

SPREMNI BESEDI K SLOVENSKI IZDAJI



Zelo vesel sem bil povabila prevajalca Erika Majarona k pisanju spremne besede k tej izvrstni knjigi. Zanimivo je, da je povabilo prispelo na prvi dan moje udeležbe seminarja dr. Joeja Dispenze v Cancunu, ki podobne teme raziskuje tudi sam. To sem razumel kot sinhronost, ki mi daje občutek povezanosti. S to knjigo sem resnično povezan, saj jo že nekaj let posojam svojim rakavim bolnikom. Sedaj, ko je na voljo slovenski izvod, bom to seveda počel še z večjim veseljem.

Večina ljudi, ki prvič izve za diagnozo rak, se zelo prestraši. Najbolj spodbudno tudi ni, ko sliši, da ima še nekaj mesecev življenja na voljo. Po Gaussovi ali normalni porazdelitvi bolnikov z enako diagnozo to morda drži, a kaj, ko ima ta krivulja izven trebušastega dela, v katerem je večina ljudi, tudi repe na obeh straneh, ki predstavljajo izjeme v primerjavi s povprečjem. To pomeni, da obstajajo izjeme, ki ozdravijo, pa naj bosta diagnoza in stadij še tako huda! In kaj loči te posameznike od povprečja, je bil predmet raziskovanja avtorice dr. Turnerjeve.

Dejavnike, ki te izjemne ljudi loči od povprečja, je strnila v devet poglavij. Zgolj dve poglavji se nanašata na fizične ukrepe, kot so hrana in dodatki k hrani, ostalih sedem pa se ukvarja z nesnovnimi področji bitja. Prepogosto

pozabljam, da sta energija in materija eno in isto, kar je ugotovil že Einstein, in da je svet, ki ga zaznavamo z našimi čutili, izjemno majhen del celote oz. da je izven našega polja zaznavanja ogromno nepoznanega. Atomi, iz katerih je sestavljen materialni svet, so tudi praktično zgolj prazen prostor, a ta »prazen prostor« so energetske enote.

V lastni dolgoletni homeopatski praksi se srečujem tudi z rakavimi bolniki. Vidim dve skrajni kategoriji ljudi. Tiste, ki so nagnjeni k pesimizmu in so v stresu (močno aktiviran sistem beg ali boj, kjer prevladujejo čustva, kot so strah, jeza, zamere) ter so globoko zataknjeni v vzorcih, ki so morda bolezen tudi povzročili. Na drugi strani pa so tisti, ki se zavedajo, da je resna bolezen lahko tudi klic k transformaciji. Sposobni so umiriti nered boja za obstanek, v katerem je ozdravitev težka, in preiti v mirnost polja kreacije, ki omogoča ozdravitev.

Na misel mi prihajata dve osebi z isto diagnozo. Ena ni zmogla spustiti težkih občutkov zamere in je na žalost morda prav zaradi tega ni več med nami, in druga, ki je premagala celo ponovitev raka z razsevky, ki je uradni terapiji dodala homeopatijo ter meditiranje po metodi dr. Dispenze. Danes v njenem telesu ni več niti sledi raka, kar potrjujejo slikovne tehnike ter markerji. Ko jo vidiš, enostavno veš, da je zdrava. Ko imaš kot zdravnik to srečo, da lahko prisostvuješ takšni temeljni metamorfozi človeka, ki se mu zgodi »čudežna« ozdravitev, se zaveš, da je telo mnogo več od golih kemičnih procesov, na katerih je zgrajena paradigma medicine.

Tudi področje epigenetike, ki ga je populariziral izjemni profesor medicine dr. Bruce Lipton, dokazuje, da je možno z močno vero in lastnim umom spremeniti izražanje genov. To pomeni, da geni niso nekaj fiksnega ali nespremenljivega, ampak so nekaj zelo dinamičnega in celo hitro sledijo dogajanju v notranjem okolju. In če imamo morda

v genomu zapis za določeno obliko raka (zelo redko), to še ne pomeni, da se bo prav ta gen tudi izrazil.

Knjiga *Radikalna remisija* je izjemna, ker vsakomur, ki izve za diagnozo raka, pokaže, da lahko obstaja luč na koncu tunela in da se je možno tudi takšne bolezni pozdraviti. To pomeni, da za lastno ozdravitev nismo zgolj odvisni od drugih (medicine, zdravnikov, terapevtov itn.), temveč z vsem bitjem lahko prevzamemo odgovornost za lastno zdravje.

Obstaja veliko raziskav, ki potrjujejo izjemno moč zavestne uporabe uma. Z meditiranjem je možno v plazmi povečati dejavnike, ki zavirajo rast rakavih celic. Enak rezultat je možno doseči z meditiranjem in osredotočanjem na rakave celice v petrijevkah, ki so oddaljene od oseb, ki meditirajo. Dokumentiranih je tudi veliko popolnih ozdravitev napredovalih oblik raka. S tovrstnimi tehnikami je možno povečati odpornost, spremeniti mikrobiom, da postane bolj podoben takšnim, ki ga imajo bolj zdravi, povečati raven energije v telesu, se ozdraviti depresij, zmanjšati bolečine in še veliko učinkov je opisanih.

Zanimivo je, da je celo CIA že leta 1983 objavila raziskavo o Gateway Experience na osnovi dela Inštituta Monroe, v kateri ugotavljajo, da je možno s posebnimi tehnikami tako razširiti zavest, da je moč preiti iz dimenzije čas-prostor, v kateri živimo in na katero smo prilagojeni, v kvantno polje in s tem doseči marsikaj, kar bi se drugače štelo za nadnaravno – sem bi prištel tudi ozdravitve »neozdravljivega«.

