

SVJEDOČANSTVO O RADU I DJELOVANJU LEONA CEBOVSKOG

S ciljem da sa svojih 29 godina ublažim posljedice neugodnih padova i udaraca kralješnice iz mladosti, koji su se manifestirali bolovima u njenom lumbalnom i vratnom dijelu (uključujući prednju i stražnju skupinu mišića vrata kao i njihove površinske i dubinske slojeve), na zatiljnom dijelu lubanje te konstantnim tenzijskim, polumigrenskim, pulsirajućim glavoboljama popraćenih povraćanjem (koje su postale otporne na gotovo sve skupine lijekova protiv bolova, od srednje jakih do jakih NSSR inhibitora, opioida i njihovih kombinacija, koji se uzimaju oralno), nedostatkom cirkulacije i topline u rukama i nogama, kroničnom upalom paranazalnih sinusa, bruksizmom te stalnim osjećajem krutosti kostura, koji napreduje kao da je van moje kontrole i stvara mi probleme, odlučila sam poslušati tiho vodstvo svemira koje me je igrom neslučajnosti uputilo na Leona Cebovskog u centar AtlasProfilax, Britanski trg 5.

Od dokaza o mom stanju, naravno, osim mojih riječima upućenih pritužbi, imala sam i rentgensku snimku cijele kralješnice, detaljnu rentgensku snimku vratnog dijela kralješnice, CT – snimku sinusa, dokaze o uzetim analgeticima i dokaze o vježbama za kralješnicu, koje sam dobila od svog fizioterapeuta.

Želja mi je bila smanjiti bolove i neugodnosti i nisam htjela dopustiti da dočekam određene godine u kojima će moje kosti još jače srasti, tetive i zglobovi izgubiti funkcionalnost te količinu i kvalitetu elemenata koje čine njihovu strukturu, a mišići elastičnost i fleksibilnost vlakana. Moje stalne sportske aktivnosti, od kojih neke zahtjevaju velik napor, izdržljivost i funkcionalnost svih dijelova kostura, a koje sam ja osjećala da polako gubim te vođena mišlju da kostur ljudskom tijelu treba pružati oslonac i zaštitu i da meni moj to ne čini kako bih voljela, dovele su me u situaciju da nešto učinim po pitanju kralješnice. O kojoj se metodi radi, koji će se njezin dio tretirati, hoće li postupak uključivati kralješnicu ili neke druge koštano – mišićne strukture, na koji će način Leon mom kosturu pristupiti, hoće li to biti bolno, da li će biti potrebni drugi tretmani uz njegove, kako ću se ponašati za vrijeme i nakon njih, tj. da li ću morati pratiti određene postupke i pokrete tijekom tretmana i doma (kao terapiju održavanja) - ništa od toga nisam znala, a ispostavilo se da sam naišla na vrlo profesionalan pristup i tretmane, koji samo mogu biti rezultat velike teorijske pozadine i iskustva terapeuta, tretmane koji su moj kostur i vezivna tkiva prihvatili s radošću, bez prevelike boli, bez velikih odricanja, uz moj mali trud, koji se nastavio sve do danas. Smatram da niti jedna promjena, u ovom slučaju promjena vezana za koštano – mišićni sustav, ne prolazi bez boli jer je bol znak da su kosti srasle krivo, da je položaj

i držanje tijela nepravilno, da postoji bolest ili ozljeda koja narušava strukturu kostura . Svaka bol označava promjenu, fizička promjena je vezana uz fizičku bol, a i psihička promjena isto često bude vezana uz fizičku bol. Ona je na neki način rezultat manjka ljubavi prema sebi, prema drugima i prema situacijama u kojima se nalazimo. Bol nije loša. Nju trebamo prihvatiti, suočiti se s njom, „uhvatiti je u ruku ili za ruku“ i ublažiti, neutralizirati, naravno, ako to želimo.

