.
- We treat the person/being, not the disease or dysfunction.
- The Still Point is an inherent, as well as therapeutic, way in which the body functions and adapts, and it is believed to offer the opportunity for the central nervous system to reorganize.

3. Self-healing is inherent in each human being and all biological systems.

- The therapist acts as a therapeutic facilitator, meeting people ‘where they are,’ to enhance the healing process.
- We expand CST work to different species, as with horses and dolphins, and in different mediums such as water.

4. Therapeutic support is a process by which inherent self-healing processes are facilitated as gently as possible.

- The intention and intentioned touch are non-invasive, using the least amount of pressure and influence necessary to achieve results.
- The therapist does not take the tissue where it does not take itself; the therapist follows the tissue.
- Upledger disciplines are non-invasive and essentially risk-free.
- Indirect technique versus direct technique is most often used to facilitate change as gently as possible. Use the least amount of force and follow when the tissue asks for more and/or needs a barrier.

5. The solutions to health problems are present in each unique biological system, and distinctive to that particular system.

- Each new patient/client is considered unique and individual.
- After assessing for contraindications, a patient’s/client’s symptoms and diagnoses are put to the background as the therapist

establishes rapport with the patient's/client's innate intelligence via the tissues, fluids, energetic qualities, and motions.

- Treatments are given without consideration of previous knowledge, so that new findings will not be missed because of bias from previous sessions. "Treat what you find." ~ John E. Upledger
- We listen to the Inner Wisdom via the Significance Detector (SD), which is a perceived stoppage of the craniosacral rhythm indicating something therapeutically significant.
- CST is process-oriented rather than technique driven.

6. Gentle therapeutic touch, verbal or non-verbal communication, and intention are used to access information about health problems and natural, inherent self-healing processes.

- We work with both the consciousness and nonconsciousness.
- We are open to all aspects of the being: physical, mental, emotional, and spiritual, often referred to as a mind-body connection and approach.
- Body, mind and spirit are open systems, that physically and energetically interact with the environment.
- We strive to work with compassion and empathy.

7. The history of each person is contained within their body and is expressed by their tissues, fluids, energetic qualities, and motions.

- After accessing the history through melding with intentional touch of CST, we may explore this information through CST and the SomatoEmotional Release (SER) process.
- The "Avenue of Expression" is one of the foundational pieces for all SER work.

8. Each human being possesses, and has access to, infinite levels of consciousness that can manifest at the conscious level in support of health, self-awareness, self-responsibility.

- Through CST we help the patient/client to take responsibility for their own health.
- We assist in the enhancement of the patient/client's self-confidence.
- Our goal is patient/client independence from the therapist.
- We work toward the development of a free and trusting communication between the infinite levels of consciousness each of us possess.
- Healing is a joint endeavor toward which the patient/client must offer attention, interest, and commitment and often it requires significant effort.
- Self-realization and empowerment are goals of healing through the CST and SER process.

9. The roles of the therapist are to facilitate client access to their 'inner-knowing', which is called the "Inner Physician," and to follow the Inner Physician's guidance in support of self-healing.

- There is an Inner Physician (IP) in all of us who understands each health problem and how best to resolve it.
- The core of the Upledger Paradigm is the IP.
- The IP is accessible through the Craniosacral System (CSS), as well as other systems in the body.
- We support the IP by connecting, listening, and trusting the IP, which entails a shift from listening to an outside authority to listening to an inside authority (innate intelligence).
- Melding is the way of entering into a therapeutic relationship that shows us how, when, and where to follow and facilitate the IP, as well as to what level, degree, and quality, as shown by the patient's/client's IP.
- Melding engenders a shared space or living field that becomes a therapeutic space for listening, following, and facilitating.
- We connect with the IP through intentioned touch, often using the techniques of Therapeutic Dialogue and Guided Therapeutic Imagery as accompaniment.
- The therapist's responsibility is to follow the advice and guidance given by the IP once the IP is brought into "dialogue" or nonverbally with guidance of the Significant Detector.
- We connect with and integrate CST techniques with the core, the CSS.
- "SER is only the beginning." ~ John E. Upledger --- The process continues.

