

Obsah

Poděkování	17
Předmluva	19
Úvod	21

1 VZTAHOVÝ DOTEK **23**

1.1 VZTAHOVÉ POLE **23**

Fenomén kontaktu 23; Citová vazba, neurověda a vztahový dotek 24; Vliv jiné přítomnosti 25; *Cvičení vědomí: Dotýkání sebe samých* 26; *Terapeutické cvičení: Odkud se dotýkáme?* 27

1.2 CO JE BIODYNAMICKÁ KRANIOSAKRÁLNÍ TERAPIE? **28**

Přehled 28; Stručná historie kraniální terapie 29; Biodynamika 31; *Zásadní klinické informace: Rozvíjení trpělivosti a spočinutí v přítomnosti* 32; Dech života 33

1.3 KLÍČOVÉ SCHOPNOSTI 1: JAK VSTOUPIT DO VZTAHOVÉHO DOTEKU **35**

Rozšíření vašeho percepčního pole 35; *Cvičení vědomí: Zkoumání prostorového a percepčního pole* 35; *Cvičení vědomí: Stav vyváženého uvědomění* 37; *Terapeutické cvičení: Kolik prostoru potřebujete? Využití pojmů „já, druhý, pole“ jako pomůcek k vytvoření prostoru a rituálu kontaktu* 38; Navázání kontaktu ze stavu vyváženého uvědomění 39; Vrozený plán léčení se odhaluje 42; Beckerův třífázový proces 43; Rozlišování tkání, tekutin a potence 44; *Terapeutické cvičení: Rozlišování tkání, tekutiny a potence prostřednictvím křížové kosti a týlní kosti* 45; *Cvičení vědomí: Vnímání tkání a tekutin* 46; Biotensegrita a tkáně 47; Tekutá forma 48; *Cvičení vědomí: Tekutinové elektrické tělo* 50; Klid 50; *Zásadní klinické informace: Rozvíjení klidového stavu* 51; *Zásadní klinické informace: Co se děje, když necítíme nic?* 52

Shrnutí 1. kapitoly **54**

2 STŘEDOVÁ LINIE

56

2.1 ZÁRODEK, FENOMÉN STŘEDOVÉ LINIE A VROZENÉ ZDRAVÍ

56

Zárodek 56; Středová linie a počáteční embryo 58; *Cvičení vědomí: Tekutinová středová linie versus primární středová linie – pohyb mezi neurální dutinou a obratlovými těly* 63; *Terapeutické cvičení: Primární středová linie se sedícím klientem* 64; *Vrozené zdraví* 65; *Terapeutické cvičení: Tekutinová středová linie od chodidel a ramenou* 65

2.2 KLÍČOVÉ SCHOPNOSTI 2: STAVY ROVNOVÁHY 66

Stavy rovnováhy 66, *Terapeutické cvičení: Stav rovnováhy skrze páteřní segment* 67; Jak podpořit stav rovnováhy 68; Orientace na přílivy 69; *Terapeutické cvičení: Primární středová linie a long-tide* 70; *Zásadní klinické informace: Držení křížové a týlní kosti* 72

2.3 PÁTEŘ

73

Přehled 73; *Terapeutické cvičení: Tekutinová středová linie od týlní kosti a křížové kosti – pozice na boku* 77; *Cvičení vědomí: Povrchová anatomie osově kostry* 78; Ploténky jsou přirozená fulkra pro inervaci myotomů, dermatomů a sklerotomů 81; Při léčbě páteře je každý obratel potenciálně významný 82; Krční páteř 84; Hrudní páteř 84; Bederní páteř 84; Facilitace obratlových segmentů 85; *Zásadní klinické informace: Obouruční kontakt na páteři* 86; *Zásadní klinické informace: Léčte páteř častěji* 87

Shrnutí 2. kapitoly

89

3 ZDROJE A ZAHLCENÍ

92

3.1 ZDROJE

92

Zdroje jsou nezbytné pro zdraví a léčení 92; *Zásadní klinické informace: Zdroje* 93; *Cvičení vědomí: Nalezení zdravých míst ve vlastním těle* 95