Če povzamem, knjiga dr. Kelly A. Turner je zlata vredna, saj na primerih ozdravljenec pokaže, kakšen je potencial uma, ko je prežet z vero v zdravje. Ozdravljeni v knjigi so navadni ljudje, ki pa so začutili notranjo moč in vero, kar pomeni, da je potencial za ozdravitev prav v vsakem izmed nas. Poiščimo ga.

ŽIVAN KREVEL, dr. med., univ. dipl. biol.
<https://hck.si/>

KO BI TAKRAT ŽE OBSTAJALA ...

Ob branju te knjige so mi oči pogosto napolnile solze hvaležnosti. Ko sem namreč leta 2003 dobil prvo diagnozo raka – karcinom – in le tri mesece kasneje še maligni melanom, ki je hitro metastaziral, te knjige še ni bilo.

Kako zelo bi si želel, da bi takrat že obstajala knjiga, ki bi tako jasno, sočutno in znanstveno podprto govorila o primerih ozdravitve tam, kjer medicina ni več ponujala veliko upanja.

Še posebej, ker je avtorica, dr. Kelly A. Turner, klinična raziskovalka, psihoterapevtka in predavateljica, specializirana za integrativno onkologijo. Njeno osrednje področje raziskovanja so t. i. radikalne remisije – primeri, ko si ljudje pozdravijo raka kljub negativnim zdravstvenim napovedim, včasih celo brez konvencionalnega zdravljenja.

PREIZKUŠNJA, KI ME JE ZA VEDNO SPREMENILA

Pred več kot 20 leti sem se moral podati na podobno raziskovalno pot kot avtorica te izjemno dragocene knjige. Čeprav je bila to navzven morda videti kot izbira, sem jo v sebi doživljal kot **edino možno pot** – kot nujo, če sem želel preživeti.

Pri tem mi je bila v neprecenljivo oporo moja družina, ki mi je stala ob strani – z ljubeznijo, vero in tiho močjo. Z menoj je bil tudi moj prijatelj in soavtor Nikola, ki je z neverjetno predanostjo prebiral številne medicinske, alternativne in holistične knjige.

Zlovešči rak po imenu maligni melanom, ob spremljavi karcinoma, se je širil po mojem takrat izredno športnem telesu. Tako sem začel z obširnimi raziskovanjem na internetu. A kmalu sem naletel na poplavo samozavestnih obljub – skoraj vsak je trdil, da ima prav on rešitev. Zdelo se je, kot da je raka pravzaprav zelo enostavno pozdraviti, če se le lotiš **njihove** metode.

Mnogi so nastopali z neverjetno gotovostjo, kot da imajo v rokah recept za ozdravitev. **Počutil sem se izjemno neprijetno – kajti če je raka res tako lahko pozdraviti, kako je mogoče, da sem ga sploh dobil?**

V meni so se prepletali dvomi, občutki krivde, frustracija in tih, vztrajen občutek, da očitno še nisem naredil dovolj ... ali pa da sem nekje na poti izgubil stik s tem, kar bi »zavedno življenje« pravzaprav moralo pomeniti.

Postavilo se je ključno vprašanje: komu verjeti? Toda kmalu sem ugotovil, da to sploh ni pravo vprašanje. Pravo vprašanje je: **v kaj verjamem jaz?**

V ISKANJU RESNICE MED MNOŽICO »RESNIC«

Namreč – bili so »zdravniki« in bili so **zdravniki**. Prvi so obvladali internetni marketing in se pojavili na prvih mesitih v iskalnikih, a pogosto nikoli niso zares zdravili ljudi. Drugi, tisti resnični zdravilci, so bili pogosto globoko zakopani med stranmi in jih je bilo treba poiskati s srčno iskrenostjo in pozornostjo.

Tako kot je opisano v enem izmed osrednjih razdelkov te knjige, sem se tudi sam srečal s t. i. »psihičnim kirurgom«. Takrat sta bila znana dva – John of God in Stephen Turoff. Sam sem se odpravil v Anglijo k Turoffu, kjer sem doživel izjemno iniciacijo – a ne fizičnega ozdravljenja.

Ker tam nisem našel svoje ozdravitve, sem bil primoran iti na težak kirurški poseg na onkološkem oddelku. Kirurg se je sicer izjemno potrudil in sem mu bil iskreno hvaležen. A **bivanje na onkološkem oddelku sem doživel kot smrtno obsodbo** – ne toliko zaradi diagnoze same, temveč zaradi vseprisotne atmosfere obupa in tihega umika življenja.

Operacija je sicer uspela, a **žal so mi že kmalu po posegu ponovno narasli tumorski markerji**, kar je pomenilo, da bolezen še vedno ni bila ustavljena.

RAK ME NI PRIŠEL UBIT

Božanski načrt pa je bil očitno precej bolj celosten. Če sem želel preživeti, sem moral postati novi jaz – ne le fizično, temveč tudi na čustvenem, miselnem in duhovnem nivoju. **Že pred boleznijo sva z ženo večkrat obiskala Indijo**, ki naju je globoko nagovarjala s svojo modrostjo, tišino in duhovno močjo. A **po diagnozi** sem se tja **vrnil z novo notranjo potrebo** – z željo po globlji preobrazbi.

Takrat je v Puttapparthiju še deloval Avatar, Sai Baba – in tam sem prejel sporočilo duše, ki me je tiho in globoko pobožalo z dotikom milosti.

