

Igoris Averjanovas:

OSTEOBALANSAS -

intuicija paremta gydymo sistema

Prieš penkerius metus gydytojo osteopato Igorio AVERJANOVO (48) sukurta osteobalanso metodika žmonės gydomi nuo įvairiausių susirgimų būtent remiantis intuicija. Penkiolika metų gydytoju dirbantis Maskvoje, Rusijoje gyvenantis Igoris taip pat yra sertifikuotas natūropatas, Ajurvedos specialistas, jogos treneris bei pratimų sistemos „Teisingas požiūris į stuburą“ mokytojas. Gydytojas ruošia osteobalanso specialistus Rusijoje ir Vokietijoje, o neseniai surinko pirmą mokinių kursą ir Lietuvoje, greitai metu planuoja čia atverti holistinio gydymo centro duris. Su juo kalbėjomės apie veiksmus, padedančius išsaugoti stiprią sveikatą, psichologines ligų priežastis, tinkamą jogos praktiką bei Lietuvoje neseniai pristatytą osteobalanso gydymo techniką.

– *Papasakokite apie savo sukurtą osteobalanso metodą.*

– Osteobalanso metodas skirtas visam organizmui gydyti. Konsultuodamas ir gydydamas aš neišskiriu tik stuburo ar kitos kūno dalies, o vertinu ir taisau bendrą organizmo būklę, osteobalanso sistema – holistinė. Sveiku žmogumi gali vadintis tik tas, kurio visi organai veikia tinkamai ir nesukuria problemų, ligų, skausmų. Vien sveiku stuburo norint būti visiškai sveiku žmogumi neužtenka. Nors kol kenčiame nuo su stuburų susijusių problemų, kitų kūno dalių atskirai nuo jo gydyti taip pat nepavyks. Stuburas – centrinė mūsų kūno ašis, nuo kurio besitęsiantys nervai valdo visų vidaus organų veiklą. Jeigu kažkuriame stuburo lygmenyje

egzistuoja problemos, ten esantiems organams taip pat bus kenkiama. Pavyzdžiui, jeigu mūsų krūtinės srityje, viršutinėje stuburo dalyje, yra išvarža arba pasislinkę slanksteliai, tikriausiai skųsimės širdies skausmu ir ligomis. 80–90 proc. širdies problemų susijusios būtent su pažeidimais krūtinės ląstoje. Slankstelių pasislinkimas krūtinės ląstoje lemia nervų, valdančių širdies veiklą, užspaudimą, o tai turi įtakos netinkamam širdies darbui ir sukuria su ja susijusias problemas. Jeigu stuburas pažeistas juosmens srityje, kentės inkstai ir kepenys, jeigu ties kryžkauliu, problemų atsiras mažojo dubens organų (lytinių organų) srityje. Taigi, visa, kas yra mūsų organizme, tarpusavyje susiję.

– *Ar ši tarpusavio priklausomybė vadinama Jūsų tinklalapyje dažnai minimu entropijos faktoriumi?*

– Entropija – fizikos terminas. Tai – antras termodinamikos dėsnis. Paprastai tariant, entropija yra chaosas, tvarkos pažeidimas. Bet kuri liga yra organizmo tvarkos pažeidimas. Osteobalanso metu ši netvarka kūne dingsta ir visa yra harmonizuojama. Kaip jau minėjau, entropija lemia vieno organo, vienos kūno dalies priklausomybę nuo kitos, jų tarpusavio sąveiką. Pavyzdžiui, pas mane lankėsi viena moteris, kurios galva buvo nuolat palenkta į šoną. Ji gydėsi pas daugybę skirtingų specialistų ir jie visi stengėsi išgydyti būtent

Ar išvystytą intuiciją galima panaudoti kitų labui? Be abejonės, taip.

