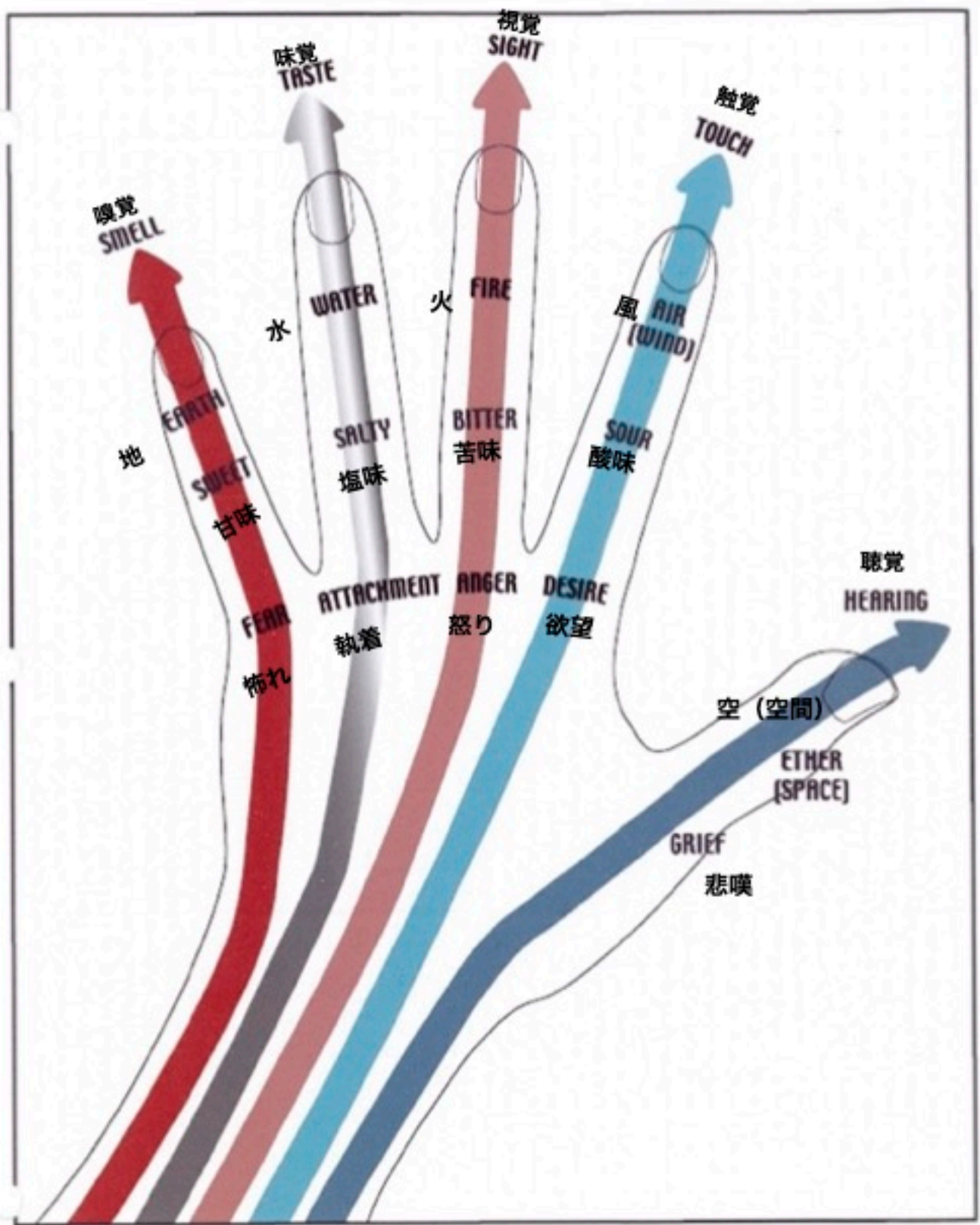


コアシンクロニズム(Core Synchronism)という名称、全ての表記資料や図表は著作権によって保護されています。この資料をいかなる方法において複製または利用することを希望する人は誰でも、著者・ロバート・スティーブンスと翻訳者・新家江里香の書面による許可を得る必要があります。



## コアシンクロニズム 2

### 1) 波動脈

- A. 手の指
- B. 足の指

### 2) チャクラ 同調

- A. 大チャクラ (前方)
- B. 小チャクラ (前方)
- C. 大チャクラ (後方)
- D. 大チャクラ (前方/後方 一緒に)

### 3) 生誕体要素関係

### 4) 三対要素関係

### 5) 背骨

- A. 三対脊椎関係
- B. 三対脊椎幾何関係
- C. 三対脊椎・三対身体関係
- D. 脊椎/波動評定より

(不均衡な要素と関連する脊椎の部分を点検)

