

Spoznavanje z Gersonovo terapijo zaenkrat na Madžarskem, kmalu tudi na Ptujju

Nad raka s hrano, ne z zdravili

Vosrčju obširnih zelenih gozdov na nadmorski višini sedemsto metrov v madžarskem turističnem kraju Dobogokö, ki je sedemintrideset kilometrov daleč od Budimpešte, je pred tremi leti svoje domovanje našel Gersonov zdravstveni center. Zadnje upanje za številne rakave bolnike, ki prihajajo sem z vsega sveta na štirinajstdnevno terapijo, nato pa nadaljujejo doma z intenzivnim programom klistiranja, pitja svežih zelenjavnih in sadnih sokov, uživanja raznolike organske vegetarijanske prehrane z nič soli in malo maščobe ter številnimi prehranskimi dodatki, ki telesu pomagajo pri samozdravljenju.

Gersonova terapija se je razvila pred več kot osemdesetimi leti. Z naraščanjem števila rakavih bolnikov postaja vse bolj aktualna. Oče terapije dr. Gerson je umrl leta 1959, a njegov duh še naprej živi v Gersonovem zdravstvenem centru na Madžarskem, na inštitutu v San Diegu in kliniki v Mehiki. Ter v ljudeh, ki so ozdraveli in so po njegovi zaslugi še vedno živi.

Gersonov center v slikovitem madžarskem mestu Dobogokö, kjer naj bi bila srčna čakra Zemlje, ima osem bolniških sob in na leto sprejme kakih osemdeset bolnikov. Ob prihodu v madžarski center poleg osebja obiskovalce nagovori, ne v živo, pač pa v posnetem filmu, tudi ustanoviteljica centra in soavtorica knjige *Zdravljenje z Gersonovo metodo* Beata Bishop, ki je lani praznovala trideset let, odkar si je zaradi brezupne diagnoze metastaziran maligni melanom četrte stopnje pozdravila na Gersonovi kliniki v Mehiki. Danes je zdrava, aktivna, po-

Pitje številnih sokov je najlažja pot, da pacienti dobijo veliko količino pomembnih hranil.

tuje, piše, predava in s svojim zgledom daje up ljudem, ki so zboleli za rakom.

TERAPIJA – DIETA

Temelj Gersonove terapije je dieta, ki jo je dr. Max Gerson odkril, ko je iskal rešitev za svoje hude migrenske glavobole,

zaradi katerih je preživel dneve v temni sobi, nezmožen dela. Ugotovil je, da glavoboli izginejo, če uživa vegetarijansko hrano z nič soli in malo maščobe. S tako imenovano migrensko dieto je pozneje pomagal tudi rakavim in drugim bolnikom.

V svojem več kot tridesetletnem delu je dokazal, da imajo vse degenerativne bolezni dva osnovna vzroka: zastrupljenost in prehransko nedohranjenost. Gersonova terapija odpravlja oboje z bogato prehrano in razstrupljanjem organizma. A za to potrebuje čas. Za dosego želenih rezultatov morajo pacienti dosledno slediti protokolu najmanj dve leti. Statistika kaže, da jih uspe kakih trideset odstotkov; če pa se začne terapija izvajati dovolj zgodaj, na prvi in drugi stopnji raka, je uspešna v devetindevetdesetih odstotkih,« ocenjuje dr. Melanie Nagy, Gersonova zdravnica, ki je tudi sama imela raka na prsni, a se je po zaslugi Gersonove terapije uvrstila med zmagovalce, na podlagi več kot petnajstletnih izkušenj ugotavlja, da ima Gersonova terapija največji uspeh pri zdravljenju melanoma, raka na prsni in raka na jajčnikih, medtem ko pri akutni levkemiji in raku na možganih zaradi kontraindikacij ni priporočljiva.

V majhnem, a prijetno urejenem, z velikim vrtom obdanem centru, ki naenkrat ne sprejme več kot osem pacientov in osem spremljevalcev, prostega časa skorajda ni, saj se intenziven vsakodnevni program začne za bolnike že ob šestih zjutraj s prvim kavnim klistirjem in konča ob desetih zvečer. Prav tako s kavnim klistirjem.

Vsako jutro bolnikom zmerijo krvni tlak, temperaturo telesa in telesno



Sveži presni sokovi in organska hrana priskrbijo telesu gorivo za krepitev imunskega sistema.

Foto: J. Vetrovec

težo. Ob osmi uri je na vrsti pitje svežega pomarančnega ali grenivkinega soka, sledi zajtrk s svežo sadno solato in skodelo ovsenih kosmičev, skuhanih v destilirani vodi, ki ji lahko bolniki dodajo nežveplano suho sadje. Na voljo sta dve vrsti čaja: meta in kamilica. Dopoldanski čas je namenjen osebnim konzultacijam z zdravniki.

