

樸氏顱骹療法
——
嬰幼兒指南

樸善文……著

麗桃……攝影

劉莉莉……繪圖

梁小島 謝孟渝……翻譯

所有珍貴的事物都是脆弱的。

——荷蘭藝術家、詩人 Lucebert

一切眾生本來是佛。

——白隱慧鶴禪師 Hakuin

別忘了當你與嬰兒對話時，你不是在跟笨蛋說話而是在與一個靈魂交流！

——印度智者 Anubhava

中文版代序：
讓書裡的照片感染更多人

文：梁小島

編按：2019年夏天，樸氏顱骶療法及課程創辦人樸善文首度在香港開設樸氏顱骶療法基礎課程，更將香港作為他在亞洲地區的首個常設教學點。其著作《樸氏顱骶療法——嬰幼兒指南》(*Cranio sacraal therapie voor baby's en kinderen*)於2005年首次在荷蘭推出法文版，如今經作者親自修訂，推出中文版本。譯者梁小島藉樸善文來港授課，就本書內容進行採訪，兼作代序。

問：為甚麼要寫一本專門針對嬰幼兒的顱骶治療指南？

答：我與太太麗桃在20多年前一起創立樸氏顱骶治療事業，她負責處理行政和其他支援性事務，我則專注於治療工

作。做了差不多十年，開始有不少母親帶着她們的幼兒，甚至是初生嬰兒來我們的治療室接受治療，於是我接觸了不少嬰幼兒患者。當我在替嬰幼兒治療時，麗桃會從旁協助。她有一雙敏銳的眼睛，能捕捉到治療的重點，並在菲林上重現。

麗桃拍了很多照片，這些照片最特別的地方，是捕捉了我和寶寶們在治療時產生的情感面向，把過程中我的治療手法、寶寶們的反應和狀態都完整而真實地記錄下來。這樣的照片多到裝滿了三個鞋盒。後來我們把照片拿給其他人看時，他們都會受到觸動。於是我和太太決定要做一本書——我們的照片多着呢！所以這本書最初的構想是從照片開始的，圖片比文字表達得更清楚、直接。我們先將照片分類，然後太太會問我一些和治療相關的問題。我們再把圖片與文字按章節編排好。書對於我們來說是能跨越國界，被更多人看到的一種形式。而且書裡面的照片可以直達人心，相比之下，文字的部分反而較為次要了。

現在這本書距離初版已經 20 多年了，我還時不時會收到一些陌生人的來信，這些來自世界各地的讀者告訴我，書裡的照片如何令他們感動不已，並詢問哪裡有這樣的治療——這也是我們做這本書的目的，讓大家明白顱骶療法對嬰幼兒何其重要。對於需要幫助的孩子，越早治療越好。

分娩有時會令人恐懼，因為疼痛會令母親懼怕，還有小寶寶的身體要經過那麼狹窄的產道——當然這是大自然的設計，在人體形成一套絕妙的系統。小寶寶出世後接受母乳哺育，他們的頭骨和脊椎骨便會重新調整，吮吸的力量已經足夠令那些被產道擠偏的頭骨重新排好。但有很多小寶寶得不到母乳哺育，他們便需要顱骶療法的幫助。

問：你說顱骶療法適用於所有人。但在書裡卻提到，自己花了六年多時間才開始接觸嬰幼兒患者。為甚麼呢？

答：其實我們有很多方式和一個人建立聯繫或者溝通，無論對方是剛出生的嬰孩，或是已逝去的至親好友，我們都不是通過語言，而是依賴感覺。從這個層面上來看，能接受顱骹療法的人不限於年齡，而新生兒的治療效果則更明顯，因為小寶寶們的骨頭還很細小，沒有定型，可塑性很大，所以為甚麼不在出生的頭幾年就把骨頭的問題解決好呢？

對於準媽媽來說，最重要的是擺脫恐懼的心理。只有當身體的系統被打開，小寶寶在出生時就不會遭遇太多阻礙。而對於大部分的醫院來說，產婦逐漸成為一個個號碼，而產房的環境也沒有對產婦很友好。當媽媽不能放鬆下來，分娩就因此變得不易。

不過給嬰幼兒做顱骹治療，確實需要足夠的信心。他們太小，太嬌弱。我嘗試了很多年，才漸漸學會如何與小寶寶自然地相處。幸運的是，我還有太太麗桃幫助我去了解和治療這些小寶貝。