Čeprav so takratne statistike kazale, da imam le okoli 7 do 8 % možnosti, da preživim naslednjih 5 let, sem začel zoreti. Spoznal sem nekaj temeljnega: **pri Bogu** – ne govorim o religijskem bogu – **ni statistik**. Tudi če se nahajam v tistem enem samem odstotku, ki ozdravi – je to zame 100 %.

Postopno sem začel razumeti, da me rak ni prišel ubiti, temveč **pozdravit** oziroma mi **razodet globoko resnico: da ni bolezen tista, ki ubija – temveč strah**.

Ljudje mi pogosto rečejo, da sem »premagal raka«. A resnica je drugačna. Svojega **učitelja ne premagaš**. Učitelj

pride, da te predrami, da razkrije, kar je skrito, in te popelje skozi notranjo preobrazbo.

Ko ozaveš njegovo sporočilo, se lahko z zrelejšo dušo odpraviš naprej.

Če na bolezen gledaš kot na sovražnika, se ujameš v boj, ki te izčrpa. A ko jo sprejmeš kot glasnika, ki ti želi povedati nekaj pomembnega, se v tvojem notranjem prostoru odprejo vrata – vrata zdravljenja, uvida ... in notranje svobode.

KO ŽELJA PO ŽIVLJENJU POSTANE MOČ

Ne bi se mogel bolj strinjati z avtorico, ko v devetem, sklenem poglavju poudari, da je **bistveno vprašanje prav to – zakaj si želimo živeti?**

Ko sem prejel svojo prvo diagnozo – karcinom – je bila moja hči stara trinajst let, sin pa komaj devet. Ravno pred tem je knjiga, ki sva jo napisala z Nikolo, dosegla velik uspeh na svetovni ravni. Rekel sem si: »Super, še ena stvar, ki jo bom premagal in jo nekoč predajal naprej kot učenje.« Zdelo se mi je, da bom to izkušnjo morda celo »izkoristil« za globlji uvid in za navdih drugim.

A ko sem čez tri mesece prejel še drugo diagnozo – maligni melanom, ki je znan po svoji agresivnosti – me je dobesedno presunilo.

Takrat sem bil zares v šoku. Prvič me je prešinil strah.

Začel sem dojemati, da ta preizkušnja ni le še ena življenjska lekcija, temveč **nekaj veliko mogočnejšega**, nekaj, kar me bo globoko preoblikovalo – če bom preživel.

Pozneje, ko sem bil že globoko v procesu zdravljenja in so se zvrstili najtežji trenutki – ko je telo izgubljalo moč, ko so bile napovedi neizprosne in je bila prihodnost zavita v meglo negotovosti – **se v meni ni oglasil strah, temveč nekaj povsem drugega: jasna, čista odločitev srca.**

V enem izmed trenutkov obupa sem v sebi zaslišal tih, prijazen, a jasen in odločen glas:

»Nehaj se smiliti sam sebi. S tem zanikaš svojo notranjo moč – edino silo, ki te lahko pozdravi.«

Tako preprost, a zame prelomni stavek me je spomnil, da rešitev ni zunaj, temveč znotraj.

Iz srca je zrasla tiha, a neomajna obljuba: **»Želim zdrav dočakati, da bosta otroka odrasla.«**

To ni bila le misel, temveč globok notranji klic, ki me je držal pokonci, ko je vse drugo popuščalo. Kot da se je v meni prebudila sila, mogočnejša od vseh statistik – **sila ljubezni, ki kliče življenje.**

In danes, ko imam že dva čudovita vnuka, je ta odločitev še vedno živa in enako močna:

čvrsto sem odločen, da bom zdrav dočakal tudi njuno odraščanje ter jima stal ob strani kot opora, kot tiha prisotnost modrosti in topline.

Morda se jima pridruži še kak mali čudež – in zanj bo prav tako vredno ostati in živeti.

Ljudje so si pozdravili najhujše bolezni na nešteto različnih načinov. Zato se je pomembno zavedati, **da te nikoli ne more nihče pozdraviti, temveč ti lahko le zagotovi okoliščine, da pride do samoozdravitve.**

In prav v tem spoznanju se rodi nova moč – moč notranje svobode, odgovornosti in zaupanja.

RESNIČNI ZGLEDI NAVDIHA

Tudi Beata Bishop je imela leta 1980 povsem enako diagnozo kot jaz – metastazirani maligni melanom. Kirurg ji je predlagal odstranitev vseh bezgavk. Ni se strinjala, temveč se je odločila za Gersonovo terapijo in se popolnoma pozdravila.

Navdihnjena je svoje neverjetno popotovanje ozdravitve opisala v knjižni uspešnici *Čas za ozdravitev*, ki jo je izdala leta 1985, v naši založbi pa smo jo izdali leta 2014. Pred tem, leta 2007, sta Charlotte Gerson in Beata Bishop izdali še legendarno knjigo *Zdravljenje z Gersonovo metodo*, ki smo jo pri nas izdali leta 2011.

Sama je zapisala, da so njen melanom zaradi prizadetosti več lokacij označili kot rastoči melanom četrte stopnje, kar še dodatno potrjuje resnost diagnoze in izjemnost njene ozdravitve.

Pri malignem melanomu četrte stopnje, ko so prisotne metastaze v bezgavkah in/ali drugih organih, je bila po klasični medicini (še posebej okoli 80-ih let prejšnjega stoletja) pričakovana življenjska doba zelo kratka – pogosto le nekaj mesecev do največ enega leta, odvisno od lokacije in obsega metastaz.

V tistem času je bila imunoterapija še v povojih, predvsem kot eksperimentalna metoda. Šele po letu 2010 z razvojem zaviralcev imunskih kontrolnih točk (t. i. checkpoint inhibitors), kot so nivolumab, pembrolizumab in drugi, se je imunoterapija uveljavila kot prebojna terapija pri zdravljenju melanoma, pljučnega raka in nekaterih drugih oblik raka.