### 6) 全頭蓋保持/コア

# 小チャクラ

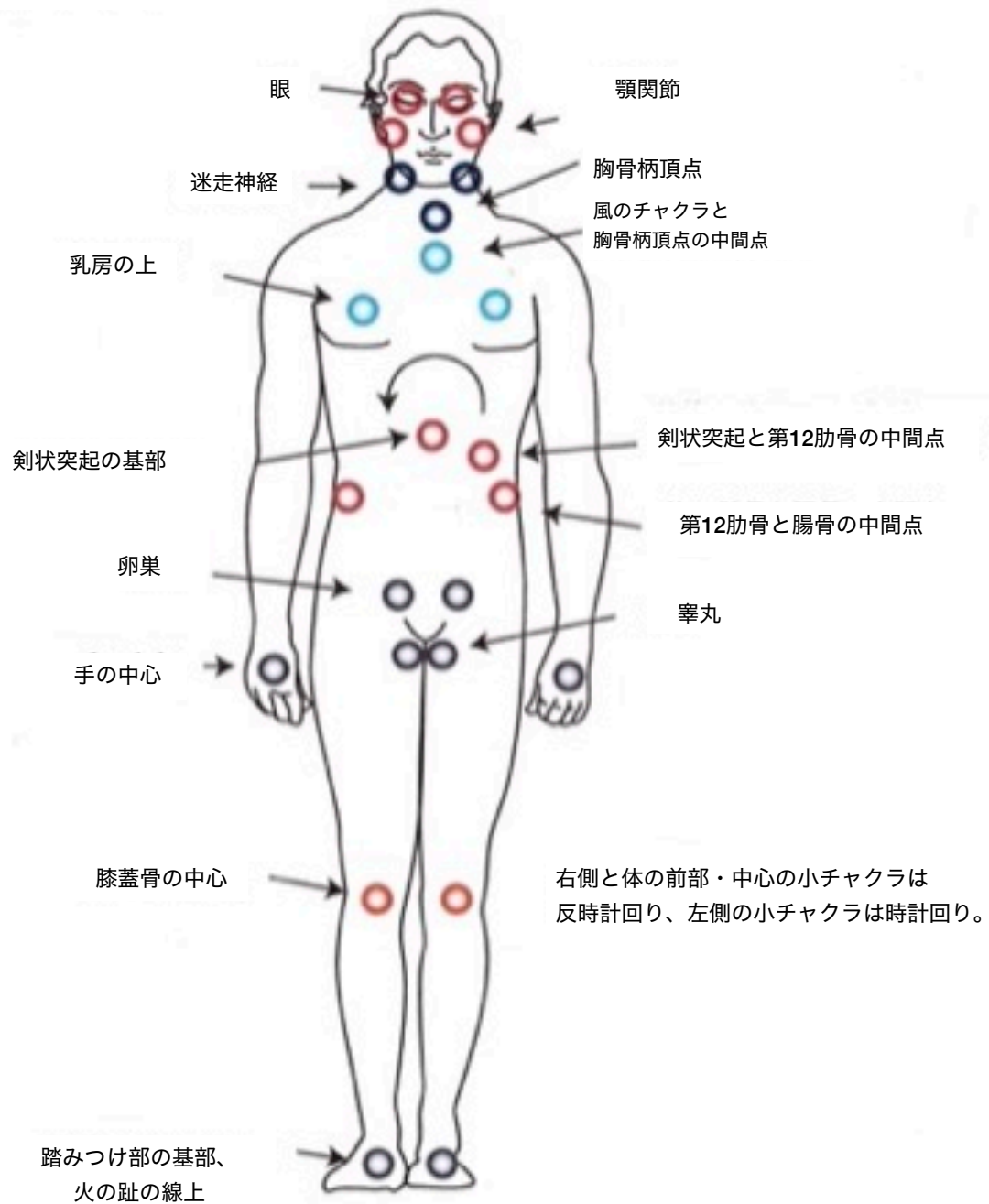


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens



# 大チャクラ (後部)

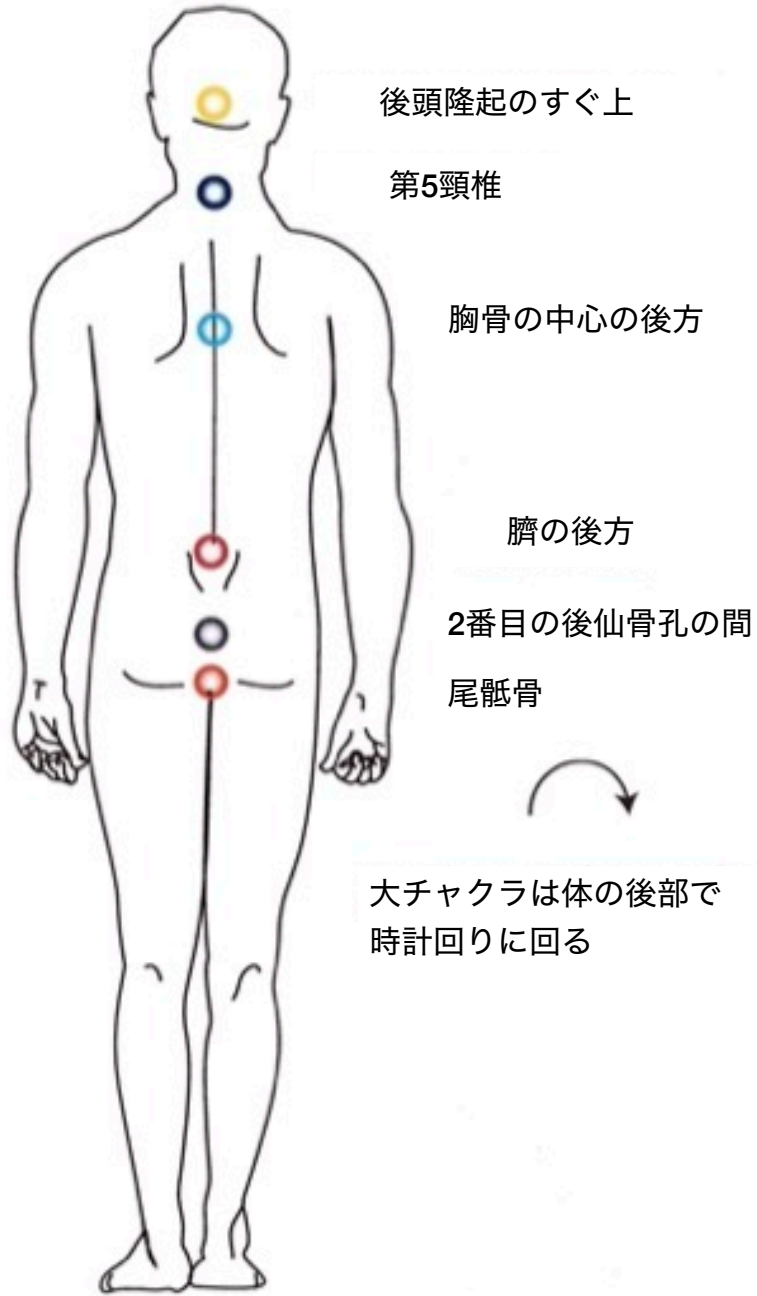


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens

# 大チャクラ

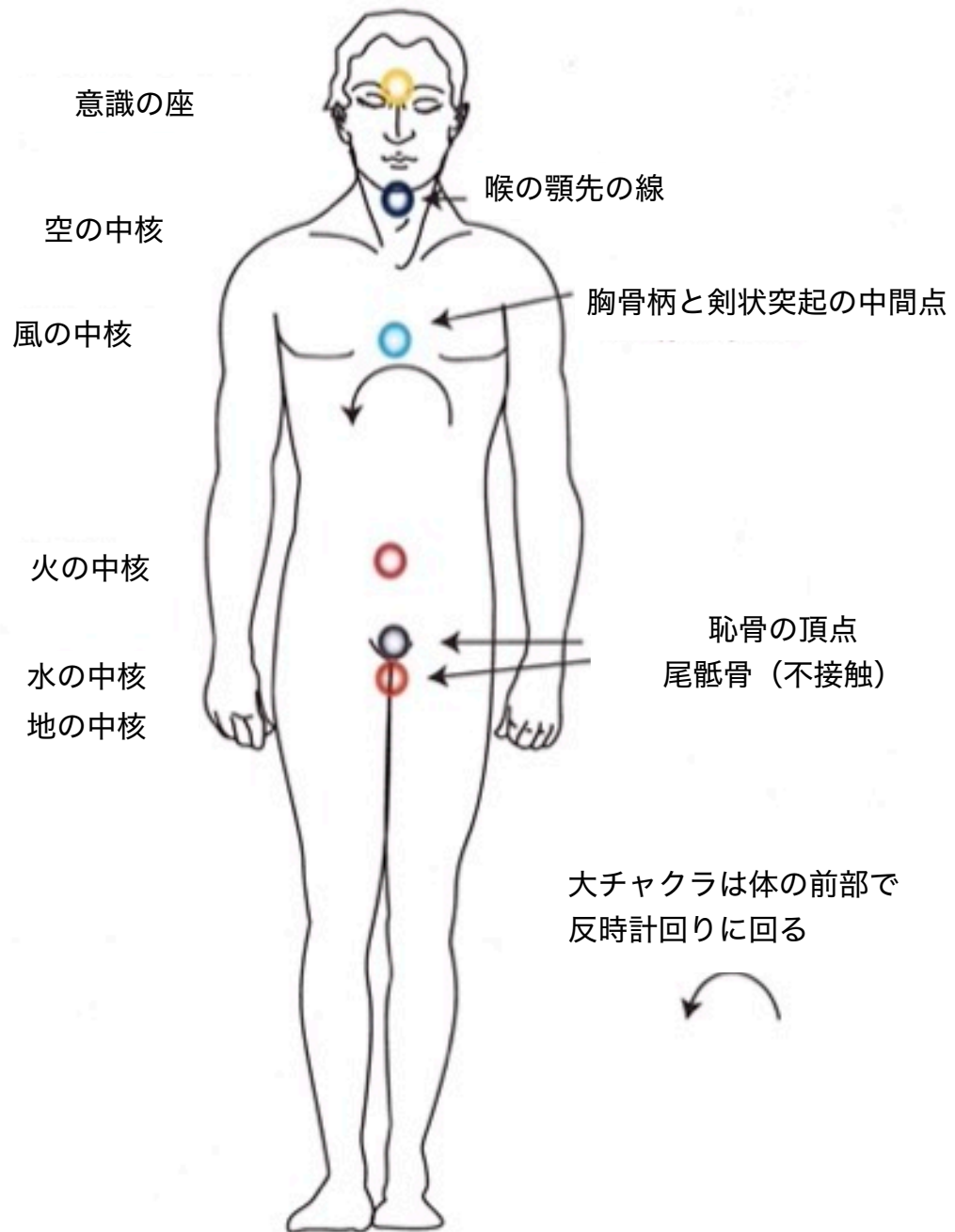
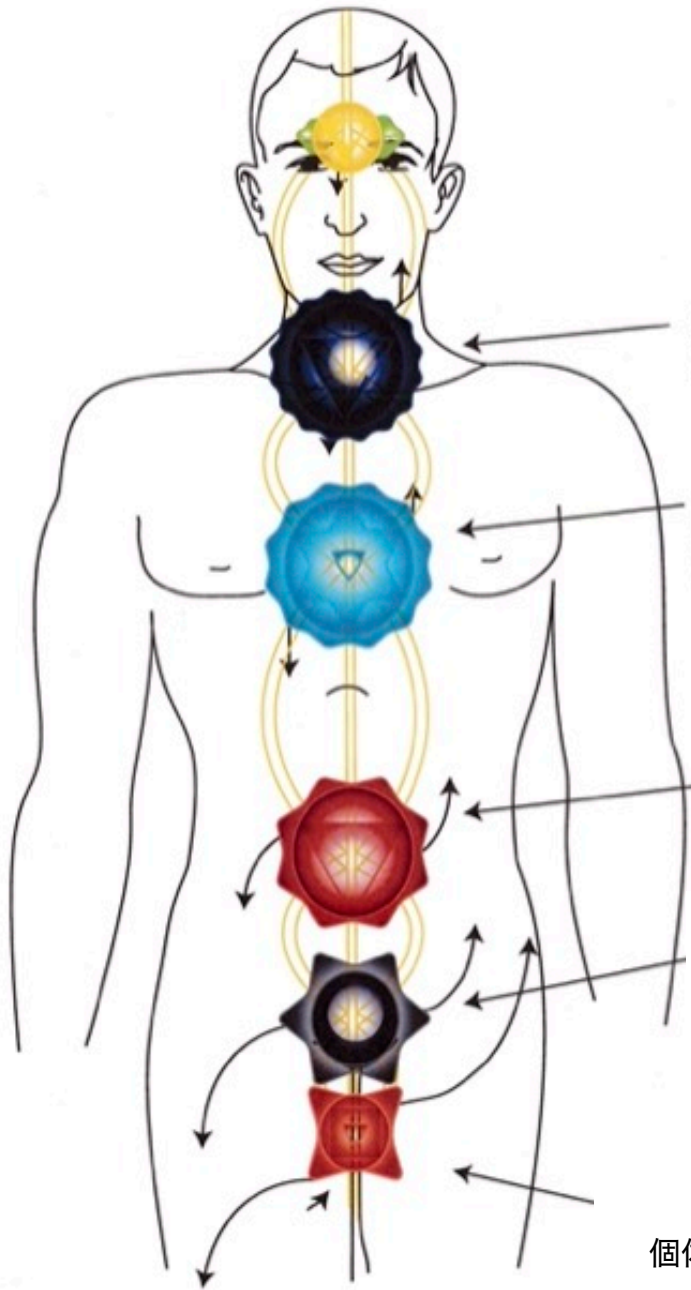