3.2 PRVNÍ POHLED NA TRAUMA

95

Úvod k modelu traumatu 95; V případě ohrožení existuje hierarchie reakcí 96; Při zahlcení se skryté vzpomínky spojují

s tělesnými stavy a emocionálním nábojem a ztrátou kontextu 99; Trauma mohou způsobit velké jednotlivé události, nebo se jedná o kumulativní proces 101; *Zásadní klinické informace: Znamky sympatické aktivace – boj nebo útěk či hyperexcitace 102; Zásadní klinické informace: Znamky parasympatické aktivace – ztuhnutí nebo disociace či hypoexcitace 103; Zkušenostní vzorce se otiskují do těla 103; Nárazy mohou generovat silové vektory 105; Vysazení (shut-down) je vypnutí při zahlcení 105*

3.3 **DISOCIACE** 106

Orientace na obrys těla pomáhá si uvědomit disociaci 106; Jak váš mozek mapuje vaše tělo? 107; Váha 107; Obrys 107; Kůže 107; Uvnitř 107; Další důležité orientace u disociace 108; Kostí 108; Pocit vznášení není nutně dobrý 108; *Zásadní klinické informace: Disociace 108; Klinický příklad disociace 109; Terapeutické cvičení: Práce s disociací 110; Vezměte na vědomí skryté části jako organizující centra 111; Terapeutické cvičení: Práce s tím, co je skryté 111*

3.4 **AKTIVACE** 112

Autonomní nervová soustava koordinuje reakce zahlcení 113; Sympatické gangliony a bloudivý nerv 113; *Terapeutické cvičení: Portály do sympatické nervové soustavy 114; Srdeční mozek a břišní mozek 117; Při zdravé parasympatické aktivitě dochází k útlumu sympatické aktivity 117; Informační toky z těla a prostředí mohou zmírňovat zahlcení 120; Cvičení vědomí: Naladění na sympatický a parasympatický nervový systém 120; Zásadní klinické informace: Využití koncepce odporu Allana Wadea v kontextu práce s tělem – „Jak jste na to reagovali?“ 121*

Shrnutí 3. kapitoly 124

4 KLID A POTENCE 126

4.1 **LONG-TIDE** 126

Buněčná potence 126, *Cvičení vědomí: Buněčná inteligence 128; Cvičení vědomí: Hierarchie úrovní 128* Nevyřezávaný kus dřeva 129; *Cvičení vědomí: Long-tide 130*

4.2	DYNAMICKÝ KLID	131
4.3	BIODYNAMICKÉ POTENCE	133
	Skrytá síla života 133; Potenční pole těla 135; <i>Cvičení vědomí: Spojení se svým potenčním polem</i> 136	
4.4	DUCHOVNÍ ORIENTACE A KRANIÁLNÍ PRAXE	136
	Poznejte svůj vlastní model 136; „Vyšší moc“ 138; Duše 139; „Všechno je to energie“ 140; Věda a výzkum 142	
4.5	VNÍMÁNÍ A VĚDOMÍ	144
	Jevy a vnímání 144; Vědomí 146; Vnímání celého těla 148	
	Shrnutí 4. kapitoly	149

5 CELOTĚLESNÁ DYNAMIKA **153**

5.1	RECIPROČNÍ NAPĚŤOVÁ MEMBRÁNA	153
	Jádrový spoj 153; Kosti a membrána 155	
5.2	USPOŘÁDÁNÍ POVÁZEK V TĚLE	156
	Příčné uspořádání 156; Tentorium 157; <i>Cvičení vědomí: Reciproční napětí v dýchací bránici</i> 158; Dýchací bránice 159; <i>Terapeutické cvičení: Vytvoření vztahu k dýchací bránici jako přirozenému fulkru pro pole pojivové tkáně</i> 160; Pánevní bránice 161; Hrudní otvor 162; Další příčné bránice 163; <i>Cvičení vědomí: Vnímání hlubokých fascií</i> 163; Podélné uspořádání 164; Falx 164; Durální trubice 164; Páteřní vazy 166; Uspořádání vazů okolo křížové kosti 167; Svalové pochvy 167; <i>Terapeutické cvičení: Fasciální tah a klouzání od chodidel</i> 167; Spirály a diagonály 168; Membrány, dutiny a vaky 169	
5.3	FASCIÁLNÍ MATRICE	170
	Anatomie povázek 170; <i>Cvičení vědomí: Živoucí matrice</i> 171; Buňky hovořící s buňkami prostřednictvím živoucí matrice 172; Integriny 172; Tekutá krystalická 173; Povázka jako smyslový orgán 173	
	Shrnutí 5. kapitoly	175