問：這一行裡也有其他了解如何治療嬰幼兒的顛骶治療師，但為甚麼關於嬰幼兒治療的專著卻非常少？

答：顛骶療法仍是非常新的治療系統，到目前為止還沒完全進入大眾視野，大多數人可能連聽都沒聽過。這也是我們做這本書的原因，讓書裡的照片去感染更多人。

我很幸運，(在我工作時有)太太能如此投入地進行拍攝。她拍照時並沒有從臨床治療的角度出發，但看過這本書的人卻會說：「我也想這樣幫助我的孩子。」或者「我也想學習這種治療手法。」當然，另一種現實的情況，是很多治療師在工作時並不會有專人替他們拍照。我認識幾位同行，他們也有很多治療嬰幼兒的經驗，但是除了孩子的母親，沒有人能看到整個治療的過程。這是這本書的另一個特別之處，它記錄得非常全面。

除此之外，並不是每一個治療師都能克服在鏡頭面前曝光

的恐懼。如果治療師在意或者不確定自己的治療手法是否正確，那便不會公開他們工作的內容。

問：當初你太太是為的要記錄工作內容才拍照片的嗎？

答：倒不是，她純粹是為了興趣，拍攝的用途對她來說是次要的，也沒有想到日後會結集成一本書。我太太只是想抓住那些觸動她的時刻，這些照片可以看成是她的藝術創作。

太太和我都是冥想修習者。冥想的過程本身就是關乎當下，把握此時此刻，在對此時此刻的觀察中進入「無我」的狀態。這些都不是刻意為之，而是很自然發生的。我太太的攝影本質上也就是冥想的產物。

問：書裡體現了很多你對生命、對世界的看法，是否受到哪些宗教或哲學的影響？

答：我曾經很努力尋找一條屬於自己的道路，因為我接受的教育、我的父母都不允許我做自己，這曾讓我陷入很深的痛苦中。所以那時我的精神追求就是要找回自己。

當我發現自我被傳統教育囚禁起來時，我便開始尋找「越獄」的可能性。和老師們的想法不同，我一直認為自己是很聰敏的。當時正好療癒運動在歐美國家興起，我有機會接觸很多療癒方法，比如原始吶喊療法、呼吸重生療法，也了解過會心團體（Encounter Groups）。這些療法讓我得以在自我發現的過程中走得更遠。最受用的是各種風格的冥想修習以及能量釋放的方法。這些無關哲學，無關宗教，只是不斷的練習和運動，使我能夠釋放此前受到壓抑的能量。最後我得以感受到「空境」和「無我」的狀態。

從事顛舐治療，對我來說就是進入「無我」之境的途徑。如果你治療小寶寶時想這想那就行不通。幸好我在很年輕時

就遇上顛骶療法，大概在 1980 年代末。後來我一直專注在這個專業裡，每天都在練習和使用顛骶療法，每天都處於「無我」的冥想狀態。現在我一年中大概只有兩個月不用教學，其他時間基本每週工作四至五天。

問：對於一般讀者來說，你希望大家怎麼使用這本書？

答：這不是一本教科書，更不是工具書。雖然我會在教授嬰幼兒治療的課堂上使用，但來到這個階段的學生，對顛骶的原理和技巧都已經很熟悉了；對於其他治療師來說，他們可以很快掌握我的治療手法；至於準父母們，這本書可以讓他們了解我的顛骶療法如何幫助新生嬰兒，而這會與兒科醫生的診治方法完全不同。我們認為，小寶寶的身體其實只需要一點外在的幫助，就能夠自行調整，讓他們的身體重新運作暢順。

我們從顛骶療法中學到的是如何傾聽來自身體深處的信

息。透過手與身體的接觸，身體會告訴我們哪裡在求助，這有點像針灸，針灸師要從身體的脈動找到癥結所在。

這本書的文字部分基本解釋了如何使用顱骶療法治療嬰幼兒，但正如前面所說，文字是次要的。希望大家先仔細看看書裡的照片，這些照片已經能說明顱骶療法到底是甚麼。我想讓大家先用感覺去體會這本書。

問：你反對現代醫療系統嗎？

答：絕對不會。我並沒有批判西醫，但反對過度醫療，很多問題其實只需要我們做一點協助工作（就可以解決）。我們使用手療的出發點，就與幾千年前發明針灸是一樣的。

問：書裡你提到刺激孕婦身上的幾個人體穴位，會幫助胎兒調整胎位，你認為顱骶療法跟中醫有相似之處嗎？

答：顱骶療法和中醫不同，但目的是一樣的。針灸、中醫，無論名稱是甚麼，它對於能量如何在身體內流動，已經積累了豐富的經驗和知識。身體系統就像交通一樣，如果哪部分堵塞了，細胞就得不到足夠的氧氣，體內需要排洩的廢物也排不出去。針灸就是找出堵塞之處，幫助身體的能量重新流動。

我們的工作類似。在治療中會取幾個人體穴道，但主要的接觸範圍會略闊一些，比如檢查幾個隔膜、某些組織、器官以及骨頭。通常會在這些地方發現能量受阻的情況，然後透過治療清除受阻狀態，讓能量正常流動。這一切都靠雙手的觸摸來感受身體內部精微的能量流，當發現哪裏不通暢，就再把雙手放在那個地方直到感覺得到疏通或者恢復運作。