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens



空の中核  
 声-聴覚  
 喉

風の中核  
 呼吸-循環  
 肺/心臓

火の中核  
 消化  
 胃/腸

水の中核  
 繁殖力  
 感情的欲求  
 骨盤内器官/腺  
 分泌

地の中核  
 個体・液体物の排出  
 直腸・膀胱

Illustration by Ashlee LaVine  
 Copyright 2002 Robert Stevens



# Birth Body Elemental Relationships

## 生誕体要素關係

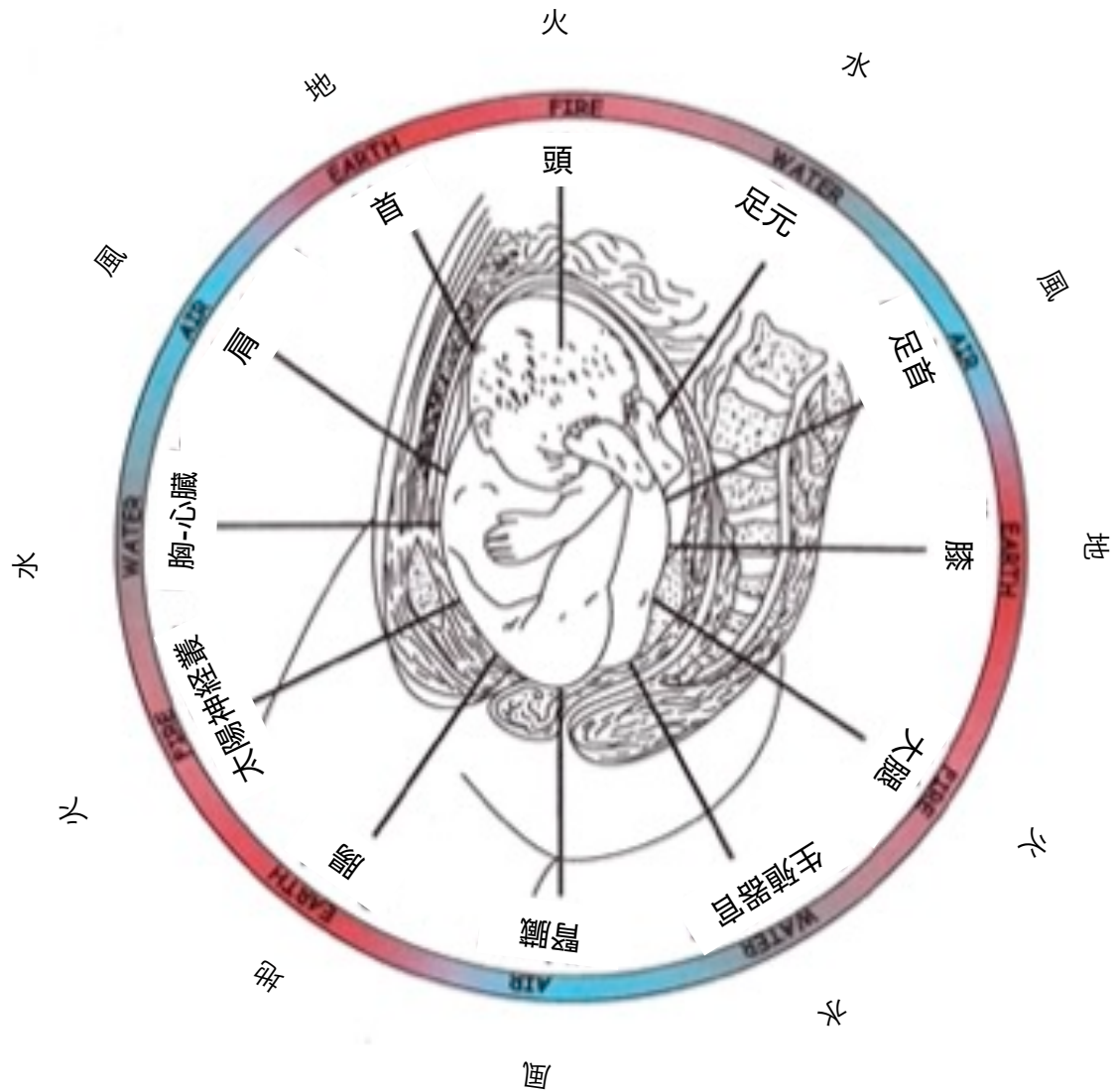


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens

# Birth Body Elemental Relationships

## 生誕體要素關係

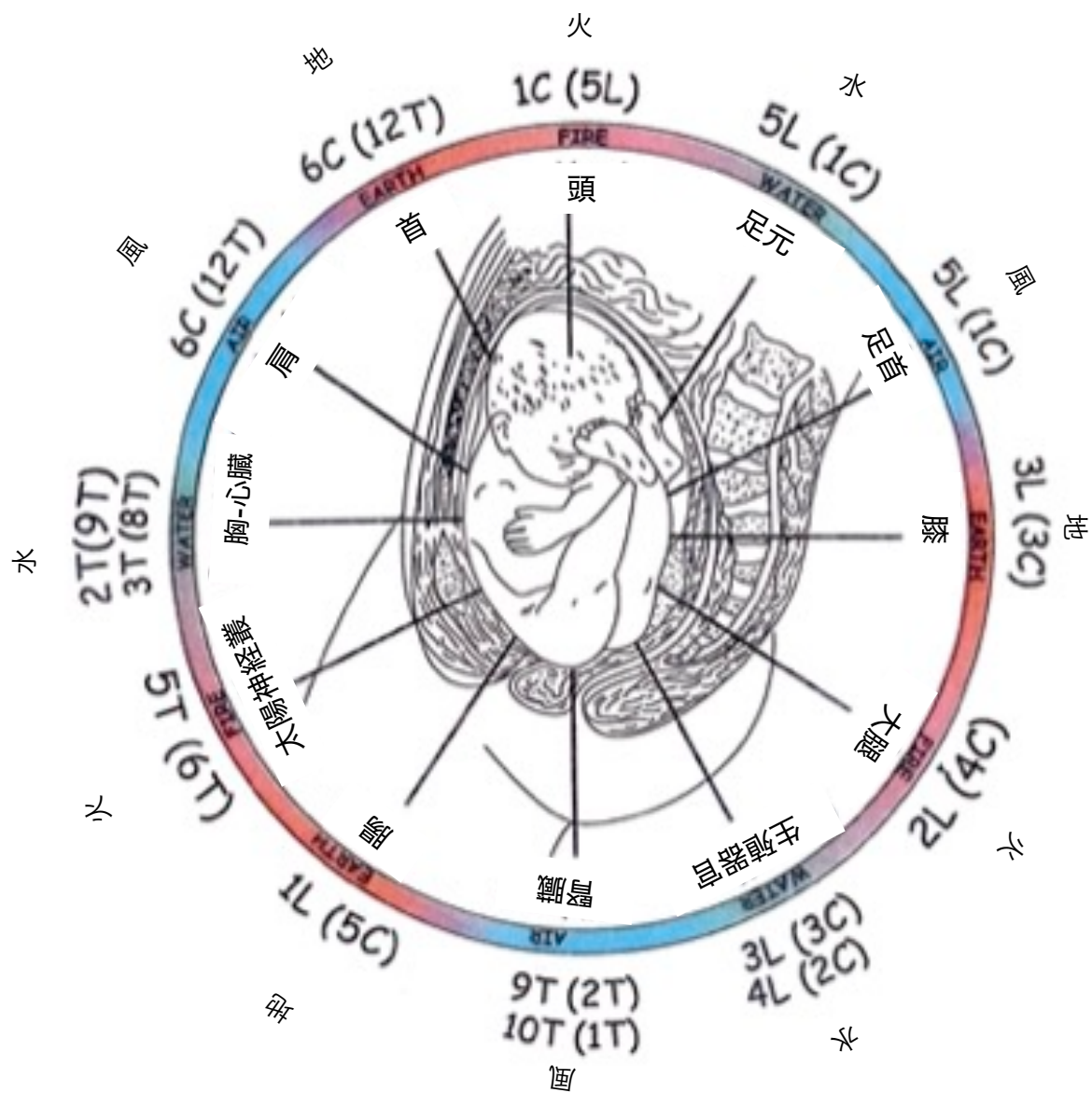


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens

# Triad Elemental Relationships

## 三对要素關係

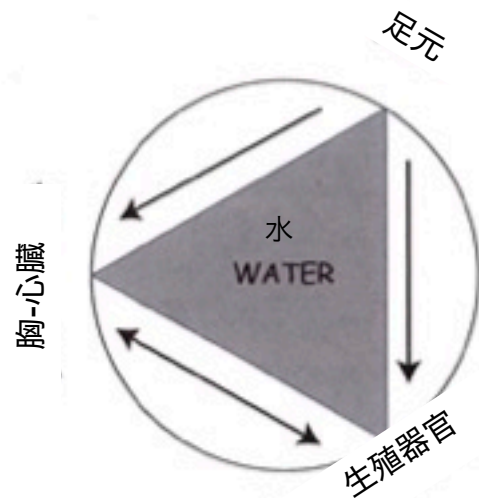
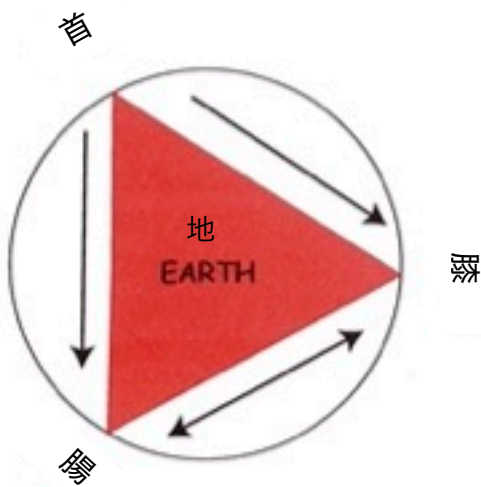
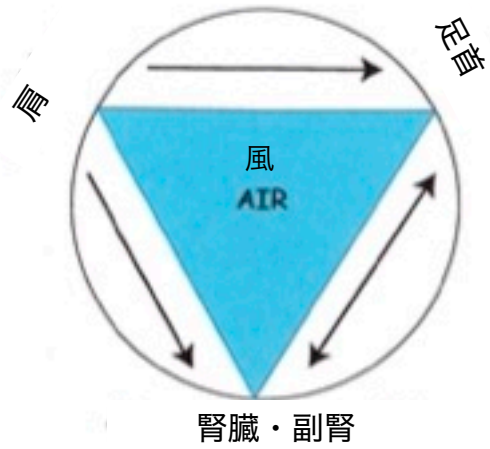
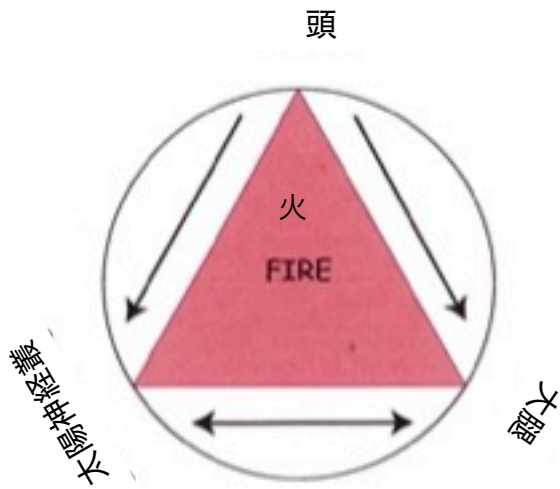