jos kaklą, tačiau niekas jai padėti nesugebėjo. Diagnozuodamas šią moterį supratau, kad jos kepenys nesveikos. Būtent šis negalavimas kepenyse lėmė kūno pokyčius, dėl kurių vėliau palinko jos galva. Nors ji nesiskundė kepenų skausmais, dėl ten esančio bloko deformavosi jos kūnas. Liga pradeda veikti vieną organą, vėliau pereina į kitą, trečią ir taip paplinta visame kūne. Šios moters galva išsitiesino jau po dviejų osteobalanso seansų. Štai kaip veikia entropijos vektorius. Pavyzdžiui, dėl uodegikaulio pasislinkimo žmogus gali kęsti migreną. Taigi, individas gali visą gyvenimą gerti vaistus nuo skausmo, ieškoti problemų galvoje ir visiškai negalvoti apie, atrodytų, su galvos skausmu niekaip nesusijusį uodegikaulį. Tačiau, sutvarkius šį kaulą, žmogui praeitų ir galvos skausmai ir tai – vėlgi – atskleidžia entropijos vekoriaus veikimą.

– *Kaip, kokiomis aplinkybėmis sugalvojote osteobalanso metodą?*

– Aš esu gydytojas osteopatas ir mano sumanytas osteobalansas yra panašus į osteopatiją, bet ir skiriasi nuo šios gydymo srities. Osteopatijoje dirbama tik su įtampos zonomis organizme, o osteobalanso dėmesys kreipiamas ir į šias zonas, ir į tas, kuriose, atvirkščiai, yra energijos deficitas. Kiekvienas įtampą jaučiantis organas turi savo porą, organą, kuriam tuo metu



energijos neužtenka. Mūsų organizmas – uždara sistema, todėl kažkuriai jos daliai per daug įsitempus, kita dalis lieka silpnesnė. Vietoje, kurioje vyraus didesnė nei įprasta įtampa, vyks uždegimo procesai, o organuose, kur įtampa mažesnė nei reikiama, ląstelės nebus pakankamai maitinamos ir gali būti formuosis tokios ligos kaip vėžys. Kai ląstelė neap rūpinama reikiamomis medžiagomis, ji pradeda save naikinti. Taigi, pastebėjęs šiuos dėsnius, sugalvočiau osteobalansą – metodą, su kurio pagalba energija organizme yra paskirstoma tolygiai, vienodomis dalimis.

– Dėl ko stuburas dažniausiai nukenčia ir kaip jį išsaugoti sveiką?

– Egzistuoja kelios stuburo skausmų priežastys. Viena akivaizdžiausių ir aiškiausių – patirta trauma. Pavyzdžiui, žmogus gali pakelti kažką labai sunkaus ir pasitempti stuburą. Tačiau tai, palyginti, nutinka ne taip dažnai. Dažniausiai stuburo problemos yra nulemtos stiprių, neigiamų emocinių išgyvenimų, streso. Taip yra todėl, kad patiriant stresą visas žmogaus kūnas įsitempia, susispaudžia. Streso metu kraujyje išsiskiria adrenalinas, verčiantis mūsų kūną spazmuoti. Greičiausiai į šiuos spazmus reaguoja stuburas, todėl jis nukenčia pirmasis. Siekdami ištaisyti šią problemą turime atsikratyti blokų (įtampų vietų, lemiančių kūno, stuburo deformaciją) kūne. Pavyzdžiui, identifikuojant šiuos blokus stubure ir dirbant su jais, jau pirmojo osteobalanso seanso metu yra išgydoma skoliozė, kurią šiuolaikinės medicinos atstovai laiko neišgydoma liga. Blokai lygiai taip pat gali rasti vidaus organuose ir trikdyti jų veiklą. Osteobalanso metu šios įtampų vietos yra šalinamos.

– Kokie osteobalanso veikimo principai? Ar osteobalanso būdu pasiekti rezultatai ilgalaikiai?