我有好幾個學生原本是針灸師。他們把針灸與顱骶療法結合，幫患者完成針灸後再做基本的顱骶療法，能讓針灸的效果快兩三倍。

雖然我們並不了解人體所有的穴位，但知道怎樣利用一些穴位，讓「氣」可以活絡起來。書裡便提到如何利用穴道，幫助接受了剖腹產的媽媽恢復元氣。

問：你將要完成的新書也與兒童有關，可以介紹一下新書內容嗎？

答：這要說到 15 年前的一件事。有位學生對我說：「你一定要來見見我的侄女，她剛用一種很特別的方式生小孩。」後來我見到了那對母子，眼界大開。小寶寶當時才 5 個月大，他的媽媽在一旁做自己的事，小寶寶由始至終既不哭也不鬧，安安靜靜過四五個小時，即使要喝奶也是如此。我就問這位母親這是怎麼回事，她告訴我她用了「蓮花出生」法：就是當小寶寶和胎盤從產道出來後，讓胎盤留在孩子身上，不去剪斷臍帶。

我後來讀到一些相關的資料，原來當胎兒出生後，還有三

分一的血液保留在胎盤裡，而臍帶內則充滿了幹細胞。除了血液，胎盤還保存了免疫的信息、荷爾蒙以及其他重要的生命物質。對於小寶寶來說，胎盤其實還要送出一份最後的禮物，那就是大量的細胞需要進入小生命的身體內。如果在此之前就把胎盤切掉，等於說這個孩子失去了三分一的可能性。

我覺得這種解釋非常有說服力。所謂的「蓮花出生」法，就是保留胎盤和臍帶，不去剪斷它們。通常三到八天，胎盤就能完成幹細胞的轉移工作。這些都是屬於小寶寶的珍貴物質。當胎盤乾結，臍帶也就跟着乾結，它們便會自然地從孩子身上脫離。這麼說，如果我們一出生就是圓滿的，那將不會給貪婪任何可乘之機。但如果我們剛一出生就失去了將近三分一的幹細胞，我們終其一生都有一種缺失感，並且努力用各種方式填補心中的虧空。

當然，這本書還會講到如何補救。因為你我出生的時候都

被立刻切走了胎盤。我們都有生命的缺失，那怎樣才能把它補回來呢？幸虧能量從不會消失，它只是轉移成不同的形式罷了。我說的就是冥想。我也在我的嬰幼兒治療課上教授冥想的方法。

另外我還會談一談教育的問題。如何讓一個孩子長大之後不會失去他 / 她與大自然的連結？我會在書裡給出指導意見。

自序一：嬰兒與我，和太太麗桃

身為顛氈治療師（CS 治療師），我用了六年時間才有辦法接近嬰兒，更不用說觸摸與診斷。我不喜歡嬰兒會大哭的特性，小嬰兒只要大哭我馬上招架不住，幾近癱瘓。

對我而言，嬰兒看起來總是如此純真且要求實在的接觸。我不想做鬼臉和發出可愛的聲音，但除了這些，我不知道還有甚麼方法可以靠近他們。所以我選擇避而遠之。

以顛氈治療師的身份執業這些年，治療室裡漸漸多了些帶着小寶寶來的媽媽們。幸好有太太麗桃在我身邊，教我如何接近這些「小生物」。她總是不厭其煩地囑咐我：「你必須聆聽他們，看着他們並且接納他們。當你跟他們說話時要語調溫柔，並且保持着這種交流方式。還有，治療嬰兒的時候不要跟他們的媽媽講話。」我曾見到太太把一個嬰兒緊貼懷中，並對他 /

她說：「歡迎來到這個世界，見到你我真開心。」

嬰兒跟你我一樣都是有知覺的個體，只是他 / 她被困在一個溝通能力有限的身體裡。自從我可以很自在地、抽離地看着嬰兒的小身軀時，我便看到一個在這個世界上即將展開旅程的靈魂。我還發現，這個靈魂有一雙能描述生命之寂、宇宙之愛的眼睛。當我們注視着他們時，他們亮起的眼睛總是澄澈又純真。孩童教育的目的就是應該保留這份澄澈。

太太麗桃總愛說：「所有的嬰兒一開始都是完美的」。遺憾的是，這個與生俱來的完美並不會一開始就在所有的嬰兒身上顯現，這本書就是要尋找和恢復這個完美的潛能。為此我想感謝麗桃，她教會了我在與這些象徵愛與智慧的「小預言家們」溝通時，不再膽怯。