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens

# Triad Spinal Relationships

## 三对脊椎關係

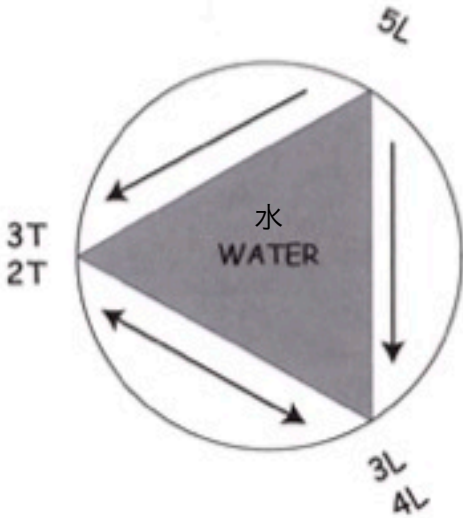
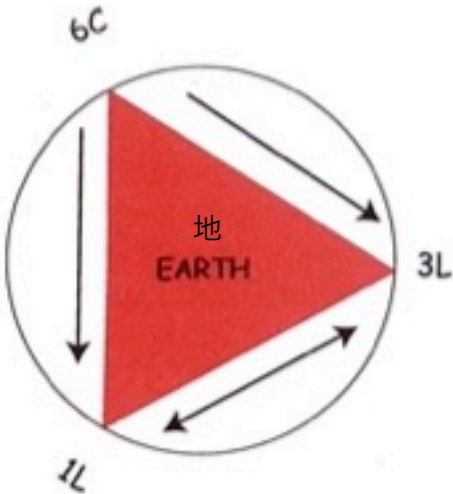
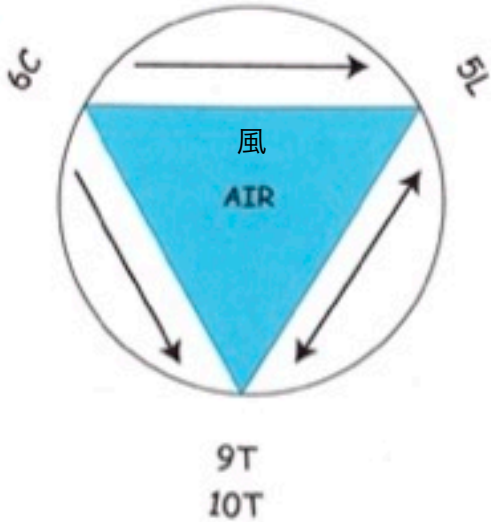
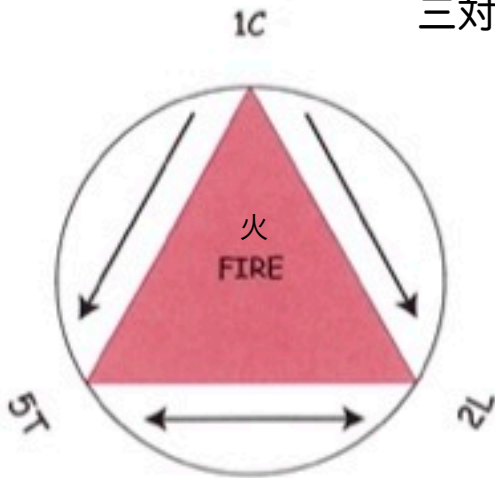