6 KRANIOPELVICKÁ REZONANCE 177

6.1 KLENBA LEBEČNÍ 177

Původ tkání 177; *Cvičení vědomí: Odlišení klenby od spodiny lebeční 180; Cvičení vědomí: Utvoření týlní kosti 182; Mobilita a motilita kostí klenby 183; Terapeutické cvičení: Pohybová dynamika čelní kosti 185; Cvičení vědomí: Vytvoření vztahu k primárnímu dýchání spánkových kostí – „žaber ryby“ 186*

6.2 PÁNEV 188

Jak nahoře, tak dole 189; Původ tkání 190; *Cvičení vědomí: Naladění na vlastní pánev 191; Motilita a mobilita pánevních kostí 192; Terapeutické cvičení: Pohyb kyčelních kostí 192*

6.3 VNÍMÁNÍ KRANIOPELVICKÉ REZONANCE 194

Kraniopelvicke rezonance v terapii 194; *Zásadní klinické informace: Sledování kraniopelvicke reorganizace v praxi 196; Cvičení vědomí: Povrchová anatomie lebky 197; Zásadní klinické informace: Přehled léčivého procesu a schopností 199*

Shrnutí 6. kapitoly 201

7 POROD 202

7.1 POROD 202

Přehled 202; Vzorce spodiny lebeční 205; *Terapeutické cvičení: Hlava jako tekutinový membránový vak 210; Terapeutické cvičení: Podpora prostoru v místě SBJ 211; Anatomie klínové kosti 212; Dospělý sfenoid 212; Sfenobazilární kloub 213; Celotělesné tvary 213; Citová vazba 215; Přiměřené tempo a obsazení 216; Zásadní klinické informace: Kontakt na SBJ 219*

7.2 INTRAOSEÁLNÍ VZORCE 221

Přehled 221; Běžné vzorce uvnitř hlavních lebečních kostí 222; Obecné přístupy k intraoseálním vzorcům 223

7.3 ZÁŽEH 223

Prenatální zážehy 224; Porodní zážeh 225; *Cvičení vědomí: Tři zážehy 226; Zážeh v terapii 227; Prostory, kde dochází k zážehnutí potence 228*

Shrnutí 7. kapitoly 229

8 VISCERÁLNÍ INTELIGENCE 230

8.1 PŘEHLED ORGÁNŮ 230

Úvod 230; Zásady práce s orgány 230; Střevo jako trubice 231; *Cvičení vědomí: Střevo jako trubice* 233; Dutiny a membrány 234; Hrudní dutina 235; Břišní dutina a bránice 235; Pánevní dutina 235; *Cvičení vědomí: Vnímání dutin* 236; Membrány 236; *Cvičení vědomí: Dutiny a bránice* 238; *Terapeutické cvičení: Biotensegrita pobřišnice* 238

8.2 ANATOMIE A DYNAMIKA ORGÁNŮ 240

Hrudní dutina 240; Plíce 240; Srdce a osrdečník 241; Břišní dutina 242; Játra 242; *Terapeutické cvičení: Práce s játry* 243; Žaludek 244; Slinivka 245; Slezina 246; Tenké střevo 246; Tlusté střevo 247; Pánevní dutina 249; Močový měchýř 250; Děloha, vaječníky a prostata 250; *Zásadní klinické informace: Práce s orgány* 250