本書不是一本科學紀錄，而是一本關於嬰幼兒顛氈療法的

指引，同時也展示了生命之愛的誕生過程。我們多年的冥想經驗與所具備的常識，形成了我們特有的工作理念，這個理念也滲透在這本書裡。

有些讀者可能會覺得書裡對某些特定概念解釋得太過簡單和粗淺。當我在解釋時確會把對方當成五歲小孩，這麼做是因為我們在理解母愛和生育時，會放棄不少基本且原始的法則，很多時候醫療機構也完全忽視或否定這些法則，相關的專業人員甚至無視人類分娩時所具備的動物本能和常識——看看圍繞在嬰兒出生時的忙亂場面：醫療人員會拎起嬰兒的雙腳，例行公事地放在冰冷的金屬磅秤上量體重，粗略地擦拭身上的血水，帶帽子，打預防針，滴眼藥水……對於這些所謂的專業行為，我們怎麼能不去抗議？

自序二：連結治療師， 連結被治療的嬰兒

我曾看過一個電視節目：有兩位騎警被邀請到一群六歲小孩的課堂上。所有的孩子都張開一雙雙純真好奇的眼睛，看着那兩匹高大的駿馬。再看看我們這些成年人，到底我們在成長過程中發生了甚麼事，以致像在病態地繞着大圈子，只能靠着這一點好運氣，才能找回這份不容易再現的純真？

本書着重討論母親與嬰兒間原初之愛的誕生，以及這份愛對於我們所有人能發揮出怎樣的潛在價值。但如何才能讓這份愛顯現出來呢？當你一開始就被懷裡狂哭不止的嬰兒弄得精疲力盡，又該怎麼做呢？

除了治療技巧，顛氐療法的基本精神在於尊重被治療者。這份尊重能夠讓接受觸碰的嬰兒（以及陪同的人士）感受到：「我被注意到了，人們認同我是個有靈魂的肉體。」有了這個

感受，可以比較容易地讓嬰兒減低對外在環境的疑惑，甚至威脅感。

如果母親在嬰兒剛出生時可以建立緊密連結，嬰兒就能自然地獲得這份安全感。只要剛誕下嬰兒的母親，大腦裡哺乳信號被啟動，壓力就不會存在，那個時刻，由荷爾蒙促發的原初之愛就注入了母親與孩子的身體裡。

當我開始第一次使用顱骶系統（CS 系統）及其韻律工作時，我就像進入一個美妙的國度。顱骶系統是身體裡最古老、最深層也是最原始的系統。人體在受精後不久，受精卵便開始建構身體，神經系統（CS 系統也屬於其中一部分）是第一個開始成型的部分，接着細胞繼續分裂才完成身體其他部分的構造。

胎兒在經過產道時，是整個身體被捲壓在一起的。有時胎兒頭顱的小骨頭，很可能因此錯位或者相互交疊，從而卡在大

腦裡，最後限制大腦的發展。類似的擠壓情況有可能發生在脊椎，或者頭部與脊椎兩處的骨頭同時受到壓迫。顱骶療法的目的就是尋找並發現身體被卡住的地方，然後釋放這些壓力！只需要將手放在嬰兒身上，連結到他們顱骶系統的動作，我們就能在與嬰兒的連結中施以強大的力量。這樣，接下來的治療就變得很清晰了。

我越來越明確的一點是，顱骶療法非常容易學習，只要有一顆好奇心就可以開始。在學習的過程中，我很快地察覺到，我們的身體傾向被一種澄明的境界所召喚。我自己當然也不例外，我渴望達到這種境界。這種「無我之境」，這種冥想狀態，也使得我的工作與大部分整脊師的治療區分開來。

我們已經培訓了上百位治療師，他們帶着各自的認知和經驗來學習這個技術。正因為他們處理過自己的問題，因而具備幫助大部分患者的能力。

如果只讀這本書，就想運用書中的技術是絕對不明智的！所有書裡講到的治療技巧只能由顱骶治療師操作——千萬別忘了嬰兒是極度脆弱的。

儘管如此，就我們的教學經驗來說，任何一個對顱骶療法感興趣的人都可以學習這些治療技巧，並且安全使用，但是紮實的專業學習與大量的操練絕對是必要的！所有的治療技巧，包括重新體驗自己的出生過程，都是顱骶治療師的學習內容。這麼做的目的是為了避免當學員日後在接觸患者時，自身未解決的「出生創傷」會浮現出來，從而影響患者的治療。

最後，我們的目標是竭盡所能地訓練更多的，對這個自然簡單的療法有興趣的人，並且讓每位實實在在地從生活和生育的經驗裡，獲得智慧的女性不再無情地被醫療專業人員取代，重新獲得來自我們社會的尊重和認可。