Illustration by Ashlee LaVine  
 Copyright 2002 Robert Stevens

# Triad Spinal Geometric Relationships

## 三对脊椎幾何關係

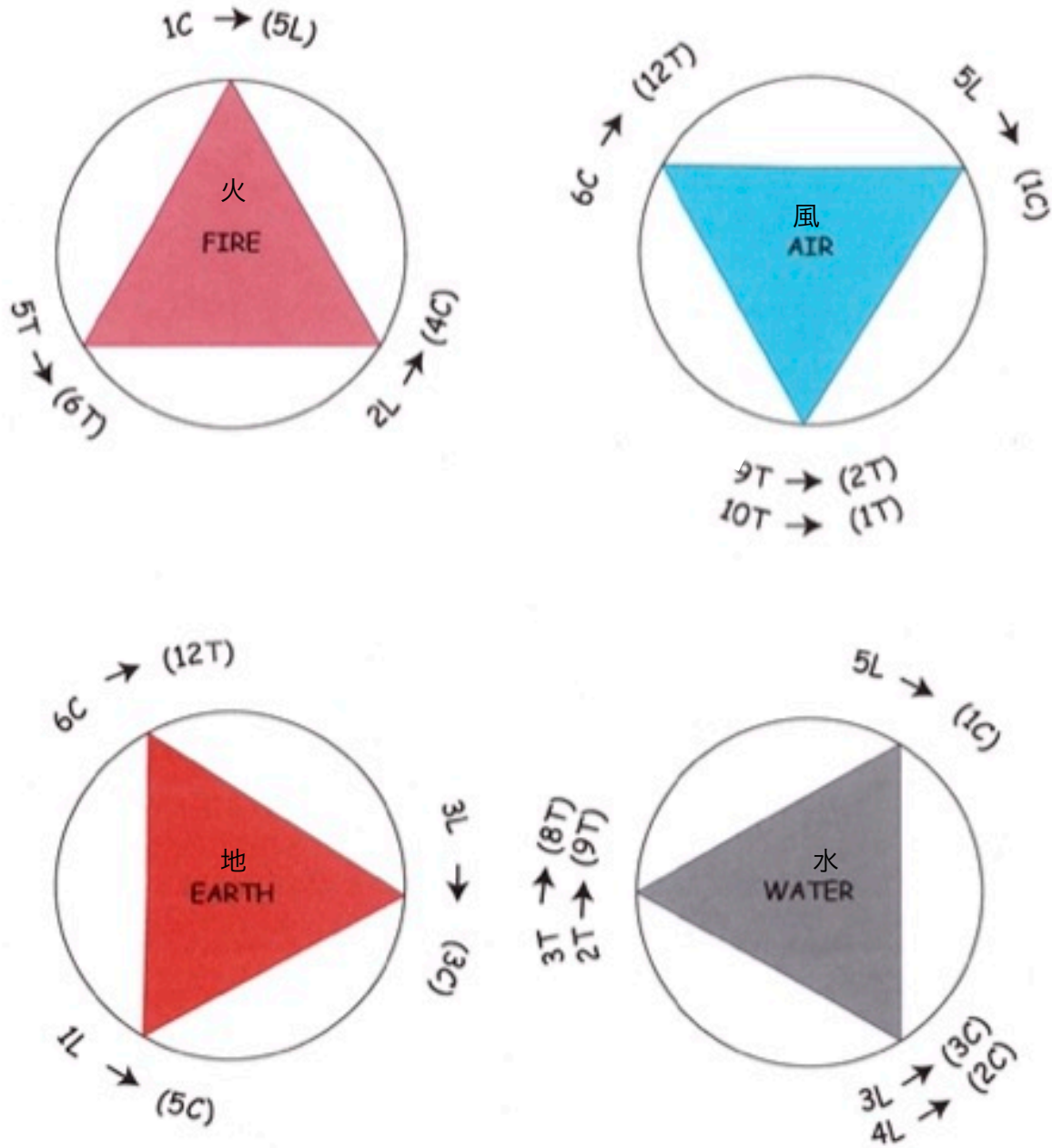


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens



# Spine to Triad Body Relationships

## 脊椎の三対体への関係

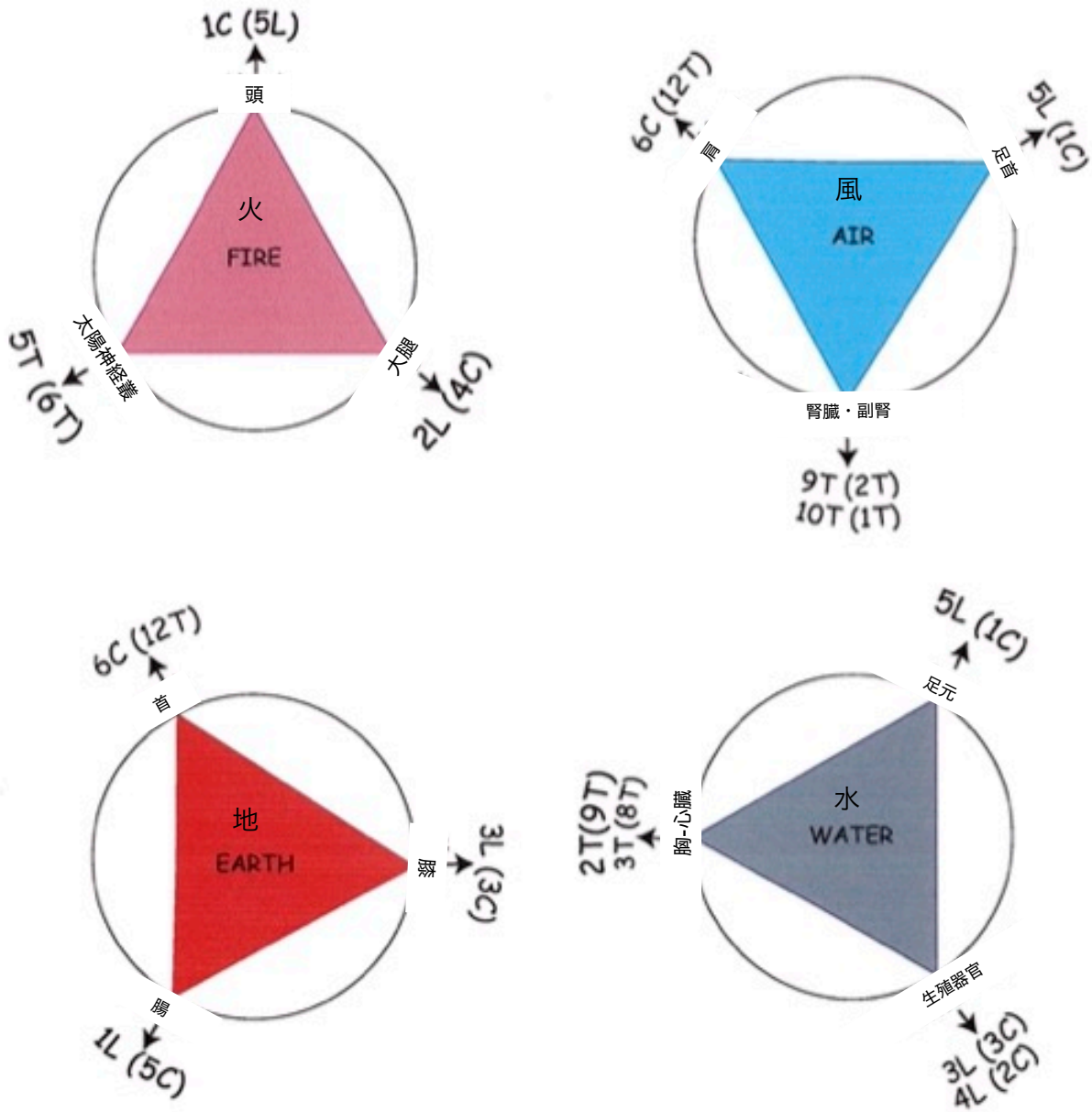


Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens



## 要素波動評定からの流れ

# 風

### 生誕体 同調

足首-太陽神経叢

腎臓-頭

肩-大腿

### 三対要素 同調

肩-足首

肩-腎臓

足首-腎臓

### 三対脊椎 同調

6C-5L

6C-9T/10T

9T/10T-5L

### 三対脊椎幾何 同調

6C-12T

5L-1C

9T-2T 10T-1T

### 三対脊椎-三対体-三対脊椎幾何 同調

6C-12T-肩

5L-1C-足首

9T/10T-2T/1T-腎臓

### 要素脊椎 同調

7C-10T

## 要素波動評定からの流れ

# 火

### 生誕体 同調

頭-腎臓

大腿-肩

太陽神経叢-足首

### 三対要素 同調

頭-大腿

頭-太陽神経叢

太陽神経叢-大腿

### 三対脊椎 同調

1C-2L

1C-5T

5T-2L

### 三対脊椎幾何 同調

1C-5L

2L-4C

5T-6T

### 三対脊椎-三対体-三対脊椎幾何 同調

1C-5L-頭

2L-4C-大腿

5T-6T-太陽神経叢

### 要素脊椎 同調

T9-仙骨

## 要素波動評定からの流れ

# 水

### 生誕体 同調

足元-腸

生殖器官-首

胸/心臓-膝

### 三対要素 同調

足元-生殖器官

足元-胸/心臓

生殖器官-胸/心臓

### 三対脊椎 同調

5L-3L/4L

5L-2T/3T

2T/3T-3L/4L

### 三対脊椎幾何 同調

5L-1C

3L-3C 4L-2C

2T-9T 3T-8T

### 三対脊椎-三対体-三対脊椎幾何 同調

5L-1C-足元

3L/4L-3C/2C-生殖器官

2T/3T-9T/8T-胸/心臓

### 要素脊椎 同調

L5-仙骨-尾髄骨

## 要素波動評定からの流れ

# 地

### 生誕体 同調

腸-足元

首-生殖器官

膝-胸/心臓

### 三対要素 同調

首-膝

首-腸

膝-腸

### 三対脊椎 同調

6C-3L

6C-1L

1L-3L

### 三対脊椎幾何 同調

6C-12T

3L-3C

1L-5C

### 三対脊椎-三対体-三対脊椎幾何 同調

6C-12T-首

3L-3C-膝

1L-5C-腸

### 要素体脊椎 同調

仙骨-尾骶骨-骨盤底

要素波動評定からの流れ

## 空

コアの流れの方向を点検/副交感神経の反応を確立させる

中足骨ストレッチ/立法骨調整/足元チャクラ/踵/足元チャクラ+踵

コア/頭頂骨/後頭骨/1C+5L/仙骨/尾骶骨/骨盤底

全主要関節\*

仙骨と下部関節：足首、膝、股関節+恥骨

頭頂骨と上部関節：手首、肘、胸骨、肩甲骨+肩+鎖骨

要素脊椎 同調

T1-C7, C7-C6, C6-C5, C5-C4, C4-C3, C3-C2, C2-C1, C1-後頭骨

コア/頭頂骨/後頭骨からT1までをグループとして

C1-L5, C2-L4, C3-L3, C4-L2, C5-L1, C6-T12, C7-T11, T1-T10

C1~T1をグループとしてT10~L5のグループと同調させる

喉の同調-前/後（大小チャクラを含む）

全頭部・顔部の骨を頭頂骨と同調させる（レベル3の脳の流れを含む）

全頭蓋保持

ニュートラル・フォーミュラを篩骨に/

機能的静止点に至るまでコア+篩骨の流れ・動きに添う

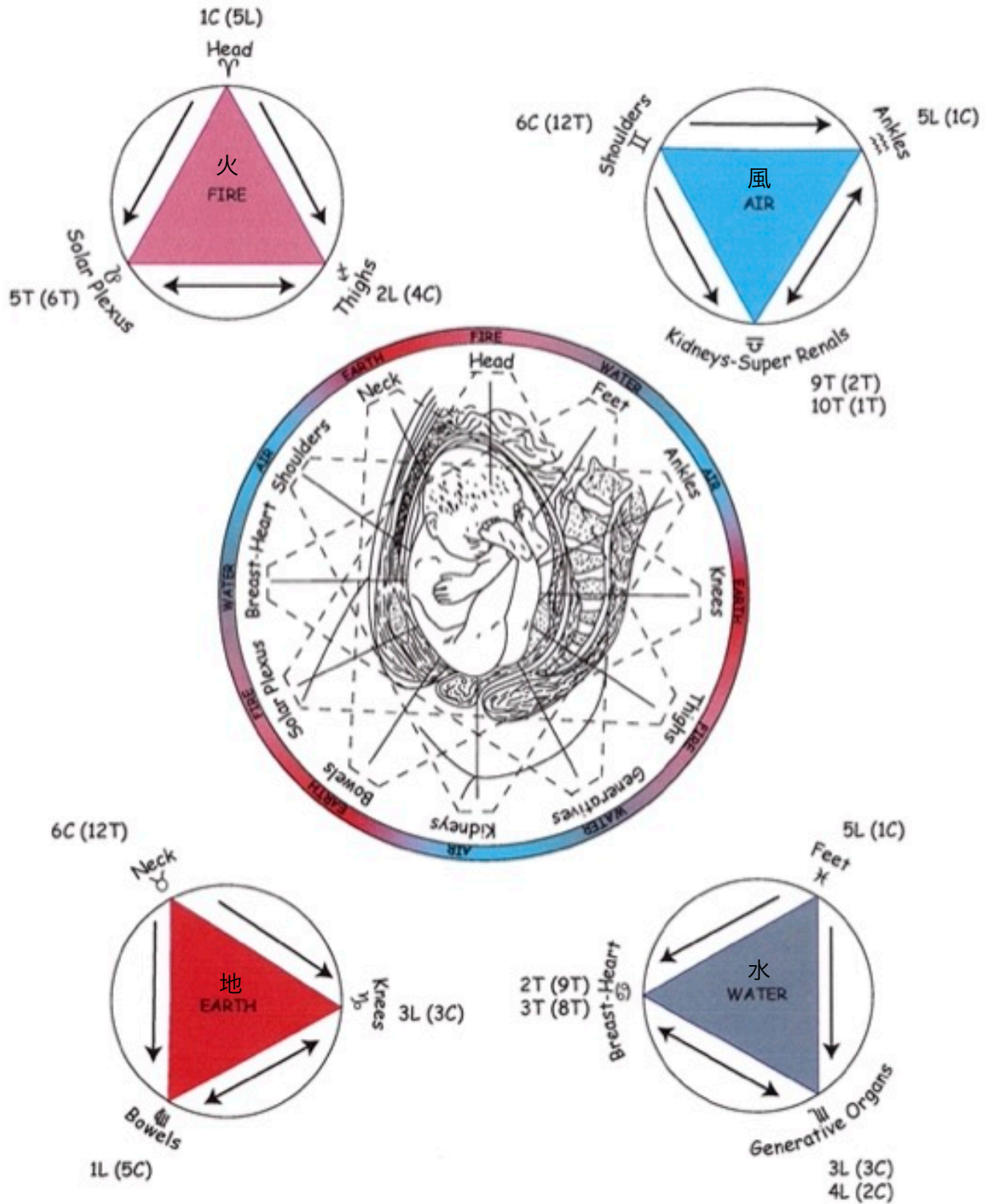


Illustration by Ashlee LaVine  
 Copyright 2002 Robert Stevens



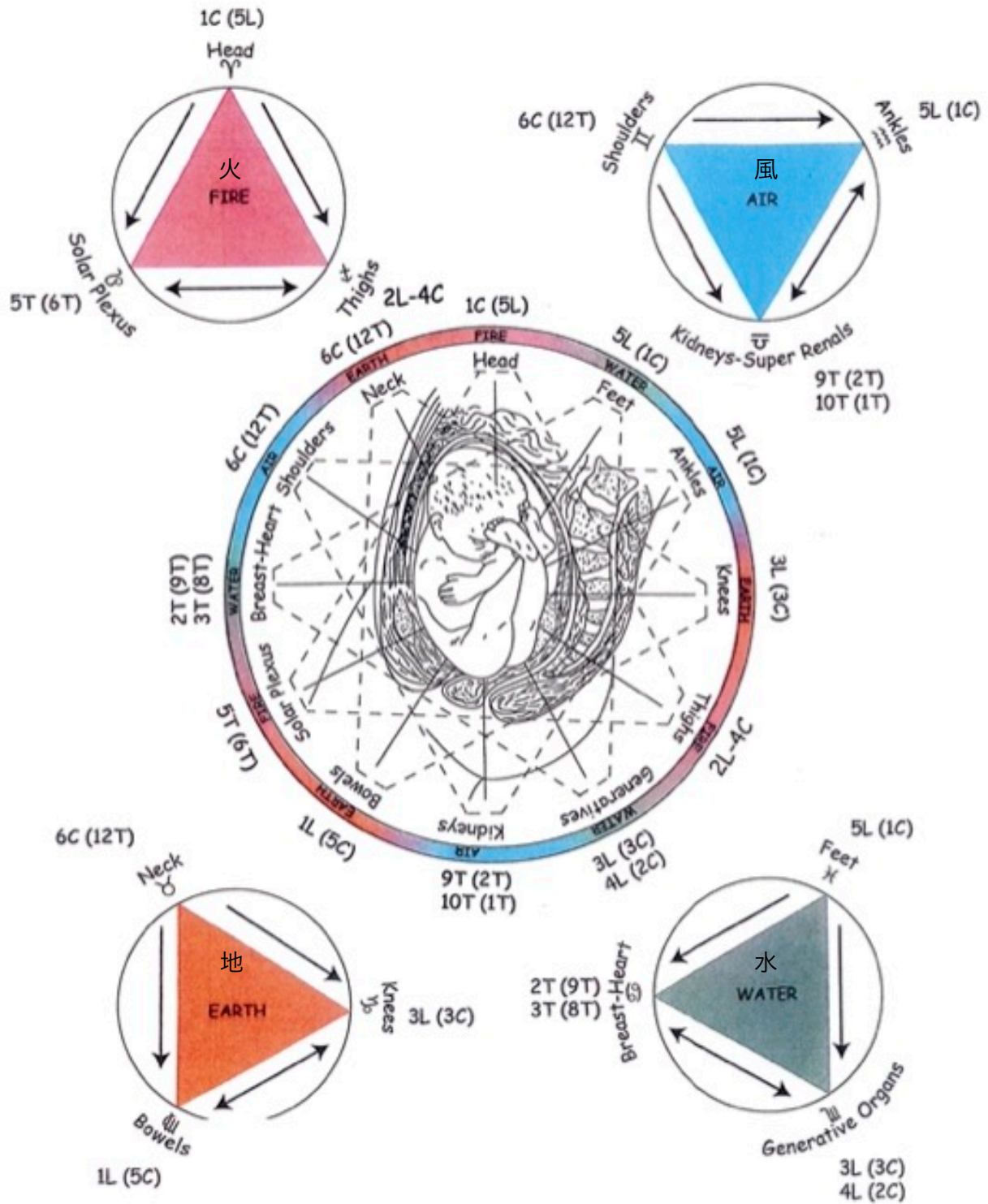
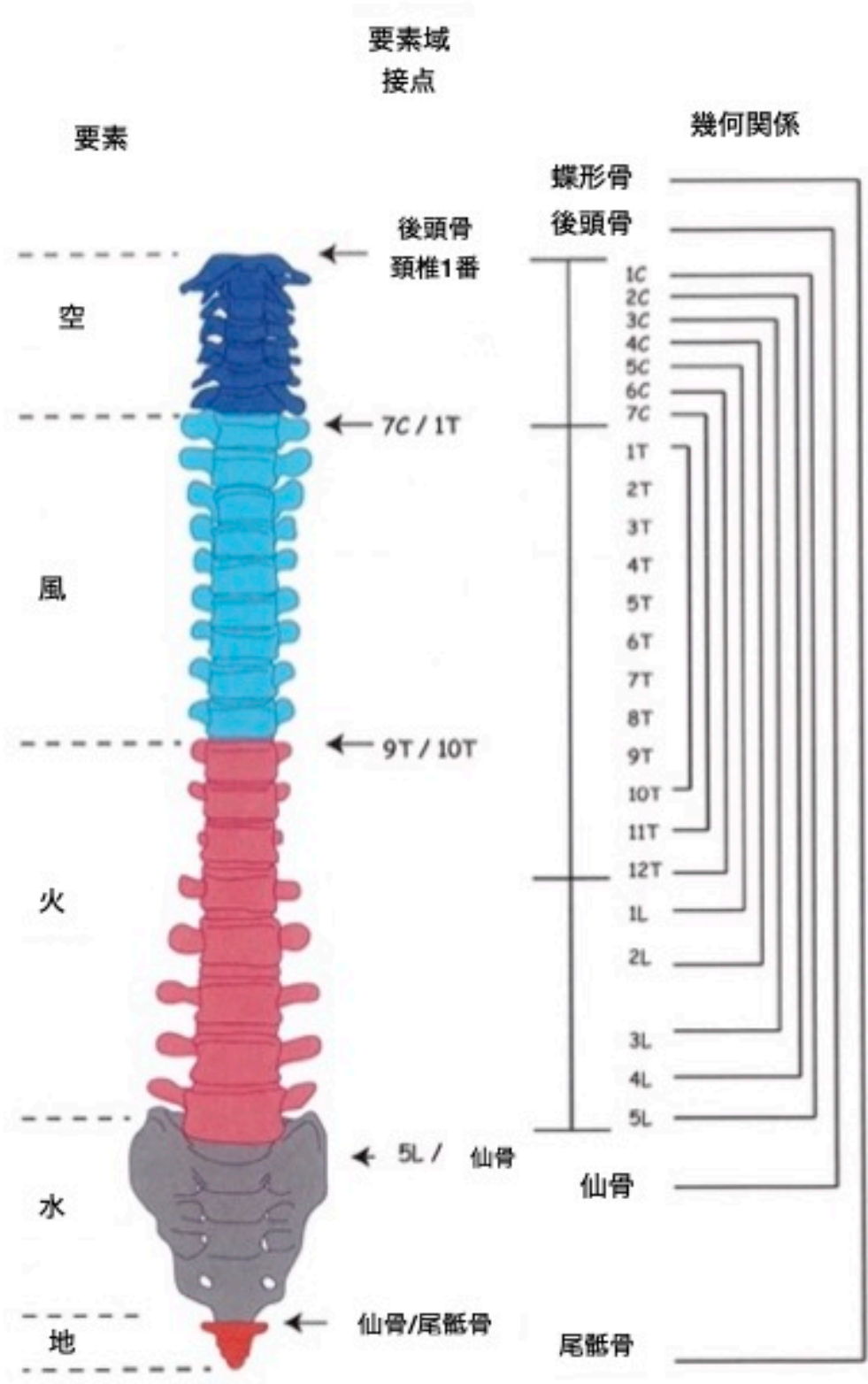


Illustration by Ashlee LaVine  
 Copyright 2002 Robert Stevens