– Pagrindinė osteobalanso užduotis yra pašalinti mano ką tik minėtus blokus, įtampas kūne. Taigi, visų pirma, kūnas yra taisomas, gydomas, tačiau vėliau, siekiant, kad stuburas ir visas organizmas išliktų sveikas ir toliau, jį būtina sutvirtinti. Tam aš sukūriau specialius, hatha jogos principais paremtus pratimus, mankštą. Šia mankšta yra užtvirtinamas teigiamas osteobalanso gydymo rezultatas ir kūnas išlieka sveikas ilgą laiką, o žmogus pamiršta, ką jam kažkada yra skaudėję. Prie viso to mes siūlome ajurvedinę dietą pagal kūno konstitucinį tipą – došą. Taip pat neatšiejama sveiko žmogaus kasdienybė



„Kai kursai Lietuvoje tik prasidėjo, mes, išanalizavę vieni kitų laikyseną ir stuburo padėtį, nustatėme, kad apie 90 proc. atėjusiųjų sirgo skolioze: jų pečiai ir dubuo buvo nevienodo aukščio. Kursų pabaigoje, po dviejų savarankiškų naujųjų osteobalanso specialistų seansų visus dar kartą ištyrus paaiškėjo, kad kiekvienas tapo visiškai tiesus“, – stebinančia statistika dalijasi Igoris.

dalis – meditacija ir atsipalaidavimas. Visų šių principų, kuriuos vadinu keturiais sveikatos ramsčiais, besilaikantis žmogus būtinai bus sveikas. Pasveikęs ir norėdamas daugiau nesirgti, individas turi gyventi teisingai, kadangi visos problemos atsiranda dėl netinkamo gyvenimo būdo. Todėl mes stengiamės pacientams suteikti žinių, leidžiančių gyventi sveikai, ramiai ir laimingai. Žinoma, jeigu osteobalansu išgydytas žmogus vėl gyvena kaip gyvenęs: vartoja svaigiuosius gėrimus, rūko, nesilaiko dienos režimo, ligos sugrįš, nes jos buvo tokio gyvenimo rezultatas.

Osteobalanso veikimo principus keliais žodžiais apibūdinti sudėtinga, todėl aš organizuoju mokomuosius kursus, kurių metu išsamiai pristatau šią metodiką ir perduodu ją kitiems. Šis metodas gana sudėtingas, todėl reikalauja sutelkto osteobalanso specialisto dėmesio ir koncentracijos. Kaip jau minėjau, seanso metu kūne tolygiai paskirstoma energija: dalis jos iš įtampų vietų perkeliama į vietas, kuriose yra energijos deficitas.

– Kuo osteobalanso metode svarbi intucija, ryšys su Dievu? Kaip įmanoma gydyti tiesiog rankomis?

– Visų pirma, osteobalanso kursų dalyvius mokau pasitikėti intucija. Aš asmeniškai įsitikinau tuo, kad išvystytą intuciją turi kiekvienas žmogus. Anksčiau, kai man osteobalanso metodu sekėdavosi gydyti beveik bet kurią ligą, maniau, kad tai – Dievo dovana man. Tačiau pradėjęs mokyti to kitus,

supratau, kad šį gydymo būdą išmokyti ir sėkmingai taikyti praktikoje gali kiekvienas žmogus. Esu šio gydymo išmokęs jau daugiau nei šimtą žmonių ir visi mano mokiniai gydo vienodai gerai. Paaiškėjo, kad šią dovaną, leidžiančią padėti kitiems žmonėms, juos gydyti, Dievas suteikė kiekvienam mūsų. Osteobalanso metodas paremtas būtent intucija. Svarbu tik tai, ar žmogus pasitiki savo intucija, vidiniu balsu, ar ne. Pavyzdžiui, gyvūnai gyvena intuityviai. Susirgę jie žino, kokią žolę suėdę pasijus geriau. Taip pat jeigu katę ar šunį išvešime toli nuo namų, į jiems nepažįstamą vietą, jie vis tiek ras kelią namo. Gyvūnas pasitiki savo jautimais, jis nemoka abejoti, o mes, žmonės, nepripratę pasitikėti savo vidumi. Dėl šios priežasties mes prarandame tai, kas svarbiausia – ryšį su Dievu. Juk intucija – ne kas kita kaip Dievo patarimas, pagalba mums. Todėl jeigu mes pasitikime intucija, pasitikime ir Dievu, o vystydami intuciją stipriname santykius su Juo. Nepamirškite, kiekvienas galime girdėti Dievo balsą... Kaip manote, kas yra sąžinė? Juk tai ne kas kita kaip Aukščiausiojo šnabždesys, įspėjimas, kurį jaučiame širdyje neteisingai elgdami.

