

A tünetek tükrében – Csonttörés (2)

A csontok rendszerének kialakulása az ember életének nagyon korai szakaszában megkezdődik, így lényünk és létünk fizikai aspektusának alapjait képezi. Egy olyan bázis, ami biztonságot nyújt, akár csak a család és az otthon melege a megszülető, és felnövekvő gyermek számára. Számítalan meghatározó érzés, mint például bizalom, valahová tartozás, kötődés, biztonságos háttér kapcsolódik e témához. Természetesen mindezek ellentéte is jelentőségteljes hatással bír úgy, mint a bizonytalanság, a túlélési kényszer, a zaklatás okozta traumákhoz kapcsolódó megannyi érzélem. Fontos tehát a csontrendszerünk által hordozott információ. Megértésük hatalmas segítséget tud nyújtani a fejlődésünk, és a szabadabb válásunk folyamatában.

Az előző írásban sorra vettük a láb, a kar és a bordatörés, valamint az eltört kézujjak lehetséges üzeneteit. Most lássuk a koponyacsont sérülésében és a csigolyatörésben rejlő lehetőségeket.

A koponya csontjai ölelik körül az emberi agyat, a központi idegrendszert. Ha az emberi test az ország, akkor a fej a főváros. Mintegy irányítóközpontja, és összehangoló rendszere az ország különböző részeiben történő dolgoknak. Ide fut be minden információ az érzékszerveken keresztül, ami a külső környezetből érkezik, és innen indulnak ki azok a parancsok, amelyek mozgásban, gondolkodásban, viselkedésben, hozzáállásban nyilvánulnak meg a külső szemlélő számára. Amíg a koponya ép, addig védelmez. Hatalmas teherbírása van, mégis van az az erő, amitől megsérülhet, összetörhet. A régmúlt időkben óriási tisztelete volt magának a koponyának. Gondoljunk csak arra, hogy a vikingek például ittak a legyőzöttek koponyáiból, mert hitük szerint így hozzájutottak mindahhoz a tudáshoz és tapasztalathoz, amit a koponya tulajdonosa birtokolt.

A koponyasérülés következményeként nagyon sok olyan furcsa dolgot tapasztalhatunk meg, ami olykor igen ijesztő lehet. Ilyen például a memória kihagyás. Elveszítve az emlékeket, az arcfelismerés képességét, vagy elfelejtve mindazt, amit korábban megtanultunk, nos, ez a megszokásainkból az alapjainknál fogva rázza ki a testünket-lelkünket. Megfordul velünk a világ, és ilyenkor tisztán megélhetjük azt a pillanatot, hogy fogalmunk sincs arról, hogyan fogunk ebből kikeveredni. Próbára tétetik a hitünk, elsősorban az önmagunkba vetett hit, mely szerint a testünk képes meggyógyítani önmagát, ha megadjuk neki a bizalmat.

A koponyacsonttörés tehát kapcsolatban van a gyökércsakrához tartozó bizalommal és a koronacsakrához tartozó hittel. Kapcsolatban van azokkal a területekkel, amelyek megsérültek, s nem képesek úgy funkcionálni, mint korábban. Ha a látás sérül vagy a hallás, akkor felmerül a kérdés, hogy vajon mit nem látunk meg, mit nem hallunk meg. Az információk 90%-át a látás által szerezzük meg, s ezáltal sok sok érzéki csalódásnak vagyunk a birtokában. Tisztán látni és tisztán hallani mindannyiunk számára feladat, kinek-kinek a maga történetében, a maga fejlődési stádiumának megfelelően. A memória elvesztése jelezheti, hogy valamire nem akarunk emlékezni. Ha újra kell tanulnunk járni, enni-inni és beszélni, akkor teljesen visszamentünk egyfajta csecsemőkori állapothoz, vagyis, újraindítjuk a rendszerünket. Míg egy újszülött esetében könnyed, játékos folyamat a különböző mozgásformák megtanulása, az arra való megérés, addig egy balesetet szenvedett felnőtt embernél a lábadozás és a rehabilitáció igen csak embert próbáló. Önmagunkkal és a családjainkkal való kapcsolatunk teljesen átminősül. Amikor megértjük, hogy mindennek célja van, akkor azt is meglátjuk, hogy a koponyacsont sérülése nélkül ugyanazt az életet élnénk, amit korábban: „vakon” és „süketen” rohannánk a hétköznapi idegőrlő forgatagában, megfigyelve a társadalmi elvárásoknak, és rettegvé attól, hogy mi lesz velünk, ha nem leszünk többé elég jók. Hatalmas feszülés van abban

az emberben, aki olyan helyzetben találja magát, ahol a koponyája megsérül. A gyógyulási folyamat lehetőséget ad arra, hogy megálljon, megpihenjen, újragondoljon és átalakítson. Többé már nem lesz ugyanolyan, mint amilyen a baleset előtt volt. Az életbe visszatérve egészen más minőségeket képvisel az ember, ha hajlandó átmenni a tisztítótűzön, ami a baleset megtörténte és a gyógyult állapot közötti szakaszban adatik.