覚書：全ての人の後頭骨と頸椎1番をシンクロさせる

Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens

## 脊椎の誤配列による影響チャート

「神経系は人体の全ての器官や構造を制御し、整える」(Gray's Anatomy 29th Ed., P.4) 脊椎と椎間板の誤配列は神経系への刺激となり、「箇所」の下に列挙された構造、機関や機能に影響を及ぼし得る。列挙された影響や症状は、記された箇所の不調と関わり得る。

箇所	影響
1C 頭部への血流、脳下垂体、頭皮、顔骨、脳、内耳、中耳、交感神経	頭痛、緊張、不眠、鼻風邪、高血圧、偏頭痛、神経衰弱、健忘症、慢性的倦怠感、目眩
2C 眼、視神経、聴覚神経、副鼻腔、乳様突起、舌、前頭部	副鼻腔の問題、アレルギー、目周辺の痛み、耳痛、失神発作、ある種盲目、斜視、難聴、
3C 頬、外耳、顔骨、歯、三叉神経	神経痛、神経炎、ニキビ、吹き出物、発疹
4C 鼻、唇、口、耳（エウスタキ）管	花粉症、鼻水、聴覚喪失、咽頭扁桃肥大
5C 声帯、頸部腺、咽頭	喉頭炎、しわがれ声、化膿性扁桃腺炎や喉の痛み
6C 頸部筋肉、肩、扁桃腺	首の張り、上腕の痛み、扁桃腺炎、慢性咳、クループ（咳のひどい咽頭炎）
7C 甲状腺、肩の滑液囊、肘	滑液包炎、風邪、甲状腺の状態
1T 手、手首、指も含む肘以下の腕、食道、気管	喘息、せき、呼吸困難、息切れ、前腕・手の痛み
2T 心臓、弁や外包も含む：冠状動脈	機能的心臓の状態、ある種の胸部の状態
3T 肺、気管支管、胸膜、胸部、胸	気管支炎、胸膜炎、肺炎、鬱血、インフルエンザ
4T 胆嚢、総胆管	胆嚢の状態、黄疸、帯状疱疹、
5T 肝臓、太陽神経叢、血流（一般）	肝臓の状態、発熱、血圧の問題、血行不良、関節炎
6T 胃	神経性胃炎、消化不良・胸焼けを含む胃の状態
7T 膵臓、十二指腸	胃潰瘍、胃炎
8T 脾臓	抵抗力低下
9T 副腎、副腎腺	アレルギー、じんましん
10T 腎臓	腎臓の問題、動脈硬化、慢性疲労、腎炎、腎盂炎
11T 腎臓、尿管	ニキビ、吹き出物、皮膚炎、膿瘍
12T 小腸、リンパの循環	リウマチ、ガスによる痛み、ある種の不妊
1L 大腸、鼠径輪、	便秘、大腸炎、赤痢、下痢、ある種ヘルニア
2L 虫垂、腹部、足の上	痙攣、呼吸困難、小さな静脈瘤
3L 生殖器官、子宮、膀胱、膝	膀胱の問題、不定期や生理痛などの月経問題、流産、夜尿症、陰萎、更年期症状、膝の痛み
4L 前立腺、腰部の筋肉、坐骨神経	坐骨神経痛、腰痛、頻尿、排尿困難
5L 足の下部、足首、足元	足の血行不良、足首の腫れ、弱い足首・土踏まず、足元の冷え、膝下の弱さ、膝下の痙攣
SACRUM 寛骨、臀部	仙腸関節の状態、背骨の湾曲
COCCYX 直腸、肛門	痔、掻痒症（痒み）、坐位による脊椎最下部の痛み

上記の状態の更なる説明や、記されていない情報については、カイロプラクター（DC）に聞くこと。

■ 空 ■ 風 ■ 火 ■ 水 ■ 地

Illustration by Ashlee LaVine  
Copyright 2002 Robert Stevens

## コア シンクロニズム 2

### トリートメントの流れ

(例)

- 1) 波動脈評定
- 2) コア・カレントの方向性
- 3) 足元
  - A.中足骨ストレッチ
  - B.立法骨調整
  - C.小チャクラ 同調
  - D.踵 同調
  - E.チャクラ+踵 同調
- 4) 大/小チャクラ 同調 (前方)
  - A.大チャクラ
  - B.小チャクラ
- 5) 側臥位
  - A.大チャクラ 同調 (後方)
  - B.大チャクラ 同調 (前方/後方 一緒に)
  - C.横隔膜 (前方/後方 一緒に)
- 6) コア/頭頂骨/後頭骨/頸椎1番-腰椎5番-仙骨/尾骶骨/骨盤底 同調
- 7) 生誕体 同調
- 8) 三対要素体 同調
- 9) 三対脊椎 同調
  - 三対脊椎幾何 同調
  - 三対脊椎-三対体-三対脊椎幾何 同調
  - 要素体脊椎 同調
- 10) コア・カレント

## コア シンクロニズム 2

トリートメントの目標は何か：手足の指の要素の活気・動きをなくする要因となる体のつながっていない回路を探す。働いていない要素体をつきとめ、再びシンクロさせる。そして、クライアントをセッションに至らせた特定の事項を扱う。

### 波動脈

- A.手の指
- B.足の趾

手足の指を一度に一对ずつ持つ。各々の指を一つずつ持って波動脈を感じ、開閉の動きがあるかを見る。もしも側方・中方の動きがあれば、次の対へと移動する。あなたが探しているのは、一つあるいはそれ以上の動きのない足趾の要素である。もしも二つの足趾に動きがないならば、それらを互いに点検する。どちらがより悪いのかを決定する。見出したものを確かにするために、手足の指の波動脈でチェックしていないものを見る。

