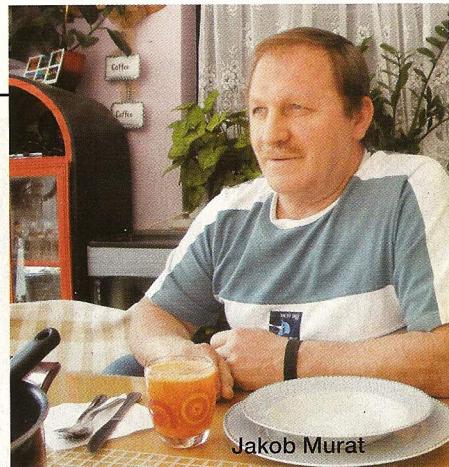


Ozdravel z Gersonovo terapijo



Jakob Murat

Družina Murat živi v idiličnem kraju pod Ptujsko goro, le malo stran od Ptuja. Hiša je postavljena v hrib, da gospodinja Kristina lahko stope nabira zelenjavo na vrtu pod njo. Gospodar Jakob nas je privabil na obisk. Klen mož, ki bi mu težko prisodili, da se je še nedolgo tega spopadel z rakom, ki vsakemu nažene strah v kosti. Jakobu ga ni. Že od začetka je vedel, da mu bo kos.

Tekst in foto: MILKA KRAPEŽ

Tudi Kristina, njegova žena, je povedala enako. V družini Murat, kamor sodita tudi odrasla otroka Barbara (ki ima že družino) in Boštjan, so se vajeni spoprijemati s težavami, kadar te pridejo. Z vsako posebej in temeljito. Potem gredo naprej, ne da bi se ozirali nazaj in na veliko besećili o hudi izkušnji. Zgodilo se je, preživel smo, tako nekako. V vsaki stvari, naj je videti še tako slaba, je vedno nekaj dobrega, pravijo.

Bolezen so odkrili v presejalnem programu Svit. Jakob Murat je tudi glede svojega zdravja zelo vesten človek. Če mu državni program za zgodnje odkrivjanje raka debelega črevesa in danke Svit pošlje vabilo za presejalni test, potem se bo odzval. Ker so taki programi pomembni. Tudi sicer gre Jakob vsako leto na temeljiti pregled. Testiranje je pokazalo, da je nekaj narobe s prostato. Z nadaljnimi preiskavami so mu v črevesju odkrili tudi polipe in jih odstranili. Le eden je ostal, največji, ki ga ni bilo mogoče odrezati. Za to bi moral iti na poseg drugam. Biopsija prostate je medtem pokazala na raka. Po Gleasonu so ga ocenili na šesto stopnjo, to pomeni, da bi ga lahko še zdravili z operacijo, odstranitvijo prostate.

Toda družina Murat se je s pomočjo priateljev seznanila s teorijo pokojnega dr. Maxa Gersona, slovitega nemškega zdravnika, ki se je tukaj pred začetkom druge svetovne vojne preselil v ZDA in o katerem smo v Jani že pisali. Jakob, ki zdaj živi po Gersonovih načelih (in z njim vsa njegova družina), nam je predstavil, kako to deluje v resničnem življenju. Nekaj je, če o tem bereš, povsem nekaj drugega pa, kadar ješ jedi, ki sicer vzbujajo dvome o okusnosti, ker so brez soli.



Kristina najprej na posebnem sokovniku zelenjavo in sadje zmelje.



Riž, omaka iz korenja, graha in koruze; vse je skuhano brez soli. Cvetiča, korenje, rdeče zelje: enako, brez soli. Krompir po Gersonu mora biti pečen!



Solata je začinjena le z malo lanenega olja, ki je edina dovoljena maščoba, zraven so jabolčni kis in druge začimbe.



Hipokratova juha. Glejte, da boste zelenjavo v juhi pasirali ročno, ne pa s paličnim mešalnikom, kakor sem narobe napisala v prvem članku o Gersonovi terapiji in s tem razjezila Kristino, ki natančno upošteva Gersonova navodila o pripravi hrane.

Dva tedna na Gersonovi kliniki. Jakob se je v spremstvu prijatelja, žene Kristine in sina Boštjana odpravil na Madžarsko v edino Gersonovo kliniko poleg tiste v Tijuani in Mehiki. Da bodo stvari bolj jasne: Gersonov inštitut, kjer se ukvarjajo z raziskovanjem in predvsem izobraževanjem podobnih terapeutov, je v San Diegu v ZDA. Tam se z zdravljenjem ne ukvarjajo. Kliniki pa sta dve: v Tijuani in Mehiki in v bližini Budimpešte. Muratovi so za zdravljenje odšteli 5500 evrov. Za spremjevalca je treba plačati 500 evrov, za spremjanje bolnikovega zdravja po končanem zdravljenju pa še 500 evrov. Spremljanje bolnikove-

ga stanja pomeni, da Gersonov zdravnik na temelju poslanih laboratorijskih izvidov bolniku pol leta svetuje. Spremljevalec, ki je med zdravljenjem ves čas poleg bolnika, se prav tako prehranjuje po Gersonovem načinu, se pravi, da je isto kot vsi drugi.

