

Uma Introdução ao Paradigma da Terapia CranioSacral de Upledger

“Todo protocolo de tratamento deveria ser ditado pela sabedoria do corpo do próprio paciente”

—Dr. John E. Upledger

Essa citação do Dr. Upledger está no cerne da Terapia CranioSacral (TCS) e é o fundamento básico de seu Paradigma. O Paradigma de Upledger descreve os princípios centrais da TCS, sendo uma combinação dos ensinamentos do Dr. John E. Upledger, seus escritos e a interpretação de seu trabalho pelos Instrutores do Upledger Institute International. O Paradigma foi estipulado para evoluir ao longo do tempo, com a continuação do progresso da TCS. O Paradigma é composto por, mas não limitado aos seguintes aspectos:

1. Seres humanos e todos os sistemas biológicos vivos foram apresentados pela natureza com métodos e processos engenhosos e inerentes, através dos quais conseguem sobreviver, funcionar, adaptar e se auto sanar.

- O sistema craniosacral (SCS) é um sistema primordial dentro do corpo.
- A Terapia CranioSacral (TCS) é feita no soma/corpo.
- A TCS se integra bem com outras abordagens de tratamento, incluindo as disciplinas convencionais Ocidentais. *“A TCS pode-se integrar com qualquer coisa.” ~ John E. Upledger*
- Acessamos o SCS auscultando através da palpação, engajando e se fundindo com os tecidos corporais, conectando com intenção e comunicando diretamente com a inteligência inerente do corpo – a Sabedoria Interna
- Estrutura e função estão interligadas
- Reconhecemos as interconexões do todo, desde o microcosmo até o macrocosmo.

2. Inerente a cada sistema vivo, há processos adaptativos únicos e naturais, adequados a cada sistema individual, que podem precisar de ajuda quando o sistema vivo demonstra qualquer sinal de falha nas suas habilidades adaptativas.

- Procuramos usar neutralidade física, emocional, energética e espiritual, enquanto nos mantemos abertos e aterrados, subordinando nosso ego, não tendo qualquer noção pré-concebida e nos mantendo sem julgamento
- Tratamos a pessoa/ser como um todo e usamos uma abordagem de corpo inteiro/holística
- Tratamos a pessoa/ser, não a doença ou disfunção
- O *Still Point* é uma maneira inerente e terapêutica do corpo, no qual ele funciona e se adapta, e acreditamos que oferece a oportunidade ao sistema nervoso central de se reorganizar.

3. A autocura é inerente a cada ser humano e a todos os sistemas biológicos.

- O terapeuta atua com um facilitador terapêutico, indo de encontro ao paciente/cliente ‘onde estiver’, estimulando o processo de cura.
- O trabalho da TCS se expande a diferentes espécies, como cavalos e golfinhos, e em diferentes meios, como a água.

4. Apoio terapêutico é um processo no qual os mecanismos inerentes de autocura são facilitados da maneira mais gentil possível.

- A intenção e o toque intencional são não-invasivos, usando o mínimo de pressão e influência, necessários para obter resultados
- O terapeuta não leva o tecido para onde o tecido não vai por si próprio; o terapeuta segue os tecidos
- As disciplinas de Upledger são não-invasivas e essencialmente sem riscos
- Técnicas indiretas, ao invés de técnicas diretas, são mais utilizadas para facilitar mudanças de maneira sutil. Use o mínimo de força e siga quando o tecido pede por mais força e/ou quando precisa de uma barreira

5. As soluções para os problemas de saúde estão presente em cada sistema biológico único e são distintas para aquele sistema em particular.

- Cada novo paciente/cliente é considerado único e individual
- Após avaliar se há contraindicações, os sintomas e diagnoses do paciente/cliente são colocados de lado e o terapeuta faz contato com a inteligência inerente do paciente/cliente através dos tecidos, líquidos, qualidades energéticas e movimentos
- Tratamentos são dados sem considerar o conhecimento prévio, para que novos achados não sejam perdidos por noções prévias de sessões anteriores. *“Trate o que encontrar” ~ John E. Upledger*
- Escutamos o Médico Interno através do Detector de Significância (DS), que é percebido como uma parada súbita do ritmo craniossacral, indicando haver algo terapeuticamente significativo
- A TCS é orientada ao processo de cura e não é baseada em técnicas

6. Toque terapêutico sutil, comunicação verbal ou não-verbal e intenção são usados para acessar informações sobre os problemas de saúde e seus processos naturais e inerentes de autocura.