以下のいずれかを感じるかもしれない：

- 変わったうごめき、電氣的刺激
- 静けさ
- 活気のなさ
- 冷たさ
- あなた自身の体の部分などへの不快

一般的には、手足の指では99%同じ要素がシンクロから外れているのを見出すだろう。もしも全ての波動脈が動いているならば、他に比べて一番遅いもの、もしくは不活発なものを見出す。

ここで、要素のチャートを加える

## チャクラ

体のチャクラをチェックする習慣を身につける。これはあなたの将来のコア・ワークを容易にするだろう。チャクラは以下の様態で止まった状態であり得る。遅い/不活発：動きを増幅させるためにチャクラを持つ。動きのないチャクラ：それを始動させるために他のチャクラと繋げる。反対方向の回転：意図でそれを止めると、即座にそれ自体が調整される。

## 大/小チャクラ（前方） - チャートを参照

足元から始め、全ての大小チャクラを点検するまで体の上方に向かってゆく。

大チャクラの回転：体の前方では反時計回り。

小チャクラの回転：クライアントの右側は反時計回り、左側は時計回り。

足元（小）-足裏の中心

膝（小）-膝蓋骨の中心

手（小）-手のひらの中心

睾丸（小）-体に不接触で。

正中線より少し側方で、地のチャクラのすぐ下方

地の中核（大）-体に不接触で：正中線、尾骶骨/骨盤底の位置

水の中核（大）-正中線、恥骨の頂点

卵巣（小）-水の中核の側方少し上方

火の中核（大）-正中線、おへその位置

脾臓&肝臓-胆嚢（小）-第12肋骨と腸骨の中間点、火の中核の高さ、体の側面

胃-脾臓-膵臓（小）-側方、剣状突起とクライアントの左第12肋骨の中間点

太陽神経叢（小）-正中線：剣状突起の基底部



風の中核（大）-正中線：胸骨柄と剣状突起の中間点  
胸（小）-体に不接触：乳房のラインの側方、風の中核よりほんの僅か上  
胸腺（小）-正中線：風の中核と胸骨柄の頂点の中間点  
胸骨柄（小）-正中線：胸骨柄の切り込み  
空の中核（大）-正中線：喉の顎先のライン  
迷走神経（小）-空の中核を見つけ、首の両側方へ向かう  
顎関節（小）-顔の側面の顎関節  
眼（小）-眼  
意識の座の中核（大）-正中線：第三の眼

ここで小チャクラのチャートを加える  
ここで大チャクラ（後部）のチャートを加える

## チャクラの続き

大チャクラ（後部）—チャートを参照  
大チャクラは体の後部において時計回りに回転する

クライアントが左側に横たえた状態で、後部のチャクラを診る  
地の中核-正中線：尾骶骨  
水の中核-正中線：仙骨の第2区分  
火の中核-正中線：おへその後方  
風の中核-正中線：胸骨の中心の後方  
空の中核-正中線：第5頸椎の位置  
意識の座の中核-：正中線：後頭隆起のすぐ上

## 大チャクラ（前/後 一緒に）

クライアントは左に横たわっている状態で、各々の大チャクラの前後の位置を合わせる。前方は反時計回りに、後方は時計回りに回転する。回転は調和して動くべきである。もしも調和していなければ、意図でそれを止めると、すぐにそれ自体が調整される。

ここで生誕体要素関係チャートを加える

## 生誕体要素関係

生誕体要素関係はバランスの恩恵、不均衡の負荷を共有する。器官がその自然腔にシンクロしていなければいけないほど、その機能が適したものではなくなる。器官を感じるには、意図を深め、骨格構造に近いものを追う。

## 頭と腎臓

腎臓と副腎がシンクロしていることは稀であることが分かるだろう。頭部の骨を互いに、そしてコアとシンクロさせる。開・閉期で完全停止させ、保持する。

頭頂骨 側方/中方

前頭骨 前方/後方

後頭骨 後方/前方

側頭骨 乳様突起間の距離 減少/増大

大体部 前方・側方に傾く/後方・中方に傾く

蝶形骨 前方/後方

コア 下方/上方

腎臓と副腎そのものをシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させ、保持する。

腎臓/副腎 後方/前方

コア 下方/上方

腎臓と副腎を頭蓋骨と合わせ、コアに合わせる。開・閉期で完全させ、保持する。

## 足元と腸

足元を互いにシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

足元 外転/内転

コア 下方/上方

腸そのものをシンクロさせ、コアに合わせる：上行結腸、横行結腸、下降結腸。開・閉期で完全停止させる。

腸 後方/前方

コア 下方/上方

足元を腸にシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

## 足首と太陽神経叢

足首を互いにシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

足首 外転/内転

コア 下方/上方

太陽神経叢をコアにシンクロさせ、その付近の他のものをシンクロさせる。開・閉期で完全停止させる。

肋骨 外転/内転

器官 後方/前方

足首を太陽神経叢にシンクロさせてからコアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

足首 外転/内転

太陽神経叢 後方/前方

コア 下方/上方

## 膝と胸-心臓

両膝自体をシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

膝 後方/前方

コア 下方/上方

胸-心臓そのものをシンクロさせ、コアに合わせ、その付近の他のものを合わせる。一つのを診て、全てがシンクロするまで加え続ける。気管支炎、喘息、せきには胸部横隔膜、肩、鎖骨を加える。開・閉期で完全停止させる。

心臓 後方/前方

肋骨 側方/中方

肺 後方/前方

コア 下方/上方

膝を胸-心臓にシンクロさせコアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

## 大腿と肩

大腿そのものをシンクロさせコアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

大腿部 外転/内転

コア 下方/上方

肩そのものをシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

肩 外転/内転

鎖骨 側方/中方

肩甲骨 後方/前方

胸骨 後方/前方

コア 下方/上方

腿を肩にシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

## 生殖器と首

生殖器そのものをシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

恥骨 側方/中方

股関節 側方/中方

卵巣 後方/前方

子宮 オープン期：後方少し下方 クローズ期：前方少し上方

陰茎 下方/上方

睾丸 下方/上方

前立腺 下方/上方

骨盤底 下方/上方

コア 下方/上方

首そのものをシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

首の組織 側方/中方

脊椎 後方/前方

コア 下方/上方

生殖器を首にシンクロさせ、コアに合わせる。開・閉期で完全停止させる。

三対要素関係チャート（4）を加える

## 三対要素関係——チャート4

三対要素関係は、三つの体の構造で、その間の均衡の恩恵、不均衡の負荷を共有する。チャートに従い、一方向の矢印を示す体の部分から始め、他に移動する。

## 火

頭部の骨を太陽神経叢、コアにシンクロさせる

頭部の骨を大腿部、コアにシンクロさせる

太陽神経叢を大腿部、コアにシンクロさせる

各々の要素関係をシンクロさせる際に、開・閉期で完全停止させ保持する。

## 風

肩を足首、コアにシンクロさせる

肩を腎臓/副腎、コアにシンクロさせる

腎臓/副腎を足首、コアにシンクロさせる

各々の要素関係をシンクロさせる際に、開・閉期で完全停止させ保持する。

## 地

首を膝、コアにシンクロさせる

首を腸、コアにシンクロさせる

腸を膝、コアにシンクロさせる

各々の要素関係をシンクロさせる際に、開・閉期で完全停止させ保持する。

## 水

足元を胸-心臓、コアにシンクロさせる

足元を生殖器官、コアにシンクロさせる

胸-心臓を生殖器官、コアにシンクロさせる

各々の要素関係をシンクロさせる際に、開・閉期で完全停止させ保持する。

(5A)三対脊椎関係のチャートをここで加える

### 三対脊椎関係——チャート5A

三対脊椎関係は、脊椎から神経液の供給を受ける体の部分を表す。これらの関係性はバランスの恩恵、不均衡の負荷を共有する。チャートに従い、同じ要素に関わる三対の脊椎関係をシンクロさせる。

手の配置を見出すのに役立つ目印：

後頭骨の基部のすぐ下：最初の突起物がC2、少し上のくぼみがC1である。

肩甲骨の下角：立位、坐位=T8、臥位（肩甲骨が

上方に移動するため) =T7、

12肋骨を見つけ、脊椎へと平行移動=T12

おへそから体を突き抜けた場所=L2

腸骨上方、その稜を後方へたどり、脊椎へと移動=L5と仙骨の基部の結節点

仙腸関節の頂点、平行移動=L5

C7とT1の混乱を除去する。3本の指をC6、C7、T1に同時に置き、その人に頭を左右に回転してもらう。C7は動く。

## 火

1Cと5T 後頭骨の基部：T7を見つけ、脊椎を二つ上がる

1Cと2L 後頭骨の基部：へそをまっすぐに突き抜けた所がL2

5Tと2L T7を見つけ脊椎を二つ上がる：へそを真っ直ぐに突き抜けた所

## 風

6Cと5L C7を見つけ、一つ上に：腸骨稜から仙腸関節の正中線へ

6Cと9T/10T C7を見つけ、一つ上に：T7を見つけ9/10まで下がる

5Lと9T/10T 腸骨稜から仙腸関節の正中線へ：T7を見つけ9/10まで下がる

## 地

6Cと3L C7を見つけ、一つ上に：へそを突き抜けて、一つ下がる

6Cと1L C7を見つけ、一つ上に：へそを突き抜けて、一つ上がる

1Lと3L へそを突き抜けて、一つ上がる：へそを突き抜けて、一つ下がる

## 水

5Lと2T/3T 腸骨稜から仙腸関節の正中線へ、

肩甲棘の頂点（肩峰）から平行=T2、その一つ下がT3

5Lと3L/4L 腸骨稜から仙腸関節の正中線へ、

へそを突き抜けるとL2、その一つ下がL3、二つ下がL4



2T/3Tと3L/4L 肩甲骨の肩峰から平行移動=T2、その一つ下がT3  
へそを突き抜けるとL2、その一つ下がL3、二つ下がL4

クライアントは左側に横たわってもらう

オープン期：全ての脊椎の部分は後方に、コアは下方に動く

クローズ期：全ての脊椎の部分は前方に、コアは上方に動く

開・閉期で完全停止させ、保持する。

ここで (5B)三対脊椎幾何関係チャートを加える

ここで、脊椎のチャートも加える

三対脊椎幾何関係——チャート 5 B、脊椎チャート

三対脊椎幾何関係は、脊椎そのものを、その間のバランスの恩恵、不均衡の負荷を共有するポラリティの関係性に分ける。チャートに従い、同じ要素に繋がっている三対幾何脊椎関係のそれぞれをシンクロさせる。