目錄

中文版代序：讓書裡的照片感染更多人（文：梁小島） 005

自序一：嬰兒與我，和太太麗桃 019

自序二：連結治療師，連結被治療的嬰兒 022

圖輯一：接觸

第一章 甚麼是顛氈療法？ 5

第二章 為甚麼嬰兒需要顛氈療法？ 11

第三章 與生俱來的求生策略與對未來生活的影響 21

圖輯二：小家夥

第四章 「愛的雞尾酒」與「荷爾蒙襪襪」的生成 49

第五章 產後母親與嬰兒的護理指引 57

第六章 不同的治療技巧 61

第七章 偶爾必要的創傷修復 87

第八章	出生與死亡……是同一件事？	99
第九章	地心引力的力量：不為人知的秘密！	103

圖輯三：重歷出生情境以修復創傷

圖輯四：臀位分娩

第十章	你對世界的第一印象	115
第十一章	準媽媽該做哪些充分的準備？	123
第十二章	爸爸需要做甚麼？	127
第十三章	有甚麼因素阻礙懷孕或者讓懷孕困難？	131
第十四章	親愛的靈魂，請問你從哪裡來？	137

圖輯五：美麗的造訪者

第十五章	你可以而且也想要控制的事情	149
------	---------------	-----

圖輯六：媽媽，你同意我愛上其他人嗎？

致謝	155
關於作者	158
參考書目	161

圖輯一
接 觸



每個來接受治療的嬰兒都必須被當成獨一無二的人類對待。嬰兒的身體尚未具備如成人般的溝通能力，因此有時候對治療者或被治療者而言會非常挫敗。然而母親與嬰兒之間藉由氣味、觸覺和聲音溝通，這些溝通方式可以讓嬰兒非常安心。



治療時我會很專注地看着接受治療的寶寶的眼睛，然後發出一些很緩慢很溫柔的聲音，用這種方式迎接他/她的到來，語言在這個過程中並非必要；只需看着他/她，並讓我的能量流動起來，就像是用眼神在碰觸對方。

在整個療程中，我會儘可能地與寶寶維持連結，藉由感受他們的脊髓，看着他們的眼睛以及與他們進行聲音互動。有時候我會忘記自己正處在連結中，向寶寶的母親提問，幾乎馬上就感覺到寶寶的抗議。



要寶寶與母親分離來接受陌生的觸碰，有時並不那麼實際，但也沒有關係，我會先治療寶寶的母親。通常在詢問過母親分娩的過程以及她當時的感受後，我便讓母親躺在看診枱上。寶寶與母親連結十分深刻，母親放鬆與愉悅的感覺也能讓寶寶感受到。慢慢地，寶寶開始習慣我的存在。有時候在母親的療程中，我同時直接或間接地治療寶寶。



第一章

甚麼是顱骶療法？

我們的身體是一座自我調節機制完美的工廠。每天醒來身體便在外在世界生活着；到了夜間，雖然身體進入睡眠狀態，但是我們看不到身體內部有巨大工程正在運作。生活耗損我們的細胞，睡眠讓身體擁有足夠的時間修復，隔天起床我們便能看起來精神抖擻，充滿能量再過新的一天……但是有時候不見得是如此。不論哪一種壓力都會拉長身體修復的時間，結果身體開始運作得不是很順暢。顱骶系統讓我們可以找出身體中能量阻塞不通的部分，也就是壓力影響的區域。如同交通是否通暢一樣：我們找出塞車的地方，然後想辦法疏通道路……這就是治療師的工作！

具體該怎麼做呢？進入主題之前，我們必須先了解一點身體生長的歷程。當卵子受精後，受精卵開始不斷地複製一串與自身一樣的細胞來，這些細胞中有一部分細胞將形成胎盤，剩下的細胞群則延展開去，形成像摞煎餅一樣疊成的三個胚層。其中內胚層將形成人體的內部組織和器官，外胚層將形成身體與外界接觸的器官和神經系統，而中胚層則負責連接內胚層與外胚層。這三層「煎餅」就會發展成我們整個身體。沒錯，最初的我們只不過是薄片疊

在一起的「煎餅」而已。

隨着生命的生長，這三個胚層會捲起形成管柱，這就是人體脊柱的雛形。接下來不同功能的細胞便各就其位，朝各自要去發展的器官以及其他身體組織的位置移動。

為了讓身體內所有這些建設工程順利進行，並且確保這是一間「垂直的屋子」，首先在「薄餅」內會發展出類似工地上「鉛垂綫」一樣的直線——脊索。這條線是所有細胞的基地，決定每個細胞的用途與存在的位置。正因如此，每個細胞就很清楚自己的職責以及必須前往的去處。當細胞知道未來自己將成為哪個器官，哪根骨頭，大腦中的哪一部分，它們便開始一步步地往目標移動。一旦脊索完成任務，就會消失，但是由脊索形成的人體中線還是維持着無法取代的重要性。所有細胞終其一生都記得這個原始部分曾經明確地為它們指引方向！

