

# „A RÁK ELLEN, AZ EMBERÉRT, A HOLNAPÉRT!”

Szerző Administrator  
2011. február 04.  
Utolsó frissítés 2011. február 04.

"Örömmel támogatom "A rák ellen, az emberért, a holnapért!" Társadalmi Alapítvány célkitűzéseit! Tabukat kell ledönteni, számtalan tévhitet eloszlatni, pozitív példákat felsorakoztatni a megelőzésre és gyógyulásra, a reményvesztetteknek hitet és erőt adni, hiszen a gyógyulás kulcsa mindenekelőtt bennünk van...

Ehhez nyújt segítséget az Alapítvány, hiszen a rák megelőzhető és gyógyítható, ezért széles társadalmi összefogásra van szükség, mert ez mindnyájunk közügye!  
Mindnyájan valamilyen szinten kapcsolatba kerülünk ezzel - az egyébként gyógyítható - betegséggel. Jómagam nyolc éve gyógyultként újjászülettem, új életszemlélettel. Így pontosan tudom, miről beszélek."  
Szvorák Katalin,  
Liszt- és alternatív Kossuth-díjas énekművész

Szvorák Katalin Liszt- és alternatív Kossuth-díjas népdalénekesnővel tavaly találkozhattam először, amikor Alapítványunk 25.születésnapját ünnepeltük a Petőfi Csarnokban egy nyitott, ingyenes családi nappal. A kétezer főt megmozgató rendezvényen csodálatos hangját élvezhettük mindannyian. Azóta újra találkoztunk, és egy kellemes kávéházi beszélgetés során kiderült, milyen sok dologról gondolkodunk hasonlóan, hogy az Alapítvány és Kati stílusa sokban hasonlít egymáshoz.  
Kati is megküzdött a betegséggel, tapasztalatait szívesen megosztja a sorstársakkal.

Mikor és hogyan derült ki a betegséged?

- Véletlenek nincsenek, de erre sokszor csak későn jön rá az ember. Édesanyám egész élete szorongásban-félelemben telt és az ő aggódó lényét érte el a betegség, ő küldött először orvoshoz, ahol egy szemfenék vizsgálatot végző remek szemészorvosnő Szentendrén határozott szavainak köszönhetően pár hét múlva már túlestem az első műtéten, pedig csak fáradékonyabb voltam és a szemem fénye halovány volt. Ennek immár nyolc éve. Édesanyám sajnos elment, én meggyógyultam. A betegség legyőzésében biztos elsődleges szerepet játszott - sok összetevő mellett - a lelki éghajlataink különbözősége is. Én több boldogsághormonnal szülehettem, több hittel rendelkezek, ezért a legnehezebb pillanatokban sem adtam fel. A hit alatt itt nemcsak a vallásos hitre gondolok.

Hogy élted meg a diagnózist, a kezeléseket?

- Ahogy talán mindenkire, a diagnózis sokként hatott rám. Tehetetlennek éreztem magam és tanácstalannak. ( Most már sokkal nyugodtabban fogadnék egy hasonló diagnózist). Még jobban zavart a sok rémtörténetet mesélő környezetem, a rendelőintézetek folyosóin kuporgó várakozó tömeg, akik az idő múlásával szemem láttára lettek óráról-órára betegebbek, de lehangolt néhány ismerősöm is, akik a kórházba vonulásamkor léleknyugalommal közölték, hogy „ mindenki előbb utóbb meghal.” Mások természetellenes riadalmat sugározva próbáltak kedveskedni. Szerencsémre férjem, gyermekeim, néhány jóbarát szeretete és belső hitem feledtették a mindenhol zúduló negatív hangzásokat. Az események szerencsére gyorsan peregtek, az első műtétet két hétre rá egy következő követte. Petefészkéstől-méhestől-nyirokcsomóstól mindent kipakoltak és én hamarosan szó szerint újra születtem. Csak arra koncentráltam, hogy napról-napra erősödjek, hiszen várt rám szerető családom. Elintéztem, hogy a szobában füstölőt használjak csodás levendulaillattal és a sugárkezelések alatt legszebb népdalainkat énekeltem-dudorásztam, hogy gyorsabban múljon az idő.

Gondolkodtál azon, hogy mi történt veled, miért alakulhatott ki a betegséged?