A csigolyák önálló csontokként a gerincoszlopot alkotják, ami pedig tartást ad a testünknek. Van azonban néhány terület, ahol több csigolya összecsontosodott. Így jött létre a keresztcsont és a farokcsont. A csigolyaívek alkotják a gerinccsatornát, ami pedig védelmet nyújt gerincvelőnek, ahol továbbításra kerülnek az érző ingerületek, valamint a motoros parancsok. Ez tehát az élet tengelye, ami védelmez és összekapcsol. Összekapcsolja a központi részt a perifériával. Biztos alapot és tartást ad, rugalmas, mégis stabil, oly módon, hogy képes az irányváltoztatásra.

A csigolyatörés komoly következményekkel járhat. Amikor az élet tengelye eltörik, minden kizökken a helyéről. Ekkor nem képes a megtartásra és a forgásra, akár meg is bénulhatunk. Fontos kérdések merülnek fel ismét: Mi az a teher, amit ennyire nehéznek élünk meg? Mi akadályoz abban, hogy rugalmasak és hajlékonyak legyünk? Mitől merevedtünk meg annyira, hogy az élet súlya megtört bennünket? Mi az, ami lebénít, ami mozgásképtelenné tesz?

A túlterheltségen felül előemelkedhet a tudatalatti mélyéről az a tehetetlen agresszió, amit akkor érezhetünk, ha teljesen hiábavalónak éljük meg minden erőfeszítésünket. Bármit is teszünk, falakba ütközünk, bárhogya is cselekszünk, nem kapunk érte megbecsülést. Képtelenek vagyunk megfelelni a környezetünk elvárásainak, de ezzel együtt képtelenek vagyunk arra is, hogy önmagunkat éljük, mert úgy véljük, hogy akkor nem kapjuk meg azt a figyelmet és szeretetet, amire vágyunk. Az ember a vágyott szeretetért pedig mindenre képes. Még arra is, hogy beáldozza önmagát, és megtöri az alatt a teher alatt, amit nem neki kellene cipelnie.

Mi tehát a teendő? Mindenki tudja, hogy mit kellene tennie azért, hogy balesetmentesen, boldogabb, kiegyensúlyozottabb és egészségesebb életet élhessen. Őszintének lenni, nem csak másokkal, hanem önmagunkkal is; felismerni és kifejezni mindazt, ami megszületik bennünk, nem könnyű, mégis kifizetődő. Megtalálni azokat a szavakat és gesztusokat, amikkel úgy tudjuk kifejezni magunkat, hogy közben nem bántjuk meg a másikat. Megérteni, és merni megélni önmagunkat. Nem azt, akire azt hisszük, hogy az vagyunk, hanem azt, aki mindig ott van a háttérben, halkan súgja a fülünkbe az irányt, és mindig időben jelzi, ha letérünk az útról. Alázattal figyelni rá, megbecsülni, tisztelni, és érezni, hogy mennyire szeret. Viszontszeretni. Szeretni a testünket, figyelni rá, és tisztelettel bánni vele is. Mindig jusson eszünkbe, hogy csak akkor tudunk másokat is tisztelni, ha önmagunkat tiszteljük. Csak akkor tudjuk szeretni, ha önmagunkat is szeretjük. Minden más csupán illúzió, melynek útvesztőjében balesetek és betegségek kerülőútjain bolyongva próbálhatunk a megértés, majd a megélés útjára találni. Megélni azt, ami van. Elfogadni és befogadni. Ez az igaz szeretet. Ez vagyunk mi. Ez vagy Te magad. Találj rá mihamarabb!

László Anikó

Alternatív Mozgás és Masszázsterapeuta

Babamasszázs oktató

Ringatóterapeuta és oktató

www.ringatoterapia.hu

Megjelent a Természetgyógyász Magazin 2018. márciusi számában