Čeprav danes z novimi imunoterapijami in tarčnimi zdravili nekateri pacienti živijo bistveno dlje, pa velja, da:

- je brez zdravljenja ali pri neučinkovitem zdravljenju povprečna življenjska doba pogosto manj kot 6 mesecev;
- lahko z agresivnim zdravljenjem (kemoterapija, imunoterapija) nekateri živijo od 1 do 2 leti, v redkih primerih tudi dlje.

V zadnjih letih so dosežki sodobne medicine na tem področju izjemni – kolegica onkologinja mi je pred kratkim

povedala, da je pri določenih oblikah metastatskega melanoma z uporabo sodobnih imunoterapevtskih zdravil pričakovana stopnja dolgoročnega preživetja celo nad 60 odstotki in da bolniki lahko živijo 20 let ali več.

Toda primeri, kot je Beata Bishop – ki je preživela desetletja po diagnozi (v resnici bo kmalu pol stoletja, saj je diagnozo prejela leta 1980) – so bili po vseh medicinskih merilih čudežni in redki. Prav zato je postala ena ključnih pričevalk o moči holističnega pristopa. Ko je Beata vzela svoje življenje v svoje roke in se pozdravila, je leta 2009 ustanovila Gersonovo kliniko na Madžarskem in za vedno spremenila življenje številnim ljudem oziroma družinam – **med njimi tudi meni in moji družini.**

V času pisanja tega predgovora sem z Beato podaljšal avtorsko pogodbo za knjigo *Čas za ozdravitev* prav v dneh, ko je praznovala **svoj 101. rojstni dan.**

Vseeno pa moram poudariti, da – **kljub temu da je Gersonova terapija izjemno uspešna – ni za vsakogar.** Je namreč zelo zahtevna in se je je treba najmanj dve leti v popolnosti držati, z visoko mero predanosti, discipline in podpore.

SRČNI KOMPAS

Zato se pri iskanju svoje poti do ozdravitve najprej umirimo in si dovolimo prisluhniti sebi. Namesto da iščemo pravo metodo, si raje zastavimo dve temeljni vprašanji:

Zakaj želim živeti? In še pomembneje: **V kaj jaz verjamem?**

Kaj v meni kliče življenje? Kje v sebi čutim utrip upanja, notranjega vedenja, da obstaja pot – moja pot?

Ko sem si začel iskreno postavljati ta vprašanja in si zapisovati odgovore, se je kar z več strani pojavil isti odgovor: **Gersonova terapija.**

In pravzaprav – **na vsa vprašanja je bil odgovor Gersonova terapija.**

Zagotovo ni bilo naključje, da je Nikola že imel doma knjigo o njej. Na naslovnici je pisalo:

60 YEARS OF PROVEN SUCCESS! (60 let dokazane uspešnosti!) z velikimi črkami in s klicajem na koncu.

Zame je bilo pomembno tudi, da ta pristop temelji na **naravnem zdravljenju**, saj je bil **dr. Max Gerson zdravnik klasične medicine**, ki je svoje znanje nadgradil z **elementi holističnega zdravljenja.**

Ko sem nato prebral še izjavo **Nobelovega nagrajenca dr. Alberta Schweitzerja**, ki ga je dr. Gerson tudi pozdravil, je bilo odločeno.

Schweitzer je izjavil: »**Po mojem mnenju je dr. Max Gerson eden največjih genijev v zgodovini medicine.**«

Odločitev je bila sprejeta.

Odpravil sem se v Ameriko, k **Charlotte Gerson**, hčeri dr. Gersona, ki je **ustanovila kliniko** in z vso predanostjo ohranjala očetovo dediščino živo.

V času zdravljenja mi je bila neprecenljiva strokovna podpora. Tudi po vrnitvi domov mi je ves čas dveletne terapije stala ob strani **kot ljubeča mama.** Njena toplina, modrost in zvestoba resnici so mi dajali občutek ljubezni, varnosti, sprejetosti in upanja – kar je pogosto ključno na poti k ozdravitvi.

In ostalo je – kot pravijo – zgodovina.

ŽIVIMO V ČASU MILOSTI

Danes imamo dostop do znanstvenikov, kot je dr. Joe Dispenza, ki z nevroznanostjo razlaga mistične ozdravitve, in ljudi, ki poročajo, da so si z njegovimi meditacijami

pozdravili tudi najhujše bolezni. Slepí so spregledali, gluhi zaslišali, hromi shodili.

Tu je tudi dr. Bruce Lipton, ki je z epigenetiko ustvaril novo biologijo – in mnogi drugi. Po zaslugi založbe Primus imamo danes te knjige in meditacije na voljo tudi v slovenščini.

Seveda je tu še umetna inteligenca, ki danes močno olajša raziskovanje. A tudi tam velja: bolj kakovostna vprašanja prinašajo bolj prefinjene odgovore.

KNJIGA, KI VAS JE NAŠLA

Torej, če ste pravkar prejeli težko diagnozo, naj vas ne zajame panika. To ni konec, temveč začetek novega poglavja. Če se tako odločite – z vsem srcem in vso dušo.

Ves čas sem čutil, da nisem sam. Da imam pomoč z drugih ravni bivanja. Da obstaja popoln, neviden božanski načrt, ki nas vodi – četudi ga včasih ne razumemo.

Da obstaja nekaj več: **Izvorno, Brezmejna Zvest, Prasila, Brezmejna Inteligenca** – kakor koli želite to poimenovati. In ko se temu odpremo, začnemo zaznavati znake, sporočila, navdihe ... in poti, ki vodijo v novo življenje.