Osem škatlic cigaret med oblačili. »Na večer pred odhodom na Madžarsko sem med oblačila v kovček skril osem škatlic cigaret. Mislil sem si, bom že našel način, da se bom skril nekam in kakšno pokadil. Kadil sem namreč 42 let po dve škatlici na dan. Toda potem sem si premislil. Na bencinski črpalki na poti sem pokadil zadnjo

cigareto. Vseh osem škatlic sem razdelil osebju in poslej nisem potkalil nobene cigarete več. Ko se enkrat odločiš, ni tako težko,« pričuje Jakob. Tudi na hrano, ki je vsa brez soli, se je hitro navadil, saj so delno po Gersonovi metodi kuhal doma že pred tem. Tudi njegovi spremjevalci so Gersonov način prehrane dobro poznali iz prakse. Terapija seveda ne zajema samo prehrane.

»Sicer bi težko rekel, da se prej nisem dobro počutil. Nisem imel niti enega znaka bolezni, odkrili so mi jo ob pregledu, ne pa zato, ker bi mi bolezen delala težave. Nisem



Med zdravljenjem si vsak bolnik večkrat na dan naredi

kavni klistir.
Kava mora biti ekološko pridelana
(dobite jo tudi pri nas).

Kakovostni prehranski dodatki, ki jih uživa Jakob. Za jetra, trebušno slinavko in za telo v celoti.



Voda iz pip še zdaleč ni zdrava. Za dobro vodo potrebujemo destilator.



ponoči hodil urinirat, kakor se včinoma dogaja bolnikom z rakom prostate. Toda kljub vsemu je bilo že po enem tednu Gersonove terapije moje počutje boljše kot prej,« je povedal Jakob. Po dveh tednih je bil kot nov. Po njegovih besedah raka nima več. Popolnoma se je pozdravil. Toda to še ne pomeni, da je takoj planil po ovratem krompirju, svinjski pečenki in dodobra nasoljeni šunki. Prav narobe. Po Gersonovem načinu se vsa družina prehranjuje še naprej.

Knjiga tudi za Slovence. »Na Madžarskem nam niso pokazali, kako naj pripravljamo hrano. Vi dela sem, da imajo nekakšne zapiske, in sem prosila, ali bi jih lah-

ko prekopirala, da bi imela doma recepte za pomoč pri kuhanju. Vse kaže, da so ti recepti skrivnost. Pri nas smo se učili kuhati po Gersonu že prej, preden smo šli na Madžarsko. Recepti so namreč objavljeni v knjigi, vendar v angleškem jeziku,« je povedala Kristina. Že ko so začenjali kuhati po tej metodi, so knjigo prevedli, pozneje pa tudi natisnili. Njihova založba (imenjuje se Založba Murat) je tako izdala knjigo z naslovom Gersonova terapija s podnaslovom Pozdravite si raka in druge kronične bolezni z naravnim metodo dr. Gersona. Avtorja knjige sta Maxova hči Charlotte Gerson in Beata Bishop. Knjigo je mogoče dobiti v nekaterih knjigarnah, lahko pa jo naročite

po spletu na naslovu www.gersonaterapija.si. Stane 29,95 evra.

Po dobrem letu od konca zdravljenja po Gersonu je Jakob premisil in se odločil, da gre kljub vsemu na operacijo prostate. Za vsak primer. Prostato so mu odstranili in s tem možnost, da bi se bolezen na tem mestu še kdaj pojavila.

»Ne bomo pasje dragi!« Jakob Murat ima vse polno načrtov. S sinom Boštjanom dokončuja građo hotela v bližini Ptuja. Hotel je čisto nekaj posebnega, grajen

upoštevaje vibracije energije. So be so v barvah čaker, kar vpliva na obiskovalca že takoj, ko vstopi vanje. V teh prostorih bo tudi trgovina, tam si bodo lahko ljudje kupili ekološko pridelana živila, sadje in zelenjavo. »Pazili bomo, da ne bomo tako pasje dragi, kot so drugi,« se je veselo smejal Jakob, ko je pripovedoval o svojih načrtih. Ni slabo za človeka, ki si je pred nedavnim pozdravil raka prostate.

Tudi ta zgodba o smrtonosni bolezni, ki jo je človek premagal, ima očitno nekaj dobrega v sebi.