- Trabalhamos com o consciente e o não-consciente
- Estamos abertos a todos os aspectos do ser: físico, mental, emocional e espiritual, muitas vezes chamado de conexão ou abordagem corpo-mente
- Corpo, mente e espírito são sistemas abertos que interagem com o meio ambiente fisicamente e energeticamente
- Procuramos trabalhar com compaixão e empatia

7. O histórico de cada pessoa está contido dentro de seu corpo e é expresso através dos tecidos, fluidos, qualidades energéticas e movimentos.

- Após acessar o histórico através de fundir com o toque intencional da TCS, podemos explorar essa informação através dos processos da TCS e Liberação SomatoEmocional (LSE)
- A “Avenida da Expressão” é uma das peças fundamentais de todo o trabalho de LSE

8. Cada ser humano possui e tem acesso a infinitos níveis de consciência que podem se manifestar a nível consciente para apoiar a saúde, a autoconsciência e a auto-responsabilidade.

- Através da TCS podemos ajudar o paciente/cliente a tomar responsabilidade por sua própria saúde
- Ajudamos na melhora da autoconfiança do paciente/cliente
- Nosso objetivo é a independência do paciente/cliente do terapeuta
- Trabalhamos para o desenvolvimento de uma comunicação livre e confiante entre os infinitos níveis de consciência que cada um possui
- A cura é um empreendimento ao qual o paciente/cliente precisa dar atenção, interesse e comprometimento, frequentemente exigindo um esforço significativo
- Auto-realização e empoderamento são objetivos da cura através dos processos da TCS e LSE

9. O papel do terapeuta é facilitar o acesso do cliente à sua ‘sabedoria interna’ - que chamamos de “Médico Interno” – e seguir as diretrizes do Médico Interno em apoio à autocura.

- Há um Médico Interno (MI) em todos nós, que entende cada um dos problemas de saúde e como melhor resolvê-los
- O cerne do Paradigma de Upledger é o Médico Interno
- O MI é acessado através do Sistema Craniossacral (SCS), bem como através dos outros sistemas corporais
- Apoiamos o MI conectando, escutando e confiando no MI, que requer uma mudança de escutar uma autoridade externa para uma autoridade interna (inteligência inerente)
- Fundir é a maneira de iniciar uma relação terapêutica que nos mostra como, quando e onde seguir e facilitar o MI, bem como o nível, grau e qualidade do fundir a ser usado, mostrado pelo MI do paciente/cliente
- O fundir gera um espaço compartilhado ou campo vivo, que se torna o espaço terapêutico para ouvir, seguir e facilitar
- Conectamos com o MI através do toque intencional, muitas vezes usando as técnicas de Imagens Terapêuticas & Diálogo em conjunto
- A responsabilidade do terapeuta é seguir os conselhos e diretrizes do MI, quando este é incluso no “diálogo” ou quando guiando não-verbalmente usando o Detector Significativo
- Conectamos e integramos as técnicas da TCS com o cerne, o SCS
- *“LSE é somente o começo.” ~ John E. Upledger --- O processo continua.*

10. A dedicação para manter, sustentar e pesquisar estes conceitos, e qualquer outro relacionado à integração de corpo-mente-espírito e a autocura inerente, é importante para os terapeutas praticantes da TCS.

- Uma comunicação simples e direta por parte do terapeuta é necessária para que o paciente/cliente possa melhor entender o que está sendo feito para facilitar sua cura
- Profissionais da Saúde de todas as disciplinas têm acesso a este conhecimento e os maiores beneficiados são seus pacientes e clientes
- Terapeutas precisam praticar para se tornarem proficientes, competentes, autorrealizados e bem-integrados, para poder oferecer segurança, confiança e facilitação ideal
- Competência aumenta com experiência clínica, oferecendo a oportunidade para aprender a confiar nas suas mãos enquanto foca na experiência do paciente/cliente
- Uma parte importante de se tornar um terapeuta bem-integrado, autorrealizado e mais competente, é recebendo tratamento
- Tratamentos com múltiplos terapeutas pode aumentar o processo de tratamento
- Procuramos trabalhar dentro da intenção principal das técnicas da TCS e dos princípios de Upledger
- Pacientes/clientes são nossos melhores professores
- Sempre nos manteremos abertos para pesquisas, avaliações e uso de novos métodos, contanto que se mantenham dentro dos critérios mencionados acima, que se aplicam a todos os nossos métodos e disciplinas
- O Paradigma de Upledger é uma maneira de vida que inclui a constelação dos princípios interrelacionados acima, funcionando com um todo para a saúde, bem-estar e evolução criativa da vida