Ta knjiga vam ni prišla v roke po naključju ali pomoti, temveč z višjim namenom.

Zato vam iz srca priporočam, da jo preberete z odprtim srcem – in se odpravite nasproti novemu življenju.

Z ljubeznijo,

BORIS VENE, avtor knjižne uspešnice *Zdravje je v nas*
in programov za ohranjanje zdravja in vitalnosti
www.borisvene.si

UVOD



*Anomalija – kar odstopa od običajnega,
normalnega ali pričakovanega.*

Verjetno ste že slišali zgodbo, ki gre približno takole: Nekdo z napredujočim rakom preizkusi vse možnosti uradne medicine, tudi operacijo in kemoterapijo, vendar nič od tega ne učinkuje. Pošljejo ga domov umret. Pet let zatem stopi v ordinacijo svojega zdravnika – zdrav, brez sledu o raku.

Sama sem prvič slišala takšno zgodbo v času, ko sem delala kot svetovalka onkološkim pacientom v veliki bolnišnici v San Franciscu, v kateri so se posebej posvečali raziskovanju raka. Med odmorom za kosilo sem brala knjigo dr. Andrewa Weila z naslovom *Spontano zdravljenje: povečajmo naravno obrambno sposobnost telesa*. Naletela sem na primer, kakršnim zdaj pravim *radikalna remisija*. Otrpnila sem, vsa zmedena in osupla. Se je to zares zgodilo? Ali je ta človek resnično premagal napredujočega raka brez pomoči uradne medicine? Če je tako, zakaj to ni bilo objavljeno na naslovnica vseh časopisov? Četudi se je zgodilo samo enkrat, je vseeno šokantno. Navsezadnje je ta človek nekako odkril zdravilo proti svojemu raku. Pacienti, ki sem jim svetovala, bi dali vse, da bi izvedeli preživelčevo skrivnost – in jaz prav tako!

Zadeva mi je vzbudila zanimanje. Nemudoma sem se lotila iskanja drugih primerov radikalne remisije. Kar sem odkrila, me je pretreslo. Objavljenih je bilo več kot tisoč primerov. Nevpadljivo so bili predstavljeni v strokovnih medicinskih revijah. In vendar sem jaz kot zaposlena v veliki ustanovi za raziskovanje raka zdaj prvikrat izvedela za tak primer.

Bolj ko sem se poglobljala v to tematiko, bolj sem bila vznejevoljena. Izkazalo se je, da nihče resno ne proučuje teh primerov, nihče jih niti ne poskuša beležiti. In še huje, ko sem se začela pogovarjati s tistimi, ki so doživeli radikalno remisijo, mi je večina med njimi rekla, da so bili zdravniki sicer veseli preobrata, vendar jih povečini sploh ni zanimalo, kako je pacient dosegel izboljšanje. Zame je bila kaplja čez rob, ko mi je nekaj tistih, ki so doživeli radikalno remisijo, povedalo, da jih je zdravnik dejansko prosil, naj nikar ne govorijo drugim pacientom v čakalnici o svoji fantastični ozdravitvi. In zakaj? Zato, da jim ne bi vzbujali »lažnega upanja«. Vsekakor je razumljivo, da zdravniki nočejo zavajati pacientov k mišljenju, da bi tudi njim pomagale zdravilne metode, ki so pomagale nekemu drugemu. A vseeno je nekaj popolnoma drugega, če hočejo povsem utišati resnične zgodbe o ozdravitvah.

Kmalu zatem sem bila nekega dne v vlogi svetovalke ob pacientki, ki je ravno prejemale kemoterapijo. Stara je bila enaintrideset let, doma je imela malčici, dvojčici. Nedavno so ji diagnosticirali agresivnega raka dojk v tretjem stadiju (od štirih možnih). Naenkrat je planila v jok. Med hlipanjem me je rotila: »Kaj lahko naredim, da se mi bo zdravje popravilo? Samo povejte mi, kaj naj naredim! Naredila bom vse, *kar koli!* Nočem, da bi moji deklici odraščali brez mame.« Gledala sem jo, kako je sedela tam, izčrpana in brez las. Edino upanje na ozdravitev ji je počasi kapljalo

v žile. In potem sem pomislila na več kot tisoč popisanih primerov neverjetnih, radikalnih ozdravitev, ki jih nihče ne proučuje. Globoko sem vdihnila, ji pogledala v oči in rekla: »Ne vem. Ampak poskusila bom najti odgovor za vas.«

Prav tam in v tistem trenutku sem se odločila do konca spisati doktorsko disertacijo in posvetiti svoje življenje odkrivanju, analiziranju in – tako je! – *govorjenju o* primerih radikalne remisije. Saj vendar poskušamo zmagati v »boju proti raku«. Ali ni potem smiselno govoriti s tistimi, ki so ga že premagali? Še več, ali ne bi bilo treba podvreči teh navdušujočih preživelcev številnim znanstvenim preiskavam, jim zastaviti vsako vprašanje, ki se ga sploh lahko domislamo, in tako poskušati odkriti njihove skrivnosti? Samo zato, ker ne znamo takoj pojasniti, zakaj se je nekaj zgodilo, še ne pomeni, da moramo to ignorirati – ali, kar je še huje, naročiti preživelcem, naj molčijo.