Priroda pokušava ostvariti i zadržati dinamičku ravnotežu svih tjelesnih funkcija, a da bi mi izdržali snagu gravitacije, ista ta priroda se u ljudima služi strukturom potpornog sustava, prvenstveno diskovima između kralješaka, koji ih štite od tlačnog opterećenja bilo kojeg podrijetla. Da li se generacijski i genetski potkrala nekakva greška u konstrukciji pa da sve više ljudi pati od krivog držanja tijela, nepravilno sraštenih kostiju, prijevremene osteoporoze, iščašenja, istegnuća kostiju i ligamenata, oboljenja leđa, poremećaja kretanja, degenerativnih promjena koštanih struktura kao samih te onih koje nastaju zbog promjena na mekim tkivima i organima? Ako se pokaže da je to greška koju mi možemo ispraviti, ako postoje ljudi kao što je Leon, koji svojim sveobuhvatnim pristupom i pozitivnim rezultatima daju nadu da postoji način, metoda, ljudima bliska, a zaboravljena, u suradnji s konvencionalnim medicinsko – fizioterapeutskim metodama i operacijama, jesmo li ga voljni prihvatiti? Ja jesam.

Osnove anatomije prvog kružnog vratnog kralješka (atlasa), kako je njegova struktura i položaj povezan s potpornim i vezivnim strukturama ostatka tijela, poseban sustav mišića i ligamenata oko njega, kako atlas sudjeluje u formiranju gornjeg zgloba glave, kako se održava statika tijela, što je to subluksacija atlasa, kako se pravilnim, negrubim pristupom cijelom našem potporno – vezivnom sustavu u sklopu osteopatije može utjecati na funkcionalnost cijelog organizma, koje metode će biti upotrebljene da bi se atlas vratio i zadržao u normalnom položaju, saznala sam i na sebi iskusila jer sam bila jedan od pacijenata Leona Cebovskog u njegovom AtlasProfilax centru.

Moj prvi dolazak u AtlasProfilax centar koji vodi Leon bio je u 10. mjesecu 2015. godine. Nakon kratkog upoznavanja i popunjavanja formulara, u kojem sam iznijela osnovne informacije o svom problemu te nakon što je Leon proučio donesene snimke i podatke, slijedio je gotovo jednosatni postupak vraćanja atlasa u njegov prirodni položaj. Sam postupak nije bio neugodan, nije bio agresivan (čak i uz korištenje na prvi pogled invazivnog aparata), uz popratno objašnjenje da se nikakva kost ni zglob ne diraju niti ne pomiču, već samo okolni ligamenti i fini mikro pomak okolnih mišića zatiljka. Tijekom postupka javila se blaga do umjerena bol, mučnina i nagon na povraćanje, koji nisu dugo trajali. Vješte ruke, mirni, sigurni, nježni, ali čvrsti pokreti te smirena energija tijela, odavali su da znanje o funkcioniranju atlasa, koje posjeduje Leon, nije jedino znanje koje upotrebljava. Uočila sam blagu, proučenu, lijepo doziranu osteopatsku tehniku, kao jednu vrstu manualne terapije te osnove (ako ne i

više) poznavanja energetske medicine, koja je uz konvencionalnu medicinu nužna za holistički pristup ljudskom zdravlju. Ono što mi se svidjelo je da Leon potihom traži globalni uzrok mog problema, sagledava i opipava moje tijelo u cijelosti, metodom i načinima koji su rezultat njegova školovanja i iskustva. On je na temelju palpacije procijenio gdje mi je u tijelu tenzija i blokada te poboljšao prokrvljenost. Moram napomenuti da sam u vrlo kratkom periodu osjetila navalu vrućine u glavi i ekstremitetima, blagu do umjerenu glavobolju te veliko olakšanje u mobilnosti glave pri pomicanju u stranu, lijevo i desno. U tom trenutku nisam morala pomicati ramena i gornji dio tijela, kao što sam to inače činila kako bih se okrenula, već samo vrat. Znači, ja sam s vratom mogla napraviti luk od 180 stupnjeva s neopisivom lakoćom koju do tada nisam imala. Bol s desne strane vrata, na spojištu lubanje i vrata i to prvenstveno duboka mišićno - tkivna bol koju sam do tada imala, također se znatno smanjila. Zbog pojačane prokrvljenosti navedenih dijelova tijela, pojačanom lučenju, iz dubokih tkiva začahurenih toksina, nakon tretmana sam provela proizvodljivo odabrano čišćenje tijela nekim sasvim prirodnim preparatima.