10. The dedication to maintaining, sustaining, and researching these concepts, and any others related to body-mind-spirit, integration, and inherent self-healing, is important for practicing CST therapists.

- Simple, straightforward communication on the part of the therapist is necessary so that the patient/client may best understand what is being done to facilitate their healing.
- Healthcare professionals from all disciplines have access to this knowledge, and the ultimate beneficiaries are the patients and clients.
- Therapists must practice in order to become proficient, competent, self-realized, and well-integrated so as to offer safety, trust, and optimal facilitation.
- Competency increases with clinical experience, offering the opportunity to learn to trust one's hands while focusing on the patient's/client's experience.
- An important part of becoming a well-integrated, self-realized, and more competent therapist is to get treated.
- "Multi-therapist" treatments may enhance the treatment process.
- We strive to work within the core intent of CST techniques and Upledger principles.
- Patients/clients are our best teachers.
- We will always remain open to the research, evaluation, and use of new methods, provided they are in keeping with the above criterion that applies to all our methods and disciplines.
- The Upledger Paradigm is a way of living life, which includes a constellation of the above interrelated principles that function as a whole for the health, well-being, and creative evolution of life.



## Upledger CranioSacral Therapy Definitions

**Avenue of Expression** – all of the structures, tissues, fluids and energies involved in allowing and performing the oral expression of thoughts, images and feelings, and whose components have at least some influences over one's ability to express oneself, and the foundational work for all SomatoEmotional Release (SER) processes, verbal or nonverbal. The Avenue of Expression also opens for patient/client connection to their inner emotions, to get in touch with how they are feeling.

**Blend** – to join a therapeutic process by connecting energetically with another being or beings, with or without physical touch. Intention of trust and acceptance is the basis of the process. Neutrality, a healthy therapeutic boundary and listening to one's Inner Physician for guidance is fundamental to the process. That will set ground for communication from that being, their tissues and their energy.

**Compassion** – the feeling of sympathy and concern which arises when one becomes aware of another's misfortune or suffering, understanding their situation as they are experiencing it, and helping to relieve any suffering without judgment, with empathy-without losing one's neutrality.

**Consciousness** – a state of general awareness of oneself, one's environment and one's own mental processes, such as thoughts, feelings, and sensations, including those on a universal level.

**Core intent** – someone's, or something's, underlying intention, and inner meaning. It clarifies the purpose of any support, therapy technique, or intervention engaged in by a therapist with a patient/client. That initial awareness of core intent keeps the therapist in observant state and connected to the process and its unfolding.

**Craniosacral rhythm (CSR)** – a subtle intrinsic rhythmic motion within the body that can be felt in general as a widening and narrowing of the cranial vault, and external and internal rotation of the rest of the body. The rate of the CSR has been shown to be in a range of 4 – 12 cycles per minute. The source of the CSR is unknown, but there are numerous ideas such as the fluctuating increase and decrease of cerebrospinal fluid production within the central nervous system.

**Craniosacral system (CSS)** – the physiological semi-closed hydraulic system contained within the dura mater, which envelops the brain and spinal cord. It's function is to produce, circulate and resorb cerebrospinal fluid, maintaining the physiological environment in which the brain and nervous system develop, live, and function, and often felt to be where the mind, body and spirit meet. This physiological system is composed of the bones of the skull and the sacrum, the meningeal membranes, the cerebrospinal fluid, enclosed within the waterproof Dura Mater, the outermost layer of these meninges, and the system that regulate input and outflow of the CSF.

**CranioSacral Therapy (CST)** – as developed and named by John E. Upledger, D.O. A complementary method of gentle, hands-on manual therapy for the purpose of evaluation and treatment of the craniosacral system, and its related systems, working with the natural unique rhythms of the body to support and nourish the central nervous system, pinpointing and addressing problem sources, may it be within the CSS, external to the CSS, emotional or spiritual. CST, as a manual therapy, works with a person's/being's natural, self-correcting, healing mechanisms to improve overall health and well-being.