Večkrat povem zgodbo Alexandra Fleminga, znanstvenika, ki se je odločil, da ne bo kar spregledal anomalije. Ko se je Fleming leta 1928 vrnil s počitnic, je ugotovil, da se je v številnih petrijevkah razrasla plesen. Dolgo je bil odsoten, zato ga to ni presenetilo. Postalo mu je jasno, da bo preprosto moral ponoviti eksperiment. Začel je sterilizirati posode. A na srečo ni prišel do konca. Odločil se je predahnuti in natančneje pogledati, kaj se pravzaprav dogaja. Tedaj je opazil, da so v neki posodi vse bakterije uničene. Namesto da bi ignoriral anomalijo in jo odmisllil kot naključje, se je Fleming odločil raziskati zadevo – in to ga je privedlo do odkritja penicilina.

V tej knjigi predstavljam rezultate svojega intenzivnega raziskovanja radikalne remisije raka. Do tega me je privedla odločitev, da ne bom ignorirala anomalij, ampak si jih bom raje natančneje ogledala – tako kot je ravnal Alexander Fleming. Vendar vam bom najprej na kratko

opisala svojo življenjsko zgodbo, zato da boste bolje razumeli moja izhodišča in odločitve, da bom posvetila svoje življenje tej tematiki.

MOJA ZGODBA

Z rakom sem se prvič srečala pri treh letih. Stricu so diagnosticirali levkemijo. Njegova bolezen je bila dolga, razvlečen proces, ki se je odvijal pet let in ves ta čas metal senco na družinska srečanja. Zato smo se male sestrice in bratrance silno bali skrivnostne bolezni z imenom »rak«. Stric je torej umrl, ko mi je bilo osem let, in tako je moja devetletna sestrčna ostala brez očeta. Takrat sem izvedela, da očki lahko umrejo zaradi raka.

Nekaj let pozneje, ko sem imela komaj štirinajst let, so dobremu prijatelju diagnosticirali raka želodca takoj po valetu. Prebivalci našega mesteca smo se pretreseni nemudoma začeli zbirati okoli njega, mu dvigovati moralo s številnimi zajtrki s palačinkami, z denarnimi nabirkami in z obiski v bolnišnici. Nekateri moji prijatelji so bili polni upanja, jaz pa nisem mogla prezreti občutka groze na dnu želodca. Navsezadnje sem že videla, kako to gre. Po dveh dolгих letih je prijatelj, izmučen od boleznii in stranskih učinkov zdravljenja, umrl pri šestnajstih. Celotna skupnost se je udeležila pogreba. Naslednjih nekaj let smo s prijatelji redno obiskovali grob in tja prinašali cvetje. Prijateljeva smrt mi je dala vedeti, da lahko prav kdor koli kadar koli umre zaradi raka.

Med dodiplomskim študijem na harvardski univerzi sem se prvič seznanila s komplementarno medicino, z jogo in meditacijo. Ob spoznavanju teh nenavadnih praks in zamisli sem začela dvomiti o svojem dotedanjem prepričanju o ločenosti uma in telesa. Zlagoma sem začela vaditi jogo.

Po štirih prekrasnih letih, po koncu študija na Harvardu, je bilo moje prvo delo soavtorstvo knjige o globalnem segrevanju. Naenkrat sem po cele dneve sedela za računalnikom in študentsko družabno življenje je bilo samo še spomin. Ko mi je prijateljica predlagala, naj se rešim osame s prostovoljskim delom, mi je najprej padlo na misel, da bi pomagala pacientom z rakom, saj sem imela izkušnje z njim že zelo zgodaj v življenju.

Še danes se spominjam prvega dne prostovoljstva na pediatričnem oddelku bolnišnice Memorial Sloan-Kettering Cancer Center v New Yorku. Nisem počela drugega, kot da sem igrala monopoli z otroki, medtem ko so prejeli intravensko kemoterapijo. Vendar me je ob tem, ko sem jim za nekaj ur pomagala pozabiti na bolezen, navdajal zares globok občutek smisla, ki mi je spremenil življenje. Vedela sem, da sem našla svoj poklic. Po nekaj tednih prostovoljskega dela sem že raziskovala študijske programe v tej smeri. Na kalifornijski univerzi v Berkeleyju sem se vpisala na magistrski študij socialnega dela na področju onkologije, s posebnim poudarkom na svetovanju onkološkim pacientom.

Med študijem se je moje zanimanje za komplementarno medicino še poglobilo. Prebrala sem veliko knjig o tej tematiki in opravila sem intenzivno usposabljanje za učitelje joge. Podnevi sem svetovala onkološkim pacientom, ob večerih pa sem spoznavala in vadila jogo. V tistem času je moj mož študiral za diplomo iz tradicionalne kitajske medicine (akupunktura, zelišča itn.), poleg tega je proučeval ezoterično obliko energijskega zdravljenja. Bila sem torej obdana z zgledi komplementarne medicine. Prebrala sem tudi knjigo Andrewa Weila, ki je spremenila tok mojega življenja, saj me je seznanila s »spontano ozdravitvijo«, kot Weil imenuje ta pojav, in me navdušila za nadaljevanje študija na doktorski ravni, da bi mogla poglobljeno proučevati to

navdušujoče področje. Na tisti točki sem posvetila življenje odkrivanju, kaj počnejo ljudje, ki premagajo raka navkljub res slabim obetom.

KAJ JE RADIKALNA REMISIJA?