- Természetesen kerestem az okokat. Pillanatok alatt felperegtek agyamban bántó kultúrdiktátorok, szemétkedő megalázó főnökök, a mindig megfelelés állapota, a „kinembeszélés” és az egészséges egoizmus hiánya, a helytelen táplálkozás stb. Gyorsan továbbveztem az eleve elrendelt örökletes hajlamra való hivatkozástól, bár ez is részben igaz, de hamarosan tudatosítottam, hogy minden betegség, így a rák is egyfajta jelzés az embernek, a szervezetnek: valamit másképpen kell gondolni, hinni, érezni, egyszóval másképpen kell élni! Másképpen kell stresszhelyzeteket megélni, fel kell dolgozni a problémákat, másképpen kell táplálkozni. Most már tudom, hogy nem mindig kell másoknak megfelelnem és nem szabad önmagamról megfélemlenem. A betegségnek köszönhetem, hogy sokkal jobban figyelek önmagamra, közben mindenkiben még jobban észreveszem a jót. Valójában a gyógyulás első lépcsőjére akkor léptem, amikor megtaláltam belső békémet, elkezdtem örülni minden napnak, a kórházi ablakpárkányra szálló kismadárnak. Attól kezdve minden megélt napon a jót, a szépet keresem és meg is találom, miközben másokon is próbálok segíteni. Szerintem egy össztársadalmi hangulatjavítás hatalmasat javítana beteg társadalmunkon.

Az egészségügyi kezelések mellett kerestél-e lehetőségeket arra, hogy magad is tégy a gyógyulásodért?

- Bár világeletemben optimista alkat voltam és tudtam azt, hogy a Jóistennek még dolga van velem, mégis azonnal kerestük az okokat, férjemmel, aki hihetetlenül küzdött értem. Három-négy méter hosszú könyvtárat hozott létre a betegségről, elsősorban alternatív gyógymódokból, melyeket ügyesen ötvözt és ez alapján erősödtem napról-napra. Férjem nem orvos, csupán régész, aki elsődlegesen a lelki ujjá épülés mellett az immunerősítést tartotta szem előtt. Az orvosok java nem a teljes embert gyógyítja testestül-lelkestül, hanem eseteket kezel, testrészeket, tüneteket próbál gyógyítani. Nem okokat keresnek, hanem következményeket tompítanak. Szomorú az egészségügyi helyzetünk, minden kórházi, szakrendelői látogatásomkor hihetetlen elkeseredettség környékezik, látva az ott dolgozókat és a várakozó betegeket. Néha az volt az érzésem, hogy nekem kéne segítenem az agyonhajszolt leterhelt, beteg orvosokon, a lelkileg megtépázott, létminimum tájékán vergődő nővéreken.

A környezeted, családot miként élte meg ezt a folyamatot?

- Nagyon érzékenyen érintette szűk családomat, annál is inkább, mert párhuzamosan édesanyám is járta a maga útját a felvidéki kórházakban. A legjobb gyógyír számomra férjem odaadó gondoskodása-szeretete volt és természetesen gyermekeink aggódó figyelmessége. Fiunk kétnaponta biciklivel hozta a Visegrád melletti Kán forrásból az ivóvizemet, a lányom - akit nagyon megviselt állapotom - órákon át facsarta a különböző friss zöldség és gyümölcs italokat.

Változott-e valami az életedben a betegség hatására?

- Bölcsebb lettem, az élet értelmét, a hitet új dimenziókban élem. Igyekszem fölösleges dolgokkal nem foglalkozni, rosszhatású emberekkel ritkán találkozni, egészségesebben táplálkozom, többet mozgok, tévét nem nézek, mikrohullámút nem használlok, a mobilt messze tartom magamtól, élvezettel főzök, olvasok, gyomlálom kertünket stb. Testi-lelki összhangban vagyok tehát önmagammal. Oscar Wilde szerint: természetesnek lenni a legnehezebb póz. Nekem ez nem póz, hanem természetemből adódó alaptulajdonság. Az örökön tetszelgő, álvilágot élesztő létforma csak egy ideig járható és súlyos testi-lelki megbetegedéssel járhat. Szerencsére „munkám” nem munka, hanem örömszerzés és örömközlés, az éneklést szolgálatnak érzem és nagyon jó érzés embertársaim lelkébe boldogságot varázsolni. Ez az én utam, viszont mindenkinek a maga szűk környezetében megadatik egy ösvény, egy út, melyen haladnia kell.

Mit tanácsolnál azoknak, akik most szembesülnek a daganatos betegséggel?

- Minden ember más, így minden betegség is más, így a gyógyuláshoz vezető út is egyedi. Van, aki lelkileg képes minden orvosi beavatkozás nélkül is az öngyógyulásra, van, akit erős hite, szeretete gyógyít meg, van, aki radikális táplálkozási-életmódbeli alternatív gyógymóddal gyógyulhat meg. Van, akit a nagyon szükséges sebészeti beavatkozás ment meg. Előfordulhat, hogy a tudományosan csak sejtromboló utókezelések is hatásosak lehetnek. A rák és majd minden betegség esetében én mindenkinek saját utat javaslok, olyat, amiben hinni tud, mert a hit és az emberi szervezet csodákra képes!

Nagyon szépen köszönöm, hogy megosztottad velem és az olvasókkal életednek ezt a nagyon személyes történetét! További jó egészséget kívánok!

Rózner Klára

[www.rakellen.hu](http://www.rakellen.hu)

"A RÁK ELLEN, AZ EMBERÉRT, A HOLNAPÉRT!"