**Direct technique** – a therapeutic process wherein one follows the tissue to end range of barrier, holds the tissue up against its barrier, until it releases, allowing for softening to occur and release of the abnormal restriction; the opposite of indirect technique where we follow first to end range of ease and hold until release, before we go to the end range of barrier and treat if needed.

**Ego-subordination** – the state of putting one's ego in a position of lower priority, as a therapist should when one is practicing CST and SER. Not have the need to get credit or personal power for good results during a treatment. Not have need to lead or influence the treatment other than following the Inner Wisdom's treatment plan.

**Empathy** – the ability to understand and share the feelings of another, while at the same time transcending one's own subjectivity and maintaining personal integrity in order to be present for that person's subjective experience. It is an important part of every treatment session, especially with therapeutic dialogue in the SER process.

**Empowerment** – the process of becoming stronger and more confident, especially in controlling one's life and claiming one's rights.

**Facilitate** – to make an action or process easier or more productive, as in the goal of a therapist when supporting someone in a healing process. To neutrally initiate and then follow the therapy process by following the tissue and the inner treatment plan of the Inner Wisdom and give appropriate support when needed.

**Facilitator** – one who makes an action or process easier. One who neutrally initiates, follows, and supports the therapeutic process as needed.

**Function** – a process, work or action performed by an organism or any part of an organism. In CST, function is considered to be interrelated with structure. A goal of CST is to help the client/patient to restore and optimize the functional operation of their body.

**Grounded** – referring to the state of being wherein one uses their feeling senses to connect to the earth, can be literally and/or intentionally. The optimal supportive state for a therapist to maintain in a therapeutic setting. Being centered within oneself to be fully present with the client.

**Indirect technique** – a therapeutic process wherein one follows the tissue to end range of ease, holds the tissue up against the end range, until it releases, allowing for softening to occur and release of the abnormal restriction, sometimes followed by also treating to the end range of barrier; the opposite of direct technique where we follow first to end range of barrier and hold until release.

Innate intelligence – the inborn wisdom we all possess which is responsible for the organization, healing, and health maintenance throughout all of our body's systems.

Inner Physician (IP) – also known by many names, such as Inner Guide, Inner Spirit, Inner Voice, Higher Self; the voice of wisdom, the part inside all of us that maintains awareness of our inner state and outer conditions; the form of innate intelligence and the “all-knowing” part of all of us that functions holistically at a personal level to achieve and maintain optimal health, well-being and self-realization of each individual as a whole body, mind and spirit, and which the therapist connects with therapeutically in the Therapeutic Imagery and Dialogue techniques of the SER process to do so. The CranioSacral Therapist must establish a trusting relationship with the Inner Physician in order to help the client/patient get to the primary problems, and to not mask core issues by offering symptomatic relief.

The precise principles that guide the development of trust between the Inner Physician and the therapist are as follows:

