

Dobrze napisane, praktyczne omówienie
terapii czaszkowo-krzyżowej, jednej z najbezpieczniejszych
i najefektywniejszych metod wspomagania zdrowia, jakie znam.
Szkoda, że tak mało jest terapeutów takich, jak Michael Kern.
– Andrew Weil, autor książki *Naturalne zdrowie, naturalne leczenie*

MĄDROŚĆ CIAŁA

CZASZKOWO-KRZYŻOWE PODEJŚCIE
DO ISTOTY ZDROWIA



Michael Kern

D.O., R.C.S.T., M.I.Cr.A., N.D.

MĄDROŚĆ CIAŁA

*Czaszkowo-krzyżowe podejście
do istoty zdrowia*

MICHAEL KERN
D.O., R.C.S.T., M.I.Cr.A., N.D.

przekład:
Marta Kulon
Dorota Tomczyk



SPIS TREŚCI

Przedmowa do wydania polskiego x

Podziękowania xii

Wykorzystane cytaty i przedruki xiii

Znaczenie skrótów xiv

Spis ilustracji xv

Przedmowa – Franklyn Sills xvii

Wprowadzenie xix

Rozdział 1. Historia i rozwój terapii czaszkowo-krzyżowej 1

Początki 2

Oddech Życia 5

Rozwój terapii 9

Rozdział 2. Koncepcja czaszkowo-krzyżowa 12

Trzy pływy 13

Wzbieranie Oddechu Życia 23

Zasada hologramu 27

Pierwotna matryca 32

Rozdział 3. Mechanizm pierwotnego oddychania 36

Ruch pierwotnego oddychania 37

Pięć głównych aspektów 41

Całe ciało 80

<i>Rozdział 4. Inteligentne ciało</i>	92
Kluczowe zasady	93
Związek pomiędzy strukturą a funkcją	94
Jedność ciała	96
Wewnętrzne źródło uzdrawiania	99
<i>Rozdział 5. Wzorce doświadczenia</i>	107
Punkty podporu w zdrowiu i chorobie	108
Wzorce inercyjne	115
Konsekwencje inercji	118
<i>Rozdział 6. Sztuka diagnozy</i>	127
Aspekty diagnozy	128
Przygotowywanie gruntu	129
Sztuka palpacji	141
Umiejętność „rozmowy”	147
Percepcja	150
<i>Rozdział 7. Podstawowe zasady terapii</i>	160
Cele leczenia	161
Serce procesu leczenia	163
Wrodzony plan leczenia	171
Umiejętności terapeutyczne	177
Szczególna „rozmowa”	182
Umiejętność pracy z płynami	190
Punkty zaciszenia	192
Leczenie w praktyce	198
Powrót do całości	204

<i>Rozdział 8. Holistyczne spojrzenie</i>	207
Źródła zaburzeń	208
Kontinuum ciało-umysł	216
Ciało i energia	226
<i>Rozdział 9. Stres i trauma</i>	235
Natura stresu i traumy	236
Fizjologia stresu i traumy	238
Zaciszenie i dysocjacja	243
Zasoby	247
Umiejętność pracy z szokiem i traumą	251
<i>Rozdział 10. Cięża, poród, dziecko</i>	261
Początek życia	262
Okres prenatalny	263
Przyjście na świat	273
Przyczyny komplikacji	281
Praca z niemowlętami i dziećmi	289
Suplement: A więc chcesz zostać terapeutą czaszkowo-krzyżowym?	296
(Candice Marro R.C.S.T.)	
Słownik	301
Przypisy	317
Polecana literatura	337
Indeks	340
Szkolenia	353