



CST Mastery

Um recurso de Aprendizagem online para terapeutas de CST e
SER do Upledger



image:Georgia O'Keefe Hands and Thimble, by Alfred Steiglitz

“Criar o próprio mundo em qualquer uma das artes exige coragem.”

-Georgia O'Keefe

Olá colegas artistas,

Somos todos artistas. Progredimos com as nossas percepções, conhecimento e ideias. Empenhamos-nos para seguirmos os nossos interesses, as nossas paixões e desenvolvermos fundamentos para talvez atingirmos objectivos mais elevados. Esta evolução do conhecimento básico para a mestria tem muitas fases, e é inevitável sentirmos-nos presos ou limitados, pensando que estamos a fazer algo sem criatividade em vez de nos expressarmos completamente com as nossas capacidades. Como podemos ultrapassar os obstáculos e manter a nossa curiosidade e motivação para explorar o próximo nível?

Muitas vezes na vida, experienciar um tipo de arte inspira-nos a reflectir de outra forma. O Teatro Gamm, em Rhode Island, que produz espectáculos de excelente qualidade, apresentou a peça Amadeus, que explora tanto o trabalho como a arte de fazer música através da vida de Mozart e do seu contemporâneo Salieri. Num apontamento impresso no cartaz, foi mencionada a genialidade de Mozart, e a citação de outro talentoso maestro, Leonard Bernstein, foi incluída: "Uma grande obra de arte não responde a perguntas, fá-las, não resolve problemas, coloca-os. Não é uma mensagem, é um sentimento."

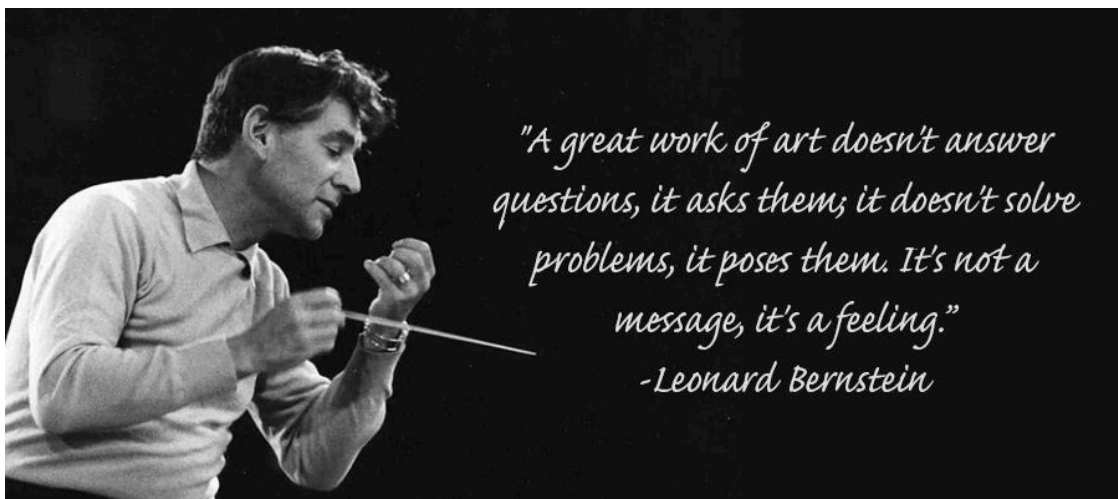


image: Leonard Bernstein

"Uma grande obra de arte não responde a perguntas, fá-las, não resolve problemas, coloca-os. Não é uma mensagem, é um sentimento."

-Leonard Bernstein

Perguntei-me; como é que este conceito se relaciona com a nossa própria arte enquanto praticantes de CST, a nossa Arte do Toque, que estudamos, incorporamos e partilhamos nas artes de cura.

A maioria de nós não é como Mozart, cuja criatividade já estava completa na sua mente quando ainda era jovem. A maioria de nós trabalha nisso, passo a passo, desafio a desafio.

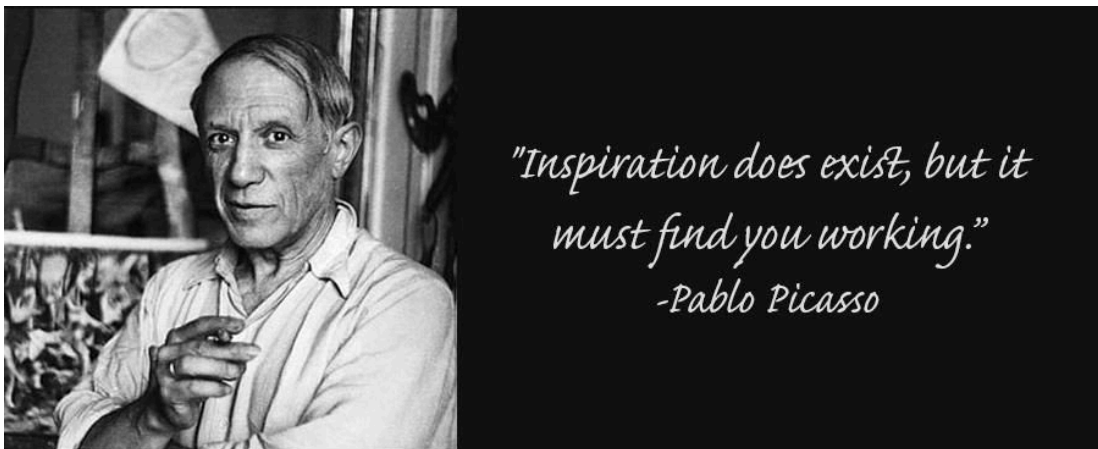


image: Pablo Picasso

“A inspiração existe, mas deve encontrar-te a trabalhar.”