1. The therapist must focus exclusively on the patient during the session. His/her mind must not be preoccupied with other matters. Inner Physicians can sense distraction— even in therapists with excellent acting skills!
2. The therapist must be open to whatever twists and turns might occur during the session.
3. The therapist's belief system must be suspended.
4. There is no room for judgmental behavior or thoughts on the part of the therapist.
5. The therapist does not heal or cure. The healing is done by the patient using the help and facilitation of the therapist. Symptomatic suppression can be imposed by a “healing” therapist, but this may only be denying a deeper problem its voice.
6. Initially, CST employs a soft, gentle use of the hands to facilitate the self-correction of the craniosacral system. Concurrently, this touch is used to convey to the Inner Physician the love, trust, and sincere dedication of the therapist. This loving, trusting and dedicated energy is offered without conditions or strings attached to facilitate the deepest possible healing.
7. Once trust is established, the therapist with intention invites a connection to the IP and connects with the tissue with intentional touch. Applying a technique or following the tissue, sometimes the therapist feels drawn to use greater pressure to facilitate corrections in the craniosacral system or other areas in the body. The therapist may, on occasion, intervene as needed to meet the tension underlying in the tissue, but always listening to the tissue and the Significance Detector, which is the language of the Inner Physician.
8. CranioSacral Therapy improves fluid movement in all systems throughout the body. By doing this it enhances the supply of nutrients to cells; the removal of toxins and waste products from the tissues; the circulation of immune cells, thus enhancing the body's natural defenses against disease-producing bacteria and viruses; the delivery of fresh blood to organs and tissues; and the movement of cerebrospinal fluid. Therefore, there are no situations where it should not be applied, except where the above results are undesirable for some reason.
9. When treatment is initiated with the intention to connect to the Inner Physician, the patient's body will guide the therapist's hands to the places where they will do the most good. It is considered that this guidance is the Inner Physician at work, even before any verbal dialogue has been developed.
10. The CranioSacral Therapist must trust the information received from the patient's body and from the Inner Physician, otherwise the information will stop coming. It is as though the Inner Physician rejects the therapist. In such cases the therapist will be able to do superficial structural work with the craniosacral system, but probably will not be able to get to deep problems until the trust is developed.
11. CranioSacral Therapists should not think of particular symptoms as always following from the same causes in a one-two fashion. Each patient, and even each occurrence of a symptom in a single patient, is an individual case. Expectations that the same symptom always derives from the same cause can be very misleading, especially when the therapist is relying upon very subtle bodily motion signals as is the case in the use of CST. These signals may be merely imagined by the therapist if he/she expects to find them. It is better not to even know the patient's complaint when the body evaluation is done. In beginning of a session with a patient that the therapist has seen before, he tries not to remember what he found out previously; to always evaluate the situation freshly. The therapist may find new developments that might otherwise escape him if he already has a mindset when he re-evaluates. After the initial evaluation for each session, there is plenty of time to integrate your previous findings with the patient's report of changes, new pains, etc.

Inner Wisdom – the nonconscious well of information that lies within each person, which is necessary to understand the underlying causes for health problems and what must be done to resolve them. It is the Inner Wisdom that makes the appearance of the Inner Physician possible.

Integration – 1. the combining and coordinating of individual parts into a unified whole; 2. Anat. the process wherein separate parts of an organism are structurally and functionally made a part of a whole organism or system; 3. Psych./CST. the combination of separate parts, as in elements of a personality, to form a complete, consistent, and stable whole, and a vital aspect of the SER process as well as all CST treatments. 4. a way to balance and invite the body, mind, and spirit to adapt to changes that happened during individual treatments. Also refers to the treatment process as continuous inner work to become a well-integrated person.

Intention – 1. the state of one's mind at the time they carry out an action; 2. CST. the state of one's mind during a therapeutic session, putting aside ego and agenda to be present for a healing process, with the optimal therapeutic goal being to align with the wisdom of one's body and allow it to guide their process to an outcome of healing. CST treatment starts with intention—intention to ground, to connect to the Inner Wisdom of the client/patient, to stay connected the entire session. Intention for the highest good for the client.

Intentioned touch/therapeutic touch – the act of a therapist engaging and blending with a patient through touch, and either consciously or unconsciously initiating the treatment session with the intention of that patient's healing. The intentional touch allows the nonconscious of the patient to “read” the nonconscious of the therapist. From that connection/reading of the nonconscious, the patient can decide what the therapist is capable of supporting. With the intentional touch the therapist can offer universal energy and non-judgmental support for whatever healing process needs to occur and is the technique Dr. Upledger often used to initiate the SER process.

Meld – CST. the act and process of connecting, with another being, listening to their tissues, possibly using the Inner Wisdom as guidance and possibly dialogue, while staying blended and neutral and maintaining a healthy boundary and positive therapeutic intent. Meld to an energy cyst and stay melded can be what is needed for the client to stay in the process. If the client loses connection, what is often needed is that the therapist check if they are melded enough. It is like an art; you can play with the melding like you play a piano.

Mind-body-spirit approach – a therapeutic philosophy of healing which believes that one's thoughts and emotions can be used to help heal their physical body and vice-versa, considering the physiological, mental, and spiritual parts of all of us, and that there is a natural healing force within all of us to facilitate this process.

Mind-body-spirit connection – the term referring to the concept that the mental, spiritual, and physiological components of living creatures are interrelated.