顛軀療法基於這個原理：讓每個細胞重拾信心。細胞確定自己的生存目的以及找到屬於自己的位置。我們的做

法就是讓接受療程的人重新感受到這個中線，一種讓他重回到初生的脊索狀態中。

人體的自然機制就像會發號司令的老闆。當身體需要時，我們就會進食、呼吸、消化、活動等以滿足生理需求，這個過程通常在瞬間發生。如果這個老闆是一位有脾氣、時常處於焦慮中或總是忘了下達命令，很快地他／她的行為就會危害到工廠的整體運作。對人體而言，這個老闆就是大腦以及傳送指令的系統，而且接受顱骯系統的照顧。受精後，顱骯這套原始神經系統就最先形成，並且確保人體其他部位的協調生長。

顱骯療法最大的秘密就在此。我們去學習了解、感受這位隱藏在身體深處的「老闆」，以及神經系統的所有狀態。藉着這個感受，我們得以找出問題所在並尋求可能的解決方式。通過學習和訓練，我們能覺察到能量被阻塞之處並使其暢通循環，如此一來神經系統才能夠正確地指揮身體的運作。

佛狄樂第一次來診所的時候，他只有五個月大。他看起來就像加勒比海的陽光一樣燦爛，非常的開心，但是他

的呼吸卻像一個老水手般帶着很嚴重的喘鳴聲。據他母親的說法，佛狄樂從三個月大就開始服用治療氣喘的藥物。當我將這位小男孩抱在懷裡時，馬上就摸到介於肩胛骨的脊椎重疊到一起了，一種因難產而導致的問題。佛狄樂接受療程二十分鐘後，呼吸的喘鳴聲明顯地減少到幾乎聽不見，我也說服了他的母親只有在急需時才給他吸氣喘藥物。

經過四次療程，佛狄樂就成為健康寶寶了，他的脊椎回歸原位，從大腦穿過脊椎的神經不再受限，能夠自由地控制肺部活動。簡單來說，當身體的「老闆」有足夠的空間做它該做的事時，身體就會運作順暢。

我們身體所具有的智慧不容小覷：它通常用一週的時間完成對損壞細胞的更新，每七年則完成對全身細胞的更新。更不可思議的是，它不但能告訴我們問題的癥結所在，還會告訴我們如何修復——只要我們學會好好地聆聽它。

第二章

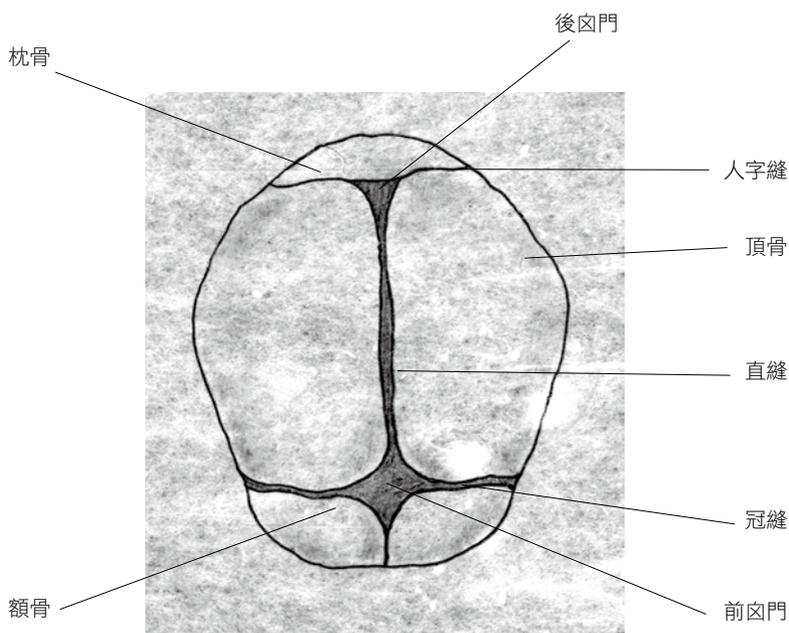
為甚麼嬰兒需要顱骶療法？

出生前，我們要重歷一段完整的演化過程。受精之後，我們一開始就是一個細胞，一個受精卵。接下來，我們便遵循着演化的步驟，一步步地從魚到爬蟲類再到哺乳類，最後進化成人。沒有好的基礎很難蓋出房子，我們必須充分完成每個階段的生長，一旦有些部分無法正常成長或是找到適當的成長位置，我們的身體就會像一棟建在有缺陷的地基上的房子。

胎兒在母親的羊水中像小魚一樣漂浮了九個月後，因為空間變得狹小而不得不離開母體，到外面乾爽的土地上。出生對母親和胎兒的身體來說都是巨大的考驗。胎兒的靈魂像是被擠壓進入小小的身體裡；在理想的條件下，出生的時刻就是母親與胎兒的身體都準備好的時刻。

