

Cum mi-am îndreptat coloana după 30 de ani

La 19 ani, am avut un accident de mașină, care m-a lăsat de atunci paralizată în cărucior. Diagnosticul: fractura-luxație coloana vertebrala la T12-L1 cu secțiune medulară și incontinență ano-vezicală. O vertebra mi s-a spart pe diagonală, și a ramas din ea doar jumătate, din lateral arătând ca un triunghi. Deci, când stăteam în fund, coloana mea era strâmbă, cocoșată tare.

Am suferit 2 operații de neurochirurgie, dar nu s-a încercat remedierea sau refacerea osoasă în nici un fel, pentru ca să nu se lezeze și mai tare măduva. Și sa- format apoi calus în jur, și s-a sudat așa, foarte cocoșată.

Dar pentru că sunt o luptătoare, nu am renunțat după accident la viață, ci mi-am făcut o familie și o carieră așa, din cărucior.

Acum, în 2011, după 30 de ani, la începutul lui februarie mi-a ajuns din întâmplare în mână un fluturaș mic, care propunea ca metodă terapeutică alternativă tehnica Bowen. Fiind o tehnică neinvazivă, care prin definiție nu poate face nici un rău, am fost curioasă să încerc pentru binele general al organismului. Nici în cele mai îndrăznețe vise ale mele nu m-aș fi gândit să-mi rezolve problema veche de 30 de ani!

Și uite așa am început terapia, o ședință de 1,5 ore pe săptămână. Mi-a plăcut de la început, mă relaxa și îmi alunga stresul. Terapeuta mea doar mă atinge ușor, nu dureros, desigur, nu împingea, nu trăgea. Doar așa, ca niște mici atingeri. Eram curioasă dacă va avea vreun efect. Obligația mea era doar să beau un pahar de apă înainte de terapie, și unul după. După prima ședință, am observat însă imediat modificări în organismul meu. Imediat după ce a plecat, a trebuit să mă duc imediat la baie, și mi-a dispărut constipația cronică și balonarea. Și mă simțeam bine și senină, așa că am decis să continui.

Continuând terapia, am observat în timp doar efecte benefice. Nu mai răceam, nu mă mai durea stomacul. Pielea s-a întins și era peste tot mai fermă. Mușchii nu mai erau lăsați, în pofida faptului că întrerupsesem ședințele mele de masaj de 2 x pe săptămână, pe acre le fac de o viață. După vreo 2 luni, mi s-au ridicat sânii, de mă întrebau prietenele „Ce-ai făcut dragă, ți-ai făcut push-up la sânii sau porți vreun sutien special?” Dar eu nu purtam sutien deloc, hi-hi! Și am mai observat că toate micile mele alunite de pe corp își redusese dimensiunea, rămânând cam un sfert din ele.

Dar **miracolul** absolut s-a petrecut de Paști, după 11-12 săptămâni de terapie. De Paști, am plecat la Înviere. Coloana mea era strâmbă ca mereu, pentru că îmi amintesc exact că atunci când veneam cu Lumina de la Înviere, stăteam greu în cărucior, ca întotdeauna, trebuia să-mi sprijin greutatea corpului pe brațele căruciorului, astfel încât de abia mai puteam ține lumânările. Și am venit acasă și m-am culcat. Dar a doua zi de Paști, când am vrut să mă îmbrac, punându-mi mâna pe spate pe la talie, mi s-a părut că îmi simt coloana altfel .. era dreaptă! „Ei, e doar o părere” m-am gândit, așa întinsă pe pat, pe o parte, cum eram. „Dacă mă scol în fund, desigur voi observa că este strâmbă și cocoșată.” Și m-am sculat, să mă conving. Aahh! Am rămas mută de uimire. Era .. dreaptă ca lumânarea!!!! Repede, m-am pus în cărucior și m-am dus la oglindă ca să văd. Nu îmi venea sub nici o formă să cred.. Mi-am suna imediat rudele și prietenii apropiați, care mă știu de 30 de ani așa, cocoșată, și au venit să mă vadă, rămânând stupefiați de schimbare. Cel mai uimit a rămas tatăl meu, care este medic profesor universitar. Normal, fiindcă medicina tradițională nu poate explica ce s-a întâmplat. Cred că nici măcar fizica tradițională nu poate...Face în mod sigură parte din genul de lucruri pe care, chiar dacă le vezi în ața ochilor, nu poți să le crezi! S-a îndreptat de la sine, așa brusc, de pe o zi pe alta – fără să tragă sau să împingă nimeni de ea, decât propriul meu organism, prin fibre, tendoane și mușchi!

Singurul vag inconvenient al întregului tratament a fost că, înainte de a se îndrepta coloana, am avut timp de 3 săptămâni dureri musculare mari, ca la o febră musculară foarte intensă. Apoi, după ce s-a îndreptat, durerile au scăzut foarte mult în intensitate, deși mai există. Dar acum sunt foarte slabe, de-a dreptul plăcute! Și oricât de tare m-ar fi durut, absolut cert a meritat, și încă cum!

Un lucru absolut, absolut uimitor, această tehnică Bowen, nu-i așa? Desigur, am continuat terapia, deosebit de curioasă unde voi ajunge. După alte 2-3 luni, am observat că mi s-a îndreptat și nasul, care era puțin coroiat din naștere. Ah da, și am uitat să menționez că imediat după Paști, m-am dus să-mi fac radiografiile, curioasă să văd ce s-a întâmplat și pe dinăuntru în coloană. Și diagnosticul medicului radiolog a fost, desigur, foarte diferit de diagnosticul meu care rămăsese neschimbat 30 de ani.

Și după alte 2 luni, am început să fac niște mișcări cu piciorul, pe care nu le puteam face înainte. Flexia din genunchi, și adducție-abducție. Deci, dacă stau în pat pe o parte, îmi pot îndoi piciorul din genunchi, până să-l trag

aproape la piept, iar dacă piciorul e întins, îl pot depărta în lateral mult, și îl pot și apropia ulterior de celălalt. Ce frumooooos! ☺

Am continuat terapia, în total 6 luni, iar apoi terapeuta mi-a spus că am încheiat un ciclu de terapie și vom face 2 luni de pauză. Acum cele 2 luni au trecut, coloana mea este în continuare la fel de dreaptă și eu de abia aștept să încep etapa a II pentru partea neurologica. Oare ce noi surprize mă așteaptă?

Pentru orice detalii, ma puteti contacta la tel 0728-108382, sau pe e-mail, adresa mea de mail este codrutta@yahoo.com. Ma numesc Codruta Popescu si sunt din Timisoara.
Timisoara, la 9 octombrie 2011