Multiple-facilitator treatment – also known as multiple-therapist treatment and “multi-hands”; a treatment where more than one therapist is present with hands-on to facilitate a patient's therapeutic process. Generally, in a lead therapist and assisting therapists- type format. Therapists blend with the patient and connect to each other's energy through the client's body, communicate about perceptions and insights, enhance energy for tissue release and with unbiased therapeutic intent for optimal healing, all working in harmony as one therapist. Very powerful way to work with SER.

Neutral – 1. CST. in evaluation and treatment, a state where energy is neither sent nor received by the therapist, acting solely as a conduit with no engaging intention to avoid influencing the patient, or one's perception of the information coming from that patient; Energetically, neutral is to initially neither send nor receive energy, but with invitation that the client's body will do what is needed– either start to dissipate energy or draw in energy. It is a quiet, still, aware, centered, compassionate, and receptive practitioner state. It is also an active state through which the practitioner relates to a client and aligns with, is led by, and follows the client's unique inner guidance. The concept of therapeutic neutrality, also known as “neutral,” in CST has three aspects: a) the practitioner's inner state, b) the client-practitioner relationship, and c) the therapeutic process. Neutrality releases the practitioner from assumptions and preplanned approaches, so as to be able to see, feel, accept, and support the client as a unique individual. 2. SER. a state of being grounded, impartial, unbiased and without judgment, wherein one has no inclination toward one side or the other, or support for one thing or another, in a conflict, disagreement or negotiation.

Nonconscious – any somatic, mental or spiritual process or situation not within a patient's conscious awareness at the time, and a term used by Dr. Upledger to avoid the wide variety of connotations which have accumulated around the words “unconscious” and “subconscious”.

Non-invasive – referring to a process, or procedure, which does not involve connecting with the body in an invasive/intruding manner, physically, mentally, energetically, or spiritually, but rather remaining neutral and maintaining healthy boundaries.

Non-judgmental – referring to anything without bias or opinion on the basis of one's personal standards, beliefs or opinions. A quality necessary for a therapist to maintain in the therapeutic healing process of others.

Non-verbal communication – the sending and receiving of wordless expression and messages through methods other than verbally, such as body language, facial expressions, body posture, touch, or energy. The therapist can communicate to the client's nonconscious with thoughts, intention, therapeutic imagery, etc. Listening to the Significant Detector is important part of the process.

Palpation – the act of using touch, of varying degrees of pressure, to explore the structures of the body beneath the skin and use one's proprioceptors to determine what is occurring within it, as well as monitoring the (electromagnetic) field surrounding the body. Paradigm – a frame of reference, example or model, and a distinct set of concepts or thought patterns which are often a different way of looking at something.

Preconceived notion – an idea, which one has already decided upon the answer, whether it be correct or incorrect, before the situation actually occurs, something we strive to not do in the practice of CST.

Process-oriented – referring to something which emphasizes and focuses on systems or processes rather than underlying causes and results.

Resolution – a solution to a problem, as in reaching a decision and moving past a problem. It is an ultimate, yet not guaranteed, goal of therapeutic imagery and dialogue within the SER process, whether it be temporary or long-term. Clients/patients also get resolution to issues (physical, emotional, spiritual) in general in CST without necessarily being an SER.

Self-healing – the ability for one's body to heal itself, without outside intervention.

Self-realization – the satisfaction of reaching one's own potential, perhaps by understanding one's path and purpose, fulfilling one's optimal health and possibilities in life, and an important part of CST or SER process, as depicted in the Patient-Facilitator Connection model. Client/patient gets resolution to issues, whether physical, emotional, spiritual, or other source. Self-realization can also be for a body organ or structure, such as a part of the brain that has never been seen. It can be self-realization at the cellular level.

Significance Detector (SD) – a sudden perceived stoppage of the craniosacral rhythm indicating a therapeutically significant body position, thought, image, sensation, or verbal process is occurring, allowing the opportunity for an energy cyst to release, whether it be physical and/or emotional. An SD has a quality and different depth to it. The therapist can observe when the SD gets deeper and expresses more significance. Also, when the SD get shallower, it can mean that the therapist and client are losing connection to the significant thing. Not all sudden perceived stops of the craniosacral rhythm are SDs, as a person could have moved into a hyper- or hypo-arousal trauma state. An SD is different from a ‘freeze’ state when a client is triggered into a trauma memory and their system shuts down. Often this is a dissociation from the experience for self-preservation. SD is more a deeper suspension as the patient descends into another layer of experience.