あなたがシンクロさせたものは、脊椎をみて、三対脊椎関係、三対脊椎幾何関係をシンクロさせなければ、維持されないだろう。

火

1Cと5L 後頭骨基部：腸骨稜から正中線へ移動

5Tと6T T7を見つけ、5番目と6番目へと上がる

2Lと4C おへそを突き抜ける=L2

後頭骨の基部から下がった最初の突起=C2、二つ下がる=C4

風

6Cと12T C7を見つけ、一つ上がる、1 2肋骨の先端から平行移動=T12

5Lと1C 腸骨稜から仙腸関節の正中線へ移動：後頭骨の基部

9Tと2T T7を見つけ、二つ下がる：肩甲骨の上角から平行移動=T2

10Tと1T T7を見つけ三つ下がる：肩甲骨の上角から平行移動、一つ上がる

## 地

6Cと12T C7を見つけ一つ上がる：12肋骨の先端から平行移動

1Lと5C おへそを突き抜けて一つ上がる：C7を見つけ二つ上がる

3Lと3C おへそを突き抜けて一つ下がる：後頭骨基部の突起から一つ下がる

## 水

2Tと9T 肩甲骨の上角から平行移動：T7を見つけ二つ下がる

3Tと8T 肩甲骨の上角から平行移動、一つ下がる：T7から一つ下がる

5Lと1C 腸骨稜から仙腸関節の正中線へ：後頭骨の基部の突起やや上

3Lと3C おへそを突き抜けた突起の一つ下：後頭骨の基部から二つ下、  
もしくは基部の突起から一つ下

4Lと2C 腸骨稜から仙腸関節正中線、一つ上：後頭骨基部の最初の突起

クライアントに左側に横たわってもらう。

オープン期：全ての脊椎の部分は後方に、コアは下方に動く

クローズ期：全ての脊椎の部分は前方に、コアは上方に動く

開・閉期で完全停止させ、保持する。

(5C)三対脊椎・三対身体関係のチャートをここで加える

三対脊椎・三対身体関係——チャート5C

三対脊椎・三対身体関係は脊椎の神経系の拠点を身体部分にシンクロさせる。これらの関係性は、バランスの恩恵、不均衡の負荷を共有する。チャートに従い、各々の三つの脊椎の部分を、その同じ要素内における体の部分にシンクロさせる。クライアントには、仰向けか、左側に横たわってもらう。

## 火

- 頭部とC1 全ての頭部の骨をC1、コアにシンク口させる  
(頭頂骨、前頭骨、後頭骨、側頭骨、蝶形骨)  
太陽神経叢とT5 太陽神経叢をT5、コアにシンク口させる  
大腿部とL2 大腿部をL2、コアにシンク口させる  
開閉両期で完全停止させ、保持する

## 風

- 肩と6C 肩を6Cに、コアにシンク口させる  
足首と5L 足首を5L、コアにシンク口させる  
腎臓-副腎と9T/10T 腎臓/副腎を9T/10T、コアにシンク口させる  
開閉両期で完全停止させ、保持する

## 地

- 首と6C 首を6C、コアにシンク口させる  
膝と3L 膝を3L、コアにシンク口させる  
腸と1L 腸を1L、コアにシンク口させる  
開閉両期で完全停止させ、保持する

## 水

- 足元と5L 足元を5L、コアにシンク口させる  
胸-心臓と2T/3T 胸-心臓を2T/3T、コアにシンク口させる  
生殖器官と3L/4L 生殖器官を3L/4L、コアにシンク口させる  
開閉両期で完全停止させ、保持する

## 機能的静止点

インサイト（ネロリ+月下香）を第三の目の中核につける

篩骨をコアにシンクロさせる

オープン期：篩骨は後方に、コアは下方に動く

クローズ期：篩骨は前方に、コアは上方に動く

開閉両期における完全停止を何度か行い、機能的静止点をもたらす。

90秒以上のサイクルに気づき、ことは少し散発的であると感じられるかもしれない。その動きから、あなたがほぼ何も感じることができなくなるほどに、コアは落ち着くはずである。これが機能的静止点であり、深くリラックスした状態、癒しがなされる場なのである。

## 空

要素波動脈評定からの流れ

コアを触診

全ての主要関節

仙骨と下半身の関節：足首、膝、股関節、恥骨

クライアントは側臥位に、対となった関節を仙骨、コアと合わせる前に互いにシンクロさせる。開閉期で完全停止させ、保持する。

仙骨/尾骶骨 オープン期：大体部は後方に；尾骶骨は前方に動く

クローズ期：大体部は前方に；尾骶骨は後方に動く

足首 オープン期：外転 / クローズ期：内転

膝 後方 / 前方

股関節 外転 / 内転

恥骨 オープン期：恥骨間の距離は増す/クローズ期：恥骨間の距離は減じる

コア 下方 / 上方

頭頂骨と上半身の関節：手首、肘、肩、鎖骨、胸骨

クライアントは仰向けに、各々の対となる関節そのものをシンクロさせ、

頭頂骨、コアに合わせる。開閉両期で完全停止させ、保持する。手首と肩を合わせる際には、片手で対となったものをシンクロできるように、クライアントに、手を正中線で持ってもらおう。

頭頂骨 側方/中方  
手首 外転/内転  
肘 外転/内転  
肩 外転/内転  
鎖骨 側方/中方  
肩甲骨 後方/前方  
コア 下方/上方

### 要素脊椎の同調整 (クライアントは側臥位)

以下に挙げた要素脊椎関係をシンクロさせる。開閉期で完全停止させ保持する。

全脊椎 後方/前方  
後頭骨 大体部：後方/前方  
          基部：下方/上方  
コア 下方/上方  
T1とC7 C4とC3  
C7とC6 C3とC2  
C6とC5 C2とC1(アトラス)  
C5とC4 C1と後頭骨

### 頭頂骨と後頭骨からT1までを一つのグループとして

クライアントは左側に横たわった状態で、左手は頭頂骨と後頭骨に、右手は第一頸椎から第一胸椎へ。

頭頂骨 側方/中方  
後頭骨 大体部：後方/前方  
          基部：下方/上方  
全脊椎 後方/前方  
コア 下方/上方  
開閉期で完全停止させ、保持する。

以下に挙げた各々の脊椎をその幾何関係にシンクロさせる

全脊椎 後方/前方

コア 下方/上方

C1とL5

C2とL4

C3とL3

C4とL2

C5とL1

C6とT12

C7とT11

T1とT10 開閉両期で完全停止させ、保持する。

5Cと喉のシンクロ（クライアントは仰向けに）

片方の手は杯状にして頸椎の下を、他方の手は喉の上を覆う。対となったものをまず互いにシンクロさせる。開閉両期で完全停止させ、保持する。

5C 後方/前方

全脊椎 後方/前方

喉 前方正中線部：後方/前方

首の横の柔組織 側方/中方

迷走神経チャクラ 側方/中方 下方/上方

空のチャクラ 後方/前方

胸骨の柄 後方/前方

甲状腺 後方/前方

舌骨 後方/前方 下方/上方

コア 下方/上方

喉のシンクロー前面/後面

上記と同じ手の配置。前面/後面を互いにシンクロさせ、コアに合わせる。

開閉両期で完全停止させ、保持する。

喉 前方表面 後方/前方

後方表面 後方/前方  
コア 下方/上方

## 全頭蓋・顔面の骨と頭頂骨

頭頂骨と全ての頭部の骨：前頭骨、後頭骨/アトラス、側頭骨、蝶形骨

対になった構造物をまずそれぞれでシンクロさせ、それから頭頂骨、コアにシンクロさせる。開閉期で完全停止させる。

頭頂骨 側方/中方

前頭骨 前方/後方

後頭骨 オープン：大体部は後方に、基部は前方に/  
クローズ：大体部は前方に、基部は後方に

アトラス 後方/前方

側頭骨 側頭骨をまず互いにシンクロさせる

オープン：大体部は前・側傾し、乳様突起の距離は減じる/

クローズ：大体部は後・中傾し、乳様突起の距離は増す

蝶形骨 前傾/後傾

コア 下方/上方

頭頂骨と顔骨：涙骨、鼻骨、頬骨、上顎骨外側、上顎骨内側、鋤骨、  
鋤骨/蝶形骨/尾骶骨、口蓋骨

対になった構造物をまずそれぞれでシンクロさせ、それから頭頂骨、コアにシンクロさせる。開閉期で完全停止させる。

頭頂骨 側方/中方

涙骨 側方に弧形を描く/中方に弧形を描く

鼻骨 側方/中方

頬骨 側方、少し下方/中方、少し上方

上顎骨外側 側方/中方

口内調整のため、クライアントの頭部を施術台の上部角に配置しなす。



各々の骨を頭頂骨、コアにシンクロさせる。\*印の項目にはより時間を当てる。

\*上顎骨内側 オープン：側方（歯へ置いた指の距離は増す）

クローズ：中方（歯へ置いた指の距離は減じる）

\*鋤骨 オープン：指先は下方・後方へ、指の下部は上方・前方へ動く

クローズ：指先は上方・前方へ、指の下部は下方・後方へ動く

\*蝶形骨と鋤骨：鼻それ自体を中央へ置き直す助けとなる。そして意識的に

尾骶骨を加える。尾骶骨は鋤骨と全く同じように動くべきである。

口蓋骨 オープン：肩の方へ向かって弧を描きながら外転する

この弧形は、涙骨よりも印象的である

クローズ：中央へ向かって弧を描きながら内転する

片方ずつコアにシンクロさせるが、意識的に一緒に合わせる。股関節も加える。

下顎骨 下方/上方

\*篩骨 後方/前方 インサイト・フォーミュラを篩骨につける

\*鋤骨/篩骨 これらを一緒にシンクロさせる

## 機能的静止点

親指はブレグマに、コアの上下の動きを追う。開閉両期で完全停止を行う。どれほど静かにさせることができるかをみる。90秒以上のサイクルに気づき、散在的であるように感じるかもしれない。その動きから、コアがほとんど感じられなくなるほどに落ち着くべきである。これが機能的静止点であり、深いリラクゼーション、癒しの機会である。