Shrnutí 8. kapitoly 252

9 NEURÁLNÍ MATRICE 254

9.1 PŘEHLED NEURÁLNÍ MATRICE 254

Léčení mozku 254; Motilita mozku 256

9.2 TEKUTÝ MOZEK 257

Embryologie mozku 258; *Cvičení vědomí: Rozlišování mezi částmi mozku* 259; Komory, CSF a hluboká potence 260

9.3 MOZEK A KREV 262

Přívod krve do mozku 262; *Cvičení vědomí: Karotický proud* 264; Návrat krve 264; *Terapeutické cvičení: Komunikace s žilními dutinami* 265

9.4 EMOCE A LIMBICKÝ SYSTÉM 266

Úvod k emocím 266; *Zásadní klinické informace: Důkaz spojení myslí-těla* 268; Univerzální emoce 268; Jedinečné zpracování strachu 269; Pociťovaný vjem 270; *Zásadní klinické informace: Empatický praktikant* 271; *Terapeutické cvičení: Komory a limbický systém* 272

9.5	STRESOVÁ A NEUROENDOKRINNÍ IMUNITNÍ REAKCE	273
	Mozkový kmen a aktivace 273; <i>Hypotalamo-pituitární-adrenální osa (HPA) uvolňuje kortizol</i> 275; <i>Zásadní klinické informace: Příčiny stresu</i> 276; <i>Zásadní klinické informace: Příznaky stresu</i> 276; <i>DHEA</i> 277; <i>Zásadní klinické informace: Účinky kortizolu</i> 278	
9.6	BOLEST	279
	Bolest je komplexní a vždy zahrnuje emoce 279; <i>Terapeutické cvičení: Nervový proud a facilitace míchy</i> 280; Anatomie bolesti 281; Existují mezilehlé body ve zpracování bolesti centrální nervovou soustavou 281; Odpad dovnitř rovná se odpad ven: Funkce nervové soustavy se odvíjí od kvality přichozích sensorických informací 282; Intenzivní primitivní reflexy si mohou přisvojovat funkci těla: stažení flexorů je reakce celé míchy, která ovlivní celý muskuloskeletální systém 283; Teorie brány bolesti popisuje, jak rychlé signály vláknitých nervů tlumí pomalé signály vláknitých nervů 284; Bolest mění způsob, jakým funguje nervový systém 285; <i>Zásadní klinické informace: Terapeutické strategie založené na pochopení inhibice</i> 286	
	Shrnutí 9. kapitoly	288

10 OBLIČEJOVÝ KOMPLEX **291**

10.1	OBLIČEJ	291
	Složitosti obličeje a horní čelisti 291; Fyziologie obličeje 291; <i>Terapeutické cvičení: Intraorální kontakt na maxilách</i> 293; Jařmové kosti 294; Očnice 295; <i>Cvičení vědomí: Sledování bránice obličeje</i> 295; Středová linie obličeje – kost čichová a radličná 296; Klínová kost a obličej 297; <i>Cvičení vědomí: Jak sfenoid komunikuje s obličejem</i> 298; Neurální obličej 298 Kraniální nervy, které inervují obličej 298; Motorická inervace podrobněji 298; Sensorická inervace podrobněji 299; Metabolická tekutinová pole v obličejí 299; <i>Terapeutické cvičení: Orientace na nervový proud a prohloubení komunikace s tekutinovými poli obličeje</i> 300	
10.2	OČI	302
	Přehled 302; Oči a držení těla 303; Oči a nervová soustava 304; Oční svaly a pohyb a související somatické nervy 304; Optický	