»INFUZIJA« IZ SOKOV

Vsako uro, odvisno od pacientovega protokola, je na vrsti pitje svežih sokov. Običajno se program stopnjuje, število sokov vsak dan narašča, vse do trinajstih kozarcev na dan. Od števila sokov je odvisno tudi število klistirjev. Pri treh klistirjih na dan je predpisanih devet sokov ..., pri petih klistirjih trinajst. Razen pomarančnega soka so tu še korenčkov sok, jabolčno-korenčkov sok in zeleni sok. Sokove je treba spiti čim prej po sočenju, ker sicer izgubijo encime, ki so iskra življenja. Pitje številnih sokov je najlažja pot, da pacienti dobijo veliko količino pomembnih hranil, saj sicer ne bi mogli pojesti tolikšnih količin hrane. To je kot nekakšna infuzija iz sokov.

Kosilo je ob enih popoldne; presne solate in kuhane vegetarijanske jedi, večinoma pripravljene počasi na majhnem ognju in brez vode, Hipokratova juha, pečen ali kuhan ter kako drugače pripravljen krompir in na koncu sladica, običajno je to kuhano ali presno sadje. Večerja je podobna, le da je pripravljena iz druge vrste zelenjave in sadja.

Hipokratovo juho, pripravljeno na majhnem ognju iz zelene, čebule, paradiznika, pora, česna, krompirja, peteršiljevega korena in malo listov peteršilja, je treba zaužiti dvakrat dnevno, spodbuja namreč delovanje ledvic. V začetku sta na dan dovoljeni dve jedilni žlici lanenega olja, bogatega z omega-3 maščobnimi kislinami, nato pa do konca te-



Bolniki med klistiranjem ležejo na desni bok v položaj zarodka.

rapije samo še ena, Gerson je namreč ugotovil, da rakavi bolniki težko prebavljajo maščobe in olja.

NADOMESTITEV KALIJA

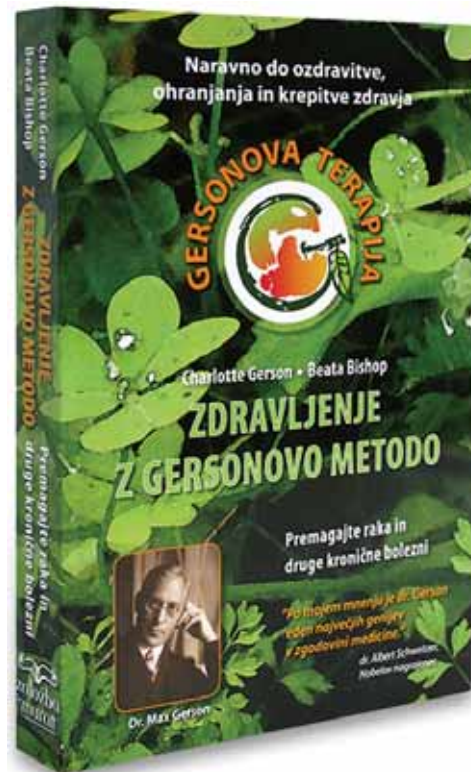
Obilen jedilnik iz ekološko pridelane hrane se poudarja zato, ker velika količina hranil na daljši rok nahrani v telesu zdrave celice, medtem ko bolne, slabe celice, ki imajo drugačen metabolizem kot zdrave, stradajo in prenehajo delovati, ko bolniki ne uživajo sladkorja, soli, maščob in živalskih proteinov. Med številnimi prepovedanimi živili so še alkohol, avokado, jagodičevje, čokolada, kumare, sladoled, semena, oreški, grah, ananas, sol, kis, bela moka, leča, fižol, soja, poper, gobe ...

Sveži presni sokovi in organska hrana priskrbijo telesu gorivo za krepitev imunskega sistema. Živila, bogata s kalijem, kot je krompir, in kalijeva raztopina, ki jo dodajajo svežim presnim sokovom, potisnejo iz celic natrij, s čimer se zmanjšajo edemi in izboljša telesni metabolizem. Dr. Gerson je ugotovil, da so vse kronične bolezni predvsem posledica vdora natrija v celice in izgube kalija iz celic.

Zdravstveno osebje sproti spreminja protokol terapije – število sokov, klistirjev in prehranske dodatke – glede na izvide, krvne teste in bolnikovo počutje. Seznam prehranskih dodatkov je dolg: kalijeva raztopina, jodova raztopina, niacin, koencim Q10, Acidol pepsin, encimi trebušne slinavke, jetrne kapsule, spirulina, pro- in prebiotiki, selen, vitamin C, kapsule iz pegastega badlja ... Nekateri dodatki so že v sokovih, druge morajo zaužiti bolniki sami. Da ne pride do zmede, dobijo majhno škatlo s predalčki, na katerih so napisane ure, ko je treba zaužiti določeno tableto.

