



# CST Mastery

Be Inspired

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



**Queridos sábios terapeutas,**

Os nossos cérebros sentem-se confortáveis com a impressão química dos nossos pensamentos e padrões diários. Na realidade, os nossos cérebros querem continuar com essas ideias e químicos. Ao experienciar stress, trauma ou ameaças, o nosso sistema nervoso simpático está num estado de hiper excitação. Isso cria um estado de mal-estar. Actualmente reconhece-se que muitas das condições crônicas das pessoas, são resultado de uma excitação a longo prazo do sistema nervoso simpático. A hiper excitação cria uma impressão química que pode tornar-se viciante.

Quando nos misturamos e fundimos com os nossos pacientes através da CST, nós ajudamo-los a relaxar. O relaxamento diminui os níveis de stress, indicativos de que a pessoa entra em estados mais baixos de ondas cerebrais beta e alfa. Ao equilibrar o sistema nervoso autónomo, este agora pode fazer o que deve fazer; para construir, criar crescimento e reparar as células.

O aumento das ondas cerebrais alfa e theta, permite um melhor fluxo do sistema límbico. Quando isso acontece, não há necessidade de controlar o ambiente. O hemisfério esquerdo tranquiliza-se e as pessoas ficam abertas à imaginação e criatividade.

Esse processo cria uma influência significativa além dos limites físicos, no campo de energia ao nosso redor. É conhecido como o campo quântico. É um lugar sem tempo linear, um lugar sem passado, presente ou futuro.

Nós, terapeuta e paciente, acedemos a esse campo com o tratamento de CST e imagens e diálogo terapêuticos. No SER, à medida que o paciente acede ao passado, liberta a memória e o corpo retoma um melhor equilíbrio autónomo. Às vezes no SER, eles refazem um evento, por exemplo, a conclusão do processo biológico (ensinado no SER2), o passado mudou e manifesta-se no presente e no futuro.

Cabe-nos a nós, a próxima geração, fazermos a pesquisa e discussão de como a CST/SER incorpora os princípios do campo quântico quando trabalhamos com a memória, trauma e cura.

Agradeço às seguintes pessoas cujo conhecimento sintetizei para este boletim: Dr. Joe Dispenza, Dr. Jean Houston, Dr. John Upledger e Dra. Lisa Upledger.

Tudo de bom,



*Não é necessário conhecer os factos da sua história para poder reprogramar os sintomas ou os resultados.*

-Peter A. Levine, PhD



*Art of Touch*

#### **Arte do toque – Tutoria Mensal:**

##### **ATM - Conhecer os músculos pterigóides**

Como aprendemos no CS1, a técnica da ATM é uma das últimas etapas do Protocolo de 10 passos. A ATM é apresentada como uma técnica em duas etapas. À medida que incrementa as suas capacidades, descobrirá que explorar esta articulação é uma maravilha acadêmica.

O vídeo deste mês fará a análise biomecânica desta articulação. Embora o côndilo se mova dentro da fossa do osso temporal, uma articulação saudável necessita de se coordenar com o disco, músculos e ligamentos.

Convido-vos a reverem o capítulo sobre a articulação temporomandibular no manual de CST1. Há uma ilustração de como esse disco desliza sobre o côndilo à medida que a mandíbula se move. O músculo que coordena o movimento do disco é o pterigóide lateral. Encorajo-vos a aprenderem a localização deste músculo. Aqui estão alguns links interessantes.

[https://en.wikipedia.org/wiki/Lateral\\_pterygoid\\_muscle](https://en.wikipedia.org/wiki/Lateral_pterygoid_muscle)

Vídeo do YouTube sobre o movimento da ATM

<https://www.youtube.com/watch?v=mB468Jh9aAY>

Para encontrar esse músculo, explore com o toque de CST sob o zigoma e depois atrás dos últimos molares superiores. No início, muitas vezes há uma dor, que logo se dissipa. Lembre-se de libertar ambos, os músculos à direita e à esquerda. Isso pode aumentar a amplitude de movimento da mandíbula.



## Art of Dialogue

### Arte do diálogo – Tutoria Mensal:

#### O Sistema Nervoso assume a liderança

Frequentemente, testemunhamos camadas de traumas que vão sendo reveladas pelos nossos pacientes. Convido-vos a considerarem esta ideia. Há momentos em que não é necessário ou até mesmo útil, revisar os eventos do passado numa sessão de SER. O estado do sistema nervoso autónomo é um indicador importante.

O Dr. Peter Levine, PhD, é um dos líderes na discussão e ensino da relação entre o trauma e o sistema nervoso autónomo. O seu primeiro livro, '[Waking the Tiger](#)', é um texto recomendado para quem trabalha com pacientes com trauma.

Penso que também podem estar interessados nesta entrevista do YouTube com o Dr. Levine:

[https://www.youtube.com/watch?v=AFUZH6\\_0XE](https://www.youtube.com/watch?v=AFUZH6_0XE)

O Dr. Levine ensina a importância de conhecer o estado neurológico do seu paciente e, portanto, avaliar a sua saúde mental. É muito importante perceber que pessoas com um trauma passado, ainda podem estar a viver num estado de luta ou fuga ou num estado congelado. Esses estados criam um alto nível de stress com as hormonas que o acompanham. Essas pessoas podem sofrer de transtorno de stress pós-traumático. Controlar a velocidade e a intensidade de um tratamento é importante. O objectivo é ajudá-los a regular o sistema nervoso.

Como terapeuta, tenha sensibilidade na percepção do estado mental e emocional do seu paciente antes de iniciar o tratamento. Confie na sua intuição se sentir que alguém é frágil e não consegue lidar com muita emoção. Reserve um tempo suficiente no final de uma sessão para que o seu paciente descanse e se sinta equilibrado antes de deixar seu consultório.

Como isto se relaciona com o SER? A principal intenção do SER é libertar tensões e quistos energéticos do tecido do corpo. O diálogo incentiva o paciente a aprofundar-se no seu estado não consciente. Isso começa a criar um estado de relaxamento, apresentando mais ondas cerebrais alfa. A principal intenção do diálogo é facilitar a libertação da tensão ou criar força interior da maneira que melhor atenda às necessidades dos nossos pacientes. Às vezes é visitar um evento passado e, outras vezes, é seguir a sua sabedoria interior e criar mais estabilidade e calma interior. O detector significativo é o nosso guia.

Espero encontrá-lo no vídeo tutorial de SER deste mês, onde irei compartilhar duas sessões de tratamento que demonstram este tema.

## Social Media Resources

[Website - Portugal](#)

[Website - Brasil](#)

[Facebook Brasil](#)

**Upledger Institute International (Inglês)**

**UpledgerAlumni - sponsored by Eric Moya (Inglês)**

[Visit CSTMastery.com](https://www.CSTMastery.com)

© 2019 CST Mastery. Todos os direitos reservados.

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

CST Mastery | 234 Doyle Ave, Providence, RI 02906