Da bi mogli razumeti, kaj je radikalna remisija, je dobro najprej premisliti o tem, kakšna je »običajna« oziroma »ne-radikalna« remisija. Zdravnik pričakuje remisijo raka, če ga zadosti zgodaj odkrije in če spada med »lažje ozdravljive«. Na primer, če ženski diagnosticirajo raka dojk v prvem stadiju, zdravniki pričakujejo – statistično gledano – da bo živila brez raka najmanj pet let, če bo dokončala priporočeno medicinsko terapijo: operacijo, kemoterapijo in/ali obsevanje. Če pa ženski diagnosticirajo raka trebušne slinavke v prvem stadiju, ima samo štirinajst odstotkov možnosti, da bo čez pet let še živa, četudi dokonča vse priporočene medicinske terapije.¹ Razlog je v tem, da uradna medicina za zdaj ne premore terapije za raka trebušne slinavke, ki bi bila enako učinkovita kot terapija raka dojk.

Radikalno remisijo definiram kot vsako remisijo raka, ki je statistično nepričakovana, pri čemer se statistike razlikujejo glede na vrsto raka, stadij in prejete medicinske terapije. Če sem še natančnejša, govorimo o radikalni remisiji, kadar:

- rak izgine brez terapij uradne medicine, *ali*
- se onkološki pacient zdravi z metodami uradne medicine, vendar ni remisije, zato preklopi na alternativne metode zdravljenja, ki *privedejo* do remisije, *ali*
- se onkološki pacient istočasno zdravi z metodami uradne medicine in z alternativnimi zdravilskimi metodami – in mu uspe preživeti statistično slabo

prognozo (se pravi, katero koli vrsto raka z manj kot 25-odstotno možnostjo petletnega preživetja).

Čeprav so nepričakovane remisije redek pojav, jih je vendarle doživelo na tisoče ljudi. Vsakega onkologa, ki ga spoznam, vprašam, ali je v svoji praksi kdaj videl primer radikalne remisije. Do zdaj so mi še vsi odgovorili pritrdilno. Potem jih povprašam, ali so si vzeli čas in napisali poročilo o primeru oziroma primerih za medicinsko revijo. Do zdaj so mi še vsi odgovorili nikalno. Zato ne bomo vedeli, kako pogoste so v resnici radikalne remisije, vse dokler jih ne bomo začeli sistematično beležiti. V pomoč pri doseganju cilja spletna stran te knjige – RadicalRemission.com – omogoča preživelcem raka, zdravnikom, zdravilcem in bralcem, kot ste vi, hitro in zlahka predložiti svoje primere radikalne remisije, ki jih potem raziskovalci lahko preštevajo, analizirajo in jim sledijo. Vsakdo lahko prosto išče po tej bazi podatkov. Tako onkološki pacienti in njihovi najdražji izvedo, kako se je drugim ljudem s podobno diagnozo uspelo pozdraviti navkljub slabim obetom.

O TEJ KNJIGI

Ko sem začela proučevati radikalno remisijo, sem presenečeno ugotovila, da sta bili pri več kot tisoč primerih, objavljenih v medicinskih revijah, pretežno zanemarjeni dve skupini ljudi. V prvi skupini so prav radikalni preživelci. Zdelo se mi je šokantno, da v velikanski večini akademskih člankov ni bilo niti omenjeno, kaj je po mnenju pacienta morda privedlo do remisije. Brala sem članek za člankom. Napisali so jih zdravniki, ki so skrbno zabeležili vse biokemične spremembe, ki so se odvijale pri preživelcih, toda niti eden med pisci člankov jih ni naravnost vprašal, zakaj so

po njihovem mnenju ozdraveli. To se mi je zdelo izredno nenavadno, saj so preživelci morda – celo nezavedno – počeli nekaj, kar je pomagalo pozdraviti raka. Zato sem se pri pisanju doktorske disertacije odločila poiskati dvajset ljudi, ki so doživeli radikalno remisijo, se pogovoriti z njimi in jih vprašati: »Zakaj ste *po vašem lastnem mnenju* ozdraveli?«

Druga skupina, spregledana v člankih, so alternativni zdravitelci. Večina radikalnih remisij se *po definiciji* zgodi zunaj okvira uradne zahodne medicine, zato sem bila presenečena, da se nihče od piscev ni poglobil v to, kako nezahodni in alternativni zdravitelci zdravijo raka. Številni radikalni preživelci, o katerih sem slišala v tistem obdobju, so bili pri zdravitelcih z vseh koncev sveta. Zato sem popotovala po svetu in intervjuvala petdeset nezahodnih, alternativnih zdravitelcev glede njihovega pristopa k raku. Deset mesecev sem posvetila temu, da sem izsledila in intervjuvala alternativne zdravitelce raka v džunglah, po hribih in v mestih desetih držav, med drugim v Združenih državah Amerike (na Havajih), na Kitajskem in Japonskem, v Novi Zelandiji, na Tajskem, v Indiji, Angliji, Zambiji, Zimbabveju in Braziliji. To raziskovalno popotovanje mi je spremenilo življenje. Na njem sem spoznala številne navdušujoče zdravitelce – in v tej knjigi sem povzela bistvo vsega, kar so mi povedali.

Po koncu prvotne študije, namenjene doktorski disertaciji, sem odkrila še več primerov radikalne remisije. Do zdaj sem opravila več kot sto neposrednih intervjujev in analizirala več kot tisoč zabeleženih primerov radikalne remisije. Po skrbni analizi vseh primerov in z dosledno uporabo kvalitativnih raziskovalnih metod sem prepoznala več kot petinsedemdeset dejavnikov, ki bi hipotetično lahko igrali vlogo pri radikalni remisiji, vključno s telesnimi, čustvenimi in duhovnimi dejavniki. Toda ko sem v tabelah prikazala pogostnost pojavljanja posameznih dejavnikov,

sem uvidela, da se je devet izmed petinsedemdesetih dejavnikov kar naprej pojavljalo v skoraj vseh intervjujih. Drugače povedano, zelo redki intervjuvanci so omenili na primer triinsedemdeseti dejavnik – jemanje prehranskega dopolnila iz hrustanca morskih psov –, skoraj vsak med njimi pa je navedel, da počne istih devet stvari za pospešitev zdravljenja raka. Pred vami je devet odločilnih dejavnikov, ki privedejo do radikalne remisije:

- radikalna sprememba prehrane,
- prevzem nadzora nad lastnim zdravjem,
- sledenje intuiciji,
- uporaba zelišč in prehranskih dopolnil,
- sproščanje potlačenih čustev,
- krepitev pozitivnih čustev,
- podpora drugih ljudi,
- poglobitev duhovne povezave in
- močni razlogi za nadaljevanje življenja.