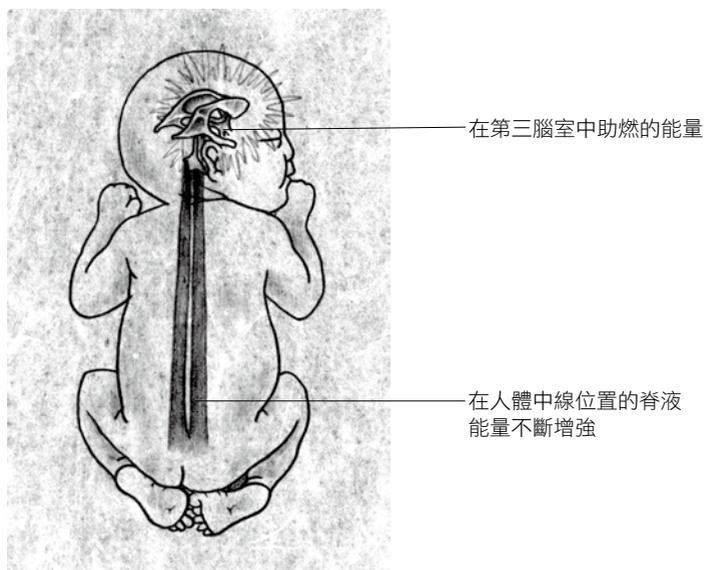
胎兒的小身體極度柔軟，頭顱的每塊小骨頭就像島嶼般可以很容易地移動。簡而言之，我們就像是裝滿水的袋子，這裡那裡漂着幾塊骨頭。當胎兒經過產道出來後，求生的意願會讓肺臟展開並很自然地啟動呼吸。而肺臟展開後對脊柱產生的壓力將會啟動一套顱骶（CS）韻律。這套韻律，對於存在於大腦與脊髓中的腦脊液（CS fluid）而言，其實是一個強大的水泵系統，確保頭骨與全身具節

奏性的開放交流。分娩時的巨大壓力，莫名的恐懼，有些用意良好實則「粗暴」的助產方式，都會阻止胎兒的小身體的正常伸展。頭骨裡其實大有空間，空間越大，進入此間的生命能量就會越多。然而最重要的是，越要發揮生命潛能，大腦越需要空間成長並運作。身為顱骶治療師的我們，任務就是找回這些空間。



頭骨上的凶門

在穿過骨盆，通過產道的過程中，胎兒頭顱頂部必須如古代戰場上攻城門的破門槌，才能成功地直搗而出。胎兒的每塊顱骨都有兩個或是更多可以移動的部分，可以與其他顱骨留出接縫或者凶門的空間，這些空間可讓胎兒伴隨着助推力，適應並通過狹窄的產道。



「助燃器」

「助燃器」是富蘭克林·西樂斯(Franklyn Sills)用來形容啟動胎兒生命生命能量。從那一刻，我們的人生就開始了……如果我們抓住機會的話。

問題會出現在哪？

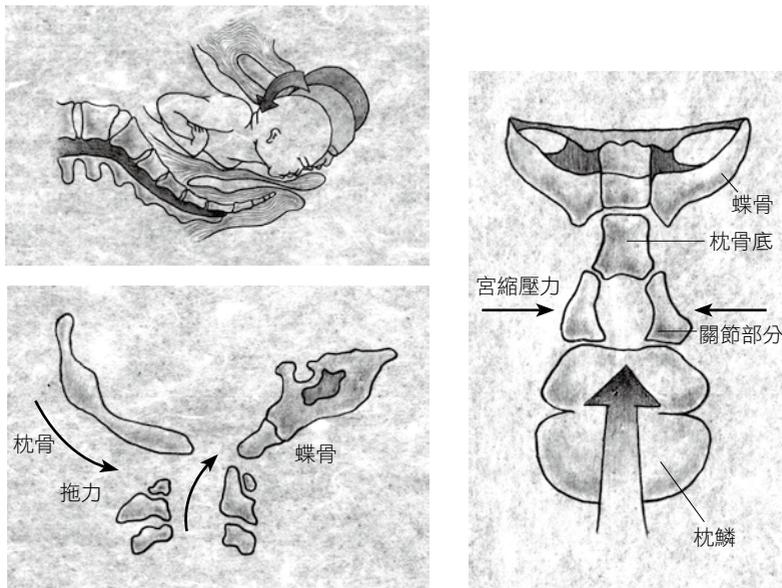
當胎兒的小身軀沒有辦法完全展開時，就會出現生理上的問題。出生過程中遭遇的強大壓力，以及離開產道後的突然解壓，都會讓胎兒的小骨頭疊壓在一起。如果這些骨頭無法復原，流經此處的神經或血管也就因此受阻。

