



Fáj a háta, a dereka?
Kattog a csípője, a térde?
Lúdtalpa van? Nehezen mozgatja
a fejét? Sokat szédeleg, fáj a feje,
a füle? Sokáig sorolhatnánk
azokat a panaszokat, amelyek
enyhítésére, megszüntetésére
az atlaszmasszázs ígér megoldást.

Gerincmentő MASSZÁZS

Az atlaszmasszázs történetéből

René-Claudius Schümperli, az atlaszmasszázs megalkotója 1940-ben született Svájcban. Miután 20 évesen egy barátságos birkózás közben beütötte a fejét, eleinte az enyhe szédülés mellett semmilyen komolyabb, látványos tünete nem jelentkezett, ám pár hónapon belül lábízületei le-süllyedtek, csípője, gerince becsavarodott, és csak mankóval vagy tolószékben tudott közlekedni. Állapotára az orvosok nem tudtak magyarázattal szolgálni, és bár ő azt állította, hogy valami a tarkójánál rándulhatott meg, ezzel érdemben nem foglalkoztak. Ő azonban makacsul hitt a saját „diagnózisában”, és abban is, hogy fel fog állni a tolószékből. Ennek érdekében mindent megtett: szakmai információkat gyűjtött, eseteket tanulmányozott, s tíz év alatt rájött arra, hogy az I. csigolyája (az *atlasz*) mozdulhatott el. Évtizedeket töltött azzal, hogy mindenféle természetes terápiát, masszázst kipróbált, de egyik sem tudta hatékonyan kilazítani az érintett területeken lévő izmokat. Végül patológusok tanácsait is figyelembe véve alapján kifejlesztette az atlaszmasszázs módszerét. Az új masszázst magán próbálta ki először egy barátja közreműködésével. Hatására rövid időn belül visszacsavarodott a teste, ellazultak az izmai, és harminc év mozdulatlanság után ismét tudott futni, sportolni. Sikeres talpra állásának híre ment, s egyre többen keresték fel gyógyulásért, majd tanulni. Mára 30 országban ismerik és művelik az atlaszmasszázst, és több mint másfél millió ember köszönheti neki a gyógyulását.

Dr. Vlado Tomljenović, az atlaszmasszázs európai központjának horvát igazgatója két térdprotézis-műtét előtt állt, de a szívritmuszavara miatt halogatták a beavatkozást. A masszázis hatására egy év alatt nemcsak a térdpanaszai szűntek meg, de a szívritmuszavara is, és idősebb kora ellenére ma is hihetetlenül energikus, zihálás nélkül képes nagyobb távokat futni.

A laikusnak a szó hallatán elsőként talán a görög mitológiából ismert Atlasz jut az eszébe. A titánok leszármazottját Zeusz azzal büntette, hogy örök időken át a vállán tartsa az égboltot. Bizonyára ezért nevezik a koponyánkat tartó I. csigolyát is így. Kissé hihetetlenül hangzik, hogy ennek az egyetlen csigolyának a helyzete mennyi problémát tud okozni, ám szakszerű masszírozásával szinte csodás gyógyulásokat lehet elérni. Vajon hogyan történik a kezelés, mi a terápia lényege? – kérdeztük **Tóth Zsigmond** természetgyógyásztól.



– A terápia alatt a páciens kényelmes ruhában ül, illetve fekszik. A részletes állapotfelmérés során megállapítjuk az I. csigolya helyzetét s a körülötte lévő izmok kötöttségét és gör-