-Pablo Picasso

À medida que aprendemos o trabalho da terapia sacro craniana, o nosso primeiro passo é memorizar e praticar os protocolos; os 10 passos e a avenida da expressão. Através da repetição, familiarizamo-nos muito com estas etapas, integrando a intenção, a anatomia e as técnicas. É comum começarmos por praticar onde colocamos as mãos e aprender a percebermos e interpretarmos o que as nossas mãos conseguem sentir.

Uma vez conseguido isso, para onde iremos a partir daí? O passo seguinte é ouvir o que o corpo está a expressar, ou como nós dizemos, “está a mostrar”. A habilidade do terapeuta é aprender a ler o corpo e a segui-lo, desenvolvendo um diálogo para além dos protocolos do que as suas mãos devem fazer. Qualquer pessoa que tenha feito as 75 repetições do protocolo dos 10 passos após o CST1, sabe do que estou a falar. Devemos estar tão familiarizados com as competências essenciais que estas se tornem a base de um trabalho mais intuitivo.



image: Leonard Bernstein

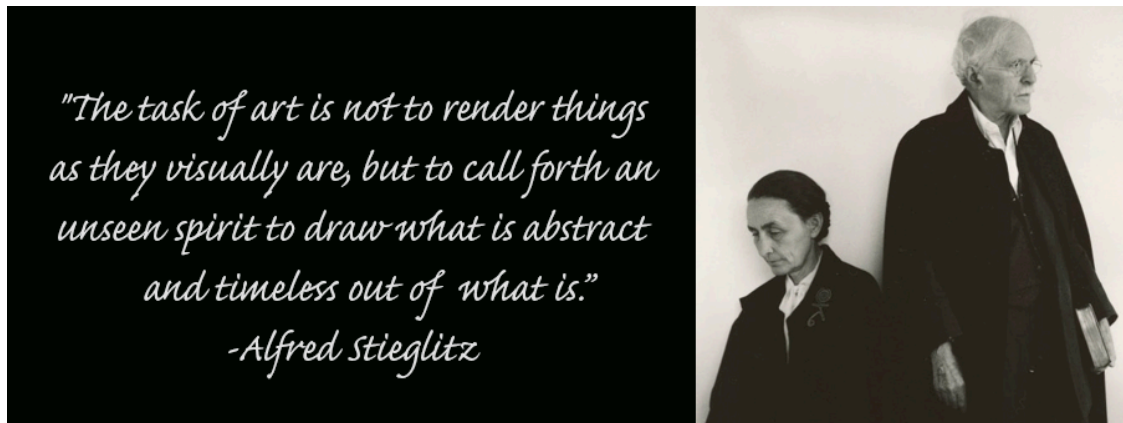
“Quando o estudo das artes conduz à adoração da fórmula (que o céu nos livre), estaremos perdidos.”

-Leonard Bernstein

À medida que nos aprofundamos na Libertação Somato Emocional, começamos também por colocar em prática determinadas frases e ideias. É claro que precisamos começar por algum lado. Primeiro imitamos as ideias que aprendemos nas aulas e nos nossos grupos de estudo e depois integramos essas sugestões na nossa própria linguagem e estilo.

É inspirador ver como cada habilidade abre um novo nível de percepção e nos faz progredir. Quando conseguem acompanhar a expressão do tecido e o detector significativo, existe espaço suficiente na vossa consciência para perguntarem ao cliente como se sente e o que é importante para ele. Isto inicia a vossa relação com o Médico Interno, verbal ou não verbalmente. Criamos uma relação, uma conversa com o cliente através da sua expressão inconsciente. É quando uma habilidade se transforma em arte.

Sejam pacientes convosco, entreguem-se a algo novo e mais além do que conhecem. O artista já está dentro de vós, ou não teriam escolhido este caminho. Permitam que os artistas que existem dentro de vocês se expressem.



Citação de Alfred Stieglitz: Alfred Steele crítico, Paul Rosenfeld, do livro Georgia, de Dawn Tripp

“A tarefa da arte não é representar as coisas tal como elas são visualmente, mas sim invocar um quarto espírito invisível para extrair o que é abstrato e intemporal do que é.”

Alfred Stieglitz

É assim que tornamos o mundo melhor, com um toque artístico de cada vez. É o que definiria como a essência da nossa arte.

De um artista do toque para outros,

Susan



image: Georgia O'Keefe Hands, Alfred Steiglitz

Susan Steiner, OTR/L CST-D

www.susansteiner.com

www.cstmastery.com



Prima nos links abaixo para rever as newsletters anteriores

Anatomia Verdadeira versus Imagens, setembro 2024

Encontrando sabedoria nas camadas, junho 2024

O que é a confiança?, março 2024

A Beleza de Viajarmos Juntos, dezembro 2023

Caminhando com os pensamentos, setembro 2023

Social Media Resources

Website - Portugal

Website - Brasil

Facebook Brasil

Upledger Institute International Facebook (Inglês)

UpledgerAlumni - sponsored by Eric Moya (Inglês)

Visit CSTMastery.com

© 2025 CST Mastery. Todos os direitos reservados.

A reprodução e distribuição de texto ou vídeo sem permissão por escrito é proibida.

Mockingbird Design

CST Mastery | [234 Doyle Ave](#) | Providence, RI 02906 US