Osteobalanso seanso metu gydančysis, įsiklausydamas į savo intuciją, ieško silpnų žmogaus organizmo vietų. Be intucijos, osteobalanso kursuose taip pat mokoma lavinti subtilų pirštų jautrumą, gebėjimą jausti pirštų galiukais. Mes naudojame savo kūną kaip instrumentą, siekdami atrasti įtampų ir deficito vietas organizme. ➔

◀ Pavyzdžiui, kursų metu mokau pirštų galais pajusti plauką, gulintį po 10–15 popieriaus lapų. Atradę problemines organizmo vietas, padedami kūno ir intuícijos jas harmonizuojame, gydome, tarsi sulyginame kūne esančias svarstyklių svirtis. Tokiu būdu kūnas išsitiesina, išsitempia ir tampa sveikas.

– *Kokios ligos buvo išgydytos osteobalanso metodu?*

– Jau po pirmojo osteobalanso seanso žmogus nebejaučia nugaros skausmo. Osteobalanso seansų metu buvo išgydyta daugybė ligų: skrandžio, stuburo ir kitų kūno dalių skausmai, diabetas, netaisyklinga laikysena, skoliozė, kitos kaulų sistemos ligos, hormoninės problemos, migrena ir galvos skausmai, stresas, depresija, gydant osteobalansu dingsta įvairios fobijos, baimės. Osteobalanso metodu išgydoma maždaug 95 proc. ligų. Seansų kiekis priklauso nuo blokų žmogaus organizme kiekio. Dažniausiai reikalingi 3–7 seansai, vykstantys kartą per savaitę, siekiant leisti organizmui prisitaikyti prie vykstančių jame pokyčių.

– *Kaip vyksta osteobalanso seansas?*

– Seansas dažniausiai trunka 40–45 minutes. Jo metu žmogus netgi neturi nusivilkti drabužių. Osteobalanso operatorius, gydantysis priėjęs prie paciento analizuoja jo kaulų sistemą, tikrindamas pečių ir dubens padėtį įsitikina, ar nėra skoliozės, vėliau ieško įtampos zonų ir tada gydo. Pati procedūra yra maloni, žmogus nėra spaudžiamas ar judinamas, gydovas tiesiog švelniai uždeda ant jo rankas ir išlygina balansą jo kūne. Visa tai vyksta klausant raminančios muzikos. Kartais seanso metu pacientai netgi užmiega.

– *Kiekviena liga užklumpa konkrečių žmogų ne be priežasties. Tai – mūsų minčių ir veiksmų pasekmė. Ar be didelių pastangų, nesuprasdami, kodėl susirgome, pašalindami ligą paprasčiausiai neperkeliamo jos į ateitį ar į kitus organus? Kur dingsta staiga išgydyta liga?*