Pomembno je vedeti, da dejavniki niso navedeni po vrstnem redu pomembnosti. Med njimi ni nedvoumnega »zmagovalca«. Vseh devet je bilo enako pogosto omenjenih v mojih intervjujih, čeprav so se nekateri posamezniki – kot boste videli v nadaljevanju – poudarjeno osredotočali na en dejavnik. Prosim, imejte pred očmi dejstvo, da je večina preživelcev raka, ki so doživeli radikalno remisijo, v prizadevanju za ozdravitev udejanjila vsakega od devetih odločilnih dejavnikov – vsaj do neke mere.

Za lažjo preglednost sem razdelila knjigo na devet poglavij. V vsakem izmed njih je poglobljeno predstavljen eden od omenjenih devetih dejavnikov. Najprej bomo raziskali

najpomembnejše poudarke pri posameznem dejavniku, med drugim si bomo ogledali najnovejše znanstvene raziskave s tega področja. Potem bom predstavila kompletno zgodbo o ozdravitvi z radikalno remisijo, ki osvetli ta dejavnik. Vsako poglavje se potem sklene s preprostim seznamom akcijskih korakov. Po želji se jih lahko kar takoj lotite, če želite vnesti odločilne dejavnike radikalne remisije v svoje življenje.

PREDEN ZARES ZAČNEMO

Še preden vas seznanim z odločilnimi zdravilnimi dejavniki, želim razjasniti nekaj stvari. Prvič, želim jasno povedati, da nikakor ne nasprotujem konvencionalnemu zdravljenju raka, vključno s kirurgijo, kemoterapijo in obsevanjem. Tako kot verjamem, da večina ljudi potrebuje tekaške copate za maratonski tek, le peščica izbranih pa je iznašla način, s katerim zmorejo bosonogi preteči dvainštirideset kilometrov brez poškodb, sem tudi prepričana, da večina ljudi potrebuje uradno medicino za premagovanje raka, le peščica izbranih pa je našla način, s katerim ga premagajo drugače. Kot raziskovalka raka sem popolnoma predana spoznavanju »načina treninga« te druge skupine, saj namreč poskušam dognati, kako so dosegli sijajen rezultat kljub slabim možnostim.

Drugič, pri pisanju te knjige nimam niti najmanjšega namena vzbujati lažno upanje. Povedala sem vam že za zdravnika, ki ni hotel, da bi drugi njegovi pacienti slišali za radikalno remisijo. Popolnoma ga razumem, kajti soočiti se s polno čakalnico ljudi, ki imajo po statistiki le malo možnosti za preživetje, je vsekakor strašljiva naloga. Toda molk o primerih radikalne remisije ima po mojem mnenju še dosti hujšo posledico, kot je lažno upanje. Namreč,

nihče resno ne raziskuje primerov presenetljivih ozdravitev in se ne uči iz njih. Na čisto prvem predavanju o metodologiji raziskovalnega dela, ki sem ga poslušala na kalifornijski univerzi v Berkeleyju, sem se naučila, da mora biti raziskovalec zavezan znanosti tudi v tem, da preišče *čisto vsak* primer anomalije, ki se ne ujema z njegovo hipotezo. Po proučitvi anomalij ima raziskovalec samo dve možnosti: bodisi pojasni javnosti, zakaj se ti nenavadni primeri ne skladajo z njegovim hipotetičnim modelom, bodisi zasnuje novo hipotezo, ki vključuje omenjene primere. Naj raziskovalec razmišlja tako ali drugače, ni prav nobenega scenarija, v katerem bi smel ignorirati primere, neskladne z izhodiščno hipotezo.

Z vidika znanosti je torej neodgovorno gladko ignorirati ljudi, ki so si pozdravili raka z nekonvencionalnimi metodami (še zlasti zato, ker je naš skupni cilj najti zdravilo za raka). Poleg tega bi rada nekoliko osvetlila izraz »lažno upanje«. Vzbujaati lažno upanje pomeni dajati ljudem upanje glede nečesa neresničnega, lažnega. Primeri radikalne remisije mogoče res niso razločljivi – za zdaj –, vendar pa so *resnični*. Ljudje, ki so doživeli radikalno remisijo, so se zares rešili raka na statistično nepričakovane načine. To je bistvena razlika, ki jo je treba doumeti, da bi se mogli otresti strahu pred vzbujanjem lažnega upanja in začeti proces znanstvenega proučevanja teh primerov in v njih najti morebitne namige za uspešnejše zdravljenje raka. Devet poglavitnih dejavnikov, opisanih v knjigi, predstavljam kot *hipoteze*, ki pojasnjujejo, zakaj utegne priti do radikalne remisije. To še niso dokazana dejstva. Na žalost bodo potrebna desetletja kvantitativnih, randomiziranih raziskav, preden bomo lahko z gotovostjo rekli, ali teh devet dejavnikov vsekakor poveča vaše možnosti za preživetje raka, ali pač ne.