	nerv 305; Autonomní nervový systém a oči 306; Klínová kost a očníce 306; <i>Terapeutické cvičení: Oči a klínová kost 307</i>	
10.3	DOLNÍ ČELIST A TMJ	308
	<i>Zásadní klinické informace: autotest TMJ 309; Vyrovnání dolní čelisti přes spánkové kosti 310; Terapeutické cvičení: Orientace na spánkové kosti a vyrovnání dolní čelisti 310; Vývoj dolní čelisti 311; Svaly dolní čelisti 312; Vazy a kloubní destička temporomandibulárního kloubu 312</i>	
10.4	HRDLO	313
	Jazylka 313, <i>Cvičení vědomí: Držení těla a hrdlo 314; Obličejový komplex a sociální nervový systém jsou nezbytné pro vyjadřování emocí 315; Terapeutické cvičení: Jazylka 315</i>	
	Shrnutí 10. kapitoly	317
11	KLOUBY	319
11.1	ÚVOD KE KLOUBŮM	319
	Synoviální klouby 320; Vláknité klouby a chrupavčité klouby 321; <i>Cvičení vědomí: Komplexní cvičení pro klouby 321</i>	
11.2	LÉČENÍ KLOUBŮ	322
	Obecné zásady pro práci s klouby 323; Léčení končetin 324; <i>Zásadní klinické informace: Nervový proud 325</i>	
11.3	KLÍČOVÉ KLOUBY: OSOVÁ KOSTRA	326
	Atlanto-okcipitální kloub 326; <i>Terapeutické cvičení: Atlanto-okcipitální kloub 327; Lumbosakrální kloub 328; Sakroiliakální skloubení 329</i>	
11.4	KLÍČOVÉ KLOUBY: DOLNÍ KONČETINA	330
	Kyčelní klouby 330; Kyčelní anatomie 330; Kolenní klouby 332 Anatomie kolene 333; <i>Zásadní klinické informace: Běžné vzorce ve špatném vyrovnání kolene podle Dr. Marka Charretta DC (2005) 333; Kotníky a klouby chodidla 334; Anatomie kotníku a chodidla 334</i>	
11.5	KLÍČOVÉ KLOUBY: HORNÍ KONČETINA	335
	Rameno 335; Anatomie ramene 335; Loket, zápěstí a ruka 337; Anatomie lokte, zápěstí a ruky 338	
	Shrnutí 11. kapitoly	339

12 BUDOVÁNÍ PRAXE	340
12.1 PROČ SE CHCETE STÁT KRANIOSAKRÁLNÍM TERAPEUTEM?	340
Poznejte svůj cíl 340	
12.2 JAK SE UŽIVIT JAKO KRANIOSAKRÁLNÍ TERAPEUT: NĚKTERÉ POSTŘEHY K PROVOZOVÁNÍ PRAXE	341
Přehled pro vybudování praxe 341; Budte energičtí 341; Navazujte vztahy 342; Ústní doporučení 342; Prodávějte sebe a kraniální terapii 343; Krátká sezení a průběh léčení 343; Učiňte hned na začátku správná rozhodnutí 344; Jaký chcete být terapeut? 344; Jak se tím uživit? 345; Formulace úvodní přednášky o BKST 346; Vytvoření brožury a webové stránky 347; Jednoduchý model pro změnu: „Sundejte náklad ze hřbetu osla“ 347	
12.3 PROFESIONÁLNÍ ÚVAHY	348
Pokračující průprava a podpora 348; Právní úvahy 349	
12.4 POŘIZOVÁNÍ ANAMNÉZ	350
Záznamy o průběhu léčby 350; <i>Zásadní klinické informace: Menší návod pro pořizování anamnézy</i> 351	
12.5 ZHODNOCENÍ KLIENTOVA ZDRAVOTNÍHO STAVU	353
Zásadní klinické informace: Základní hodnocení – jak si o někom utvořit jasný obraz na základě hmatové perspektivy 354; <i>Zásadní klinické informace: Kraniosakrální hodnocení – jak si o někom utvořit jasný obraz na základě kraniosakrální perspektivy</i> 355; Jazyk pro dotek 356; Výrazy pro změnu 356; Výrazy pro obtížnost 356; Výrazy pro zdraví 356; Výrazy pro proces 357; „Kolik sezení potřebuji?“ 357	
12.6 JAK BÝT VYNIKAJÍCÍM PRAKTIKANTEM	359
Bezpečnost při praxi 359; Struktura terapeutického sezení 360; Co znamená být zkušený 361; Pěstování důvěry v hlubší inteligenci 362	
Slovníček pojmů	364
Seznam použité literatury	368
Rejstřík	373