– Ligos, kaip minėjau, yra mūsų neteisingo gyvenimo būdo, ypač neharmoningų emocijų pasekmės. Pavyzdžiui, jeigu žmogus dažnai pyksta, jam skaudės kepenis. Netgi egzistuoja apibrėžimas „tulžingas žmogus“, reiškiantis dažnai pikta, suirusį žmogų. Šis apibūdinimas jau savaime nurodo tai, kad toks žmogus turi problemų su

kepenimis ir tulžies išsiskyrimu jose. Jeigu žmogus dažnai jaučia baimę, jis skundžiasi inkstų skausmu. Neteisingai bendraujantieji su savo artimaisiais, giminėmis, kęs skrandžio ir kasos problemas ir taip toliau. Osteobalanso metodu mes galime pašalinti šių problemų pasekmes, ligas, kuriomis jau sergame, tačiau negalime pakeisti žmogaus charakterio. Todėl toliau jis turi

dirbti su savimi. Siekdamas nesirgti, jis turi keistis. Mes padedame pacientams suprasti savo ligų priežastį. Mūsų užduotis – ne tik išgydyti žmogų, bet ir papasakoti jam, kodėl jis susirgo. Būtent todėl mes po truputį atveriamė savo holistinio gydymo centrų duris Vokietijoje ir greitai metu jas atversime Vilniuje, Lietuvoje.

Agnieta JONIKIENĖ

Beje...

– *Šiandien itin populiaria praktika tampa įvairios jogos rūšys. Ką turi žinoti kiekvienas, užsiimantis joga? Kaip ją praktikuoti saugiai?*

– Tai – labai svarbus klausimas. Aš pats joga užsiimu jau dvidešimt dvejus metus ir daugiau nei dešimt metų esu sertifikuotas jogos instruktorius. Dažnai žmonės pradeda lankyti jogą siekdami pagerinti savo sveikatą ir tai – labai didelė klaida. Joga nėra praktika, padėsianti išgydyti nugaros problemas, ji reikalinga tik siekiant palaikyti gerą jau sveiko stuburo būklę. Yra daugybė kenksmingų jogos pratimų ir, atlikdami juos, t. y. užsiimdami joga neteisingai, mes tik dar labiau pabloginsime savo sveikatos būklę. Per penkerius metus darbo su osteobalanso metodu į mane kreipėsi jau vienuolika jogos mokytojų ir daugybė nuo jogos nukentėjusių žmonių. Labai svarbu suprasti, kad joga nėra gydymo būdas. Jeigu žmogus serga skolioze (t. y. jo stuburas iškrypęs), užsiimdamas joga jis tik užtvirtina šias problemas, kadangi, esant skoliozei, raumenys taip pat veikia neteisingai, nesubalansuoti. Jeigu tokios būsenos apkrauname kūną, raumenys vystosi nevienodai ir, vėlgi, dar labiau įtvirtina skoliozę.

Neseniai pasibaigusiuose osteobalanso kursuose Lietuvoje dalyvavo ir du jogos mokytojai, kurie kreipėsi į mane, nes yra nepatenkinti tuo, ko jie moko žmones, suprasdami, kad taip savo mokiniams ne padeda, o kenkia. Todėl jie ieško toliau ir giliau. Pirma, ko mes mokome jogos mokytojus, – stuburo anatomija. Deja, dauguma sertifikuotų jogos specialistų apie tai nieko nežino ir būtent todėl savo praktikoje ir vedamuose užsiėmimuose daro labai daug klaidų, klaidingų asanų ir judesių, kurie kitiems gali būti lemtingi. Nuoširdžiai patariu pirma sužinoti savo sveikatos (ypač stuburo) būklę, pataisyti ją, išgyti, o tada užsiimti joga ir tik nekenkiančiais jos pratimais. Savo centre, kurį ruošiamės netrukus atidaryti Vilniuje, planuojame suteikti klientams galimybę pirma išsityrus savo būklę ir osteobalanso metodu ištiesinus stuburą užsiimti tinkamais, ne žeidžiančiais, o sveikatą stiprinančiais jogos pratimais. Visa tai – viena sistema ir, siekiant sveikatos, nė vienas šių elementų negali būti atskirtas.



Daugiau informacijos apie Igorio Averjanovo veiklą ir osteobalanso metodą rusų kalba – www.osteob.ru.