Ne mogu zanemariti činjenicu da je prvi dolazak na ovaj kombinirani tretman ostavio dobar utisak te blagu zabrinutost. Osjećala sam trenutno smanjenje godinama prisutne boli i navalu energije koju sam trebala pametno rasporediti te svojevršno ushit. Nije to bilo stanje s kojim se nisam znala nositi, rado sam ga prihvatila. Također, postala sam prijemčivija za informacije iz univerzuma, koje mi od tada dolaze puno lakše. Kao da je Leon bio okidač za otvaranje čakri najviših vibracija.

U periodu do 31.3 odlazila sam na još 10 tretmana, u prosječnom vremenskom razdoblju od 2 tjedna između svakog. Leon je svaki put pregledao vratni dio, ojačao fiksiranje atlasa u novom položaju, djelovao na okolne mišiće, a zatim se fokusirao na kosti tijela. Pojedinačni tretmani su bili drugačiji, naravno, vezano za stupanj tkivne bolnosti i mišićne fleksibilnosti, kao i za rad na pojedinom segmentu tijela, koji mu se učinio najblokiraniji, najukočeniji, ali je svaki završavao gotovo jednako – bol je bila manja, opuštenost gotovo svih mišića veća, kosti ramena se nisu više činile tako ukočene. Sat vremena nakon tretmana bila sam djelomično svjesna vremena i prostora, kao da sam ušla u prostor gdje vrijeme gubi svaku smisao. To znači da Leon osim ovog očima vidljivog i rukama opipljivog rada, obavlja i rad na energetskom nivou. Vrata koja otvara svakom od svojih pacijenata mogu tog istog pacijenta uputiti na put ljubavi prema sebi.

Drugi, treći i četvrti dolazak pamtim po boli pri dodiru lumbalnog dijela kralješnice, lopatice, bedrene i listne kosti. Bol je bila tupa, nastala pri dodiru na tretmanu, a dan do dva nakon njega se smanjila. U ovom višemjesečnom periodu sam izbjegavala nagle i grube pokrete, jaka grčenja i forsiranja mišića, koje su treninzi odbojke i plesa od mene zahtjevali. Disanje mi je postalo vrlo bitno, kako tijekom tretmana, tako i

nakon njega. Iz kratkog i plitkog, postalo je dugo i duboko, ošit se skupljao i rastezao, baš kako treba.

Sada, 5 mjeseci nakon i dalje podsvjesno tražim bol u vratu i očekujem skoro svakodnevnu glavobolju, ali nema je. Kada se javi, nije više onog intenziteta kakva je bila prije. Bitno mi je da mi se smanjilo trenje i pritisak gornje o donju čeljust glave, koje mi je potrošilo i doslovno pojelo zubnu caklinu. Tijelo održavam blagim i redovnim treninzima te vježbama disanja. Dodaci prehrani koji povećavaju oksigenaciju tkiva su mi također bitni.

Ono što Leon napominje je da namještanje atlasa i fina manualna tehnika može ublažiti ili ukloniti problem nepravilnog držanja, krivih položaja kralješnice, ukočenja, krutosti kostiju, puno stečenih pa i naslijeđenih koštano – mišićnih nepravilnosti, ali uspjeh ovisi o svakom pojedincu, kako o njegovoj dobi, očekivanjima, tako i o usmjerenju ka zdravlju nakon tretmana. Znači, ako svaki čovjek uloži malo vremena za sebe, ne vraća se u isti položaj tijela koji je prije imao, uloži vrijeme i trud u bilo kakvu vrstu masaže koja će održati postojeće stanje, nađe neku metodu rastezanja kojom će tkiva dobiti više kisika, uspjeh ove metode koje primjenjuje Leon Cebovski u svom centru biti će biti veći i dugotrajniji.

Ovim putem želim i zahvaliti Leonu na radu i trudu. Ja sam na svom primjeru pokazala kako ova njegova metoda donosi dobrobit ljudima.

Ana Uzur, mag.pharm.