Soma – the whole body from the deepest cell to the skin.

SomatoEmotional Release (SER) – a natural evolution of CST, a sign of emotional release from the body tissue. The treatment process named and developed by Dr. John Upledger. SER is spontaneous expression of emotion which, for reasons deemed appropriate by some part of one's nonconscious, has been retained, suppressed and/or isolated within the soma, and which is released as part of a therapeutic occurrence and in connection with physical tissue release. SomatoEmotional Release is a manual therapy that enables the therapist to be led by the Inner Wisdom to support the client to connect to emotions, and safely and its own time, to release them and come to a resolution with the incident. An SER can be quiet or loud, gentle or active, and may or may not involve conscious recollection of the initial incident or trauma.

Still Point – the temporary perceived interruption, or perceived stoppage, of the craniosacral rhythm, either spontaneous or imposed anywhere on the body, which is believed to offer the opportunity for the craniosacral system to therapeutically reorganize with such physiological effects as redirecting and enhancing fluid motion, releasing minor membranous restrictions, relaxing connective tissue, relaxing the sympathetic nervous system, improving autonomic function, facilitating homeostasis and balancing the craniosacral rhythm (CSR).

Structure – the arrangement of particles or parts, or the formation of tissues or organs as part of a whole organism and interrelated with the function of that organism.

Therapeutic dialogue – a therapeutic technique employed to help enhance a therapeutic session, wherein the therapist and some parts of the patient/client are engaged in conversation, symbolically or aloud. The therapist stays grounded, blended and objective, and utilizing imagery, whether solicited or unsolicited, and guided by the patient's craniosacral rhythm via the Significance Detector, and Inner Physician, to help facilitate the resolution of a meaningful healing process, or better understanding of one's situation for optimal acceptance and self-realization. The different parts of the client that the therapist can have a dialogue with through the voice of the client/patient can be their Inner Wisdom, resistance, organs, cells, pain, or other symptoms, even to other beings such as guides, family members, or ancestors.

Therapeutic imagery – a nonconscious communication, which can present in myriad of forms such as a vision, smell, sound, taste, movement or feeling, and when brought to the consciousness, often with the help of therapeutic dialogue, gives one the opportunity to make decisions and realize their own potential and personal truth, and experience a healing process.

Therapeutic imagery and dialogue – a technique used during a CST session using imagery and conversation to gently connect to the patient's Inner Physician and to help facilitate changes in the tissue. A non-leading, therapeutic conversation focused on supporting the client's healing process. The Significance Detector is followed by the therapist when dialoguing. How the tissue responds is much more important than either the questions we ask or the verbal responses we get from the client.

Therapeutic intent – the grounded, blended, and objective intention held by the therapist while facilitating treatment, and their ability to put aside ego and agenda to support and enhance the healing process, with the optimal therapeutic goal being to align with the well-being of the patient on multiple levels and allowing their process to reach an outcome of healing.

Upledger Paradigm – the philosophy, set of concepts and core intent of CST, which are unique to the teachings of John E. Upledger, including research and theory, and exemplified by such terms as Inner Physician, Inner Wisdom, Still Point, Significance Detector, and Melding.

Whole Body Approach – also known as Whole Person Approach; the method of assessing and treating body dysfunctions without regard for compartmentalized symptoms or diagnoses, but rather treating what is found when the entire body and apparent unrelated areas or body parts are considered possible causes for the dysfunction, as well as considering mental, emotional, and spiritual aspects as possible causes, or contributors. Evaluation and treatment of the body dysfunctions by connecting with intention to the Inner Wisdom and tissue memory and to treat what is found, thereby potentially assisting the person on many levels – physically, mentally, emotionally and/or spiritually. The cause of a problem is not necessary at the site of the symptoms. It is about trusting the inner guidance, which can lead to the facilitation of a global release that can be life changing, rather than a local release of a symptom.