KAVNI KLISTERJI

Odzivi pacientov na zdravljenje so različni: bruhanje, driska, potenje, glavobol, depresija, bolečine, nihanje razpoloženja ... Zaradi uživanja niacina, ki razširi kapilare, nekateri začasno dobijo vidno rdečico. Če nastopi vročina, je to dober znak, saj napoveduje pospešitev zdravljenih procesov in okrevanje. A kot



Knjiga, ki je vodnik zdravljenja na Gersonov način, je na voljo tudi na www.misteriji.si.

Naročite si **Misterije** na dom

www.misteriji.si



Foto A. Paljevec

kapljicami in različne masaže. Bolniki se lahko udeležijo tudi vadbe joge in psihoterapije, ki temelji na meditaciji in na delu z umom. Sproščajo se lahko tudi na sprehodih po čudoviti okolici, a ne preveč, saj telo potrebuje energijo za zdravljenje.

Štirinajstdnevna terapija je uvod v dolgotrajnejše zdravljenje, s katerim nadaljujejo bolniki doma ob nujni podpori vsaj enega pomočnika. Po šestih tednih lahko zaužijejo tudi kos nekvašenega in neslanega rženega kruha ter jušno žlico nemastnega jogurta. Po enem do dveh mesecih je dovoljena tudi leča, po šestih mesecih pa rjavi riž.

Ves čas lahko ostajajo v stiku z Gersonovim centrom, ki spremlja njihovo stanje in glede na krvne izvide in pacientovo počutje spreminja protokol. Izkušnje kažejo, da se zdravilne krize najpogosteje pojavljajo v prvi polovici leta in v prvem letu. Na začetku so močnejše, potem pa vse šibkejša in redkejša.

MED OZDRAVLJENIMI TUDI SLOVENC

Najboljša situacija je, kot ugotavlja dr. Melanie Nagy, ko eno leto ni več tumorjev in novih tumorskih pojavov; potem je verjetnost, da bo pacient ozdravel, kar devetdesetodstotna. Med takšnimi srečneži najdemo tudi že nekaj Slovencev. V slovenščino je že prevedena knjiga *Gersonova terapija* oziroma *Zdravljenje z Gersonovo metodo*, ki je vodnik zdravljenja na Gersonov način. Kmalu bo na Ptuj začel delovati hotel, kjer se bodo bolniki teoretično in praktično seznanili z Gersonovo metodo zdravljenja raka.*

Prvih šest mesecev je, po pripovedovanju ljudi, ki so prehodili to pot, najtežjih, potem pa se nekaj zgodi in vse postane lažje. Mnogi ostanejo zvesti Gersonovemu življenjskemu slogu, v delni in manj intenzivni obliki, tudi po tem, ko so ozdraveli.

Andreja Paljevec ❄️

* Informacije: 040/637 818 (Mojca); info@gersonovaterapija.si

Gersonov zdravstveni center je zadnje upanje za številne rakave bolnike.

ugotavlja dr. Melanie Nagy, je pogosto treba na vročino čakati precej dolgo, včasih celo leto ali dve.

Za razstrupljanje telesa uporabljajo klistirje s kavo in ricinusom. V ta namen so sobe opremljene z dodatnim manjšim ležiščem za klistiranje. Bolniki med klistiranjem ležejo na desni bok v položaj zarodka. Kavni klistirji razstrupijo jetra, razširijo žolčna izvodila in spodbujajo tvorjenje žolča. Z žolčem potujejo toksini skozi tanko in debelo črevo in se od tam izločijo iz telesa. Tako se očisti kri in prečistijo tudi možgani. Njihova uporaba, po zagotovilih Gersonovih terapevtov, ni nevarna, saj ne gre za navadne klistirje za čiščenje črevesja.

Za klistiranje je dovoljena samo uporaba organske kave s kofeinom. Pacientom, ki litra kave ne morejo zadržati v sebi deset do petnajst minut, svetujejo, da se klistirajo dvakrat s pol litra in zadržijo kavo pet do sedem minut. Vsak drugi dan pa si pacienti naredijo klistir z ricinusovim oljem. Za

razstrupljanje uporabljajo tudi hladne obkladke iz glin in tople obkladke iz ricinusovega olja.

BREZ KEMIJE

V prijetno opremljenem centru, v katerem prevladujejo naravni materiali, je v kopalnicah na voljo samo naravna kozmetika. Prepovedana je uporaba zobne paste s fluoridom, bolniki naj ne bi uporabljali dezodorantov, si barvali las in delali trajne, kadili. Bolniki se prhajo samo z destilirano vodo, tudi kavni klistirji so narejeni z destilirano vodo.

Vsako popoldne v centru potekajo različne delavnice, na katerih pacienti seznanijo z Gersonovo terapijo, reakcijami na zdravljenje, pokažejo pripravo sokov in obrokov, predstavijo osnovne prehranske dodatke in njihovo uporabo, apiterapijo, uporabo glinenih obkladkov in obkladkov iz ricinusovega olja, uporabo klistirja ... Na voljo so tudi refleksna masaža, zdravljenje z Bachovimi