最脆弱的部位當然是頭顱(以及頸部)，因為出生時這個部分是用來突破重圍的「破門槌」，或是助產工具需要使力的地方。也就是說，脊柱就會因此被壓縮或是扭曲。

當寶寶的生命系統或某些器官，因為產道的擠壓導致其沒有足夠的空間正常運作時，問題就出現了，此時寶寶就會以非常強烈的方式表達自己的不適。

通常，寶寶會自己解決大部分的壓力問題。透過母乳哺育，寶寶會逐漸鍛煉出強勁的吮吸力，這個力量會讓部

分重疊的「口鼻部位」以及頭骨鬆開，並回到正常的位置。
如果這股自助力量不夠的話，我們可以在幾個療程中釋放
這股壓迫力量。

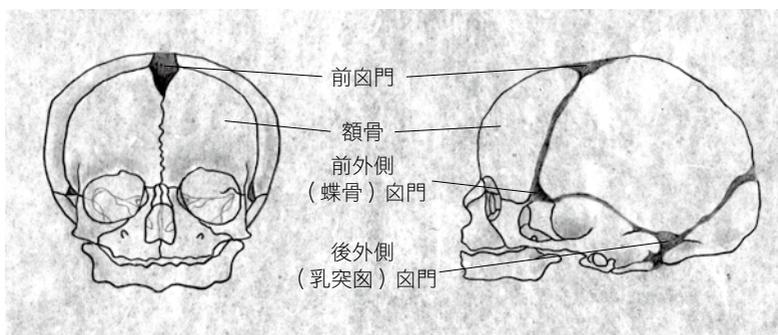


顛底受壓的情況

出生過程中寶寶顱骨可以交疊

你可以把寶寶的小頭顱想像成裝滿水的袋子。頭骨非常柔軟且容易移動，它們是袋子定形的要素但還沒有完成生長。這就是為甚麼那些大空間（凶門）要分開這些頭骨的原因。稍微彎曲這些骨頭以及讓彼此交疊，是通過產道必要而且正常的方式。

當顱骨中的某些骨頭保持住交疊的情況時，就會限制大腦的發展，甚至會阻礙全身的正常運作。身為顱骶治療師的我們當然會盡所能地令這些交疊的骨頭分離。



必要的時候這些小頭骨會互相重疊

額骨由兩部分骨頭組成。

蝶骨由三部分骨頭組成。

顛骨由三部分骨頭組成。

枕骨由四部分骨頭組成。

篩骨由三部分骨頭組成。

上頷骨由兩部分骨頭組成。

下頷骨由兩部分骨頭組成。

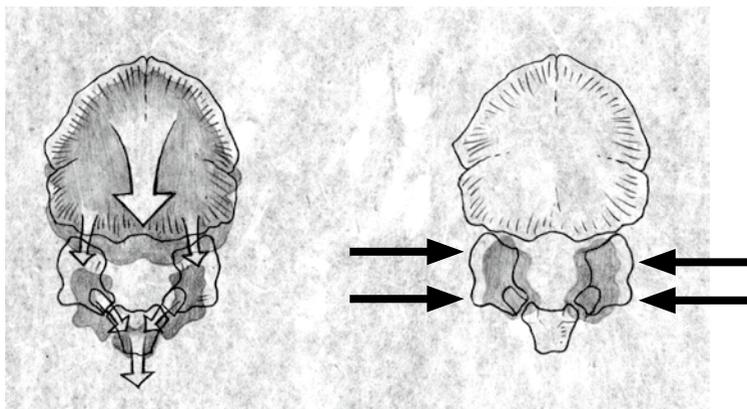
寰椎由三部分骨頭組成。

骶骨由五部分骨頭組成。

最脆弱的部位就是顛底。許多神經與血管都從顛底這裡進出頭顱，而在顛底中間，就是脊椎處有一團非常粗大的神經叢。有一條廣為人知的，也是最敏感的腦神經就是迷走神經。它調節着幾乎所有器官、呼吸和消化系統，以及心臟的舒張。此外，位於顛底有一處神經控制着頸部肌肉的放鬆與緊縮，如果這處神經受到了壓迫，又將是一個額外需要化解的困境。

大部分的神經彼此之間都有很強的關聯性，因此，一旦神經遭受壓迫就會造成多重問題。

雖然我們的身體會適應並且試着學習與運作不良的系統和平相處，但是如同每個大哭嬰兒的父母會說的話：這不是好的開始。這些小問題（也包括其他問題）會導致幼兒患上過動活躍症，從而令他們的生活變得苦痛不堪，可孩子本身甚至不知道問題究竟出在哪裡，因此也無法告訴父母。



箭頭指出壓迫在脊椎上的力量。如果沒有做任何修正治療，將會導致過度活躍症的出現。