

## Olvasó sarok

### Már színekben álmodom



*A képen a cikk szereplője látható*

Egy forró nyári nap kora délutánjára beszélünk meg találkozót. Picit késett. Szabadkozva, sietve huppant le a mellettem lévő székre. A találkozó előtt még elszaladt a szomszédos mezőre zöldet sarlózni a kecskéknek. Eső után néhány nappal friss-zsenge hajításokat is talált,- nem volt szíve otthagyni.

Ahogy közeledett, elnéztem, fürkésztem a titkát, vajon kívülről látszik-e?

Nem feltűnő jelenség, visszafogott ruházatával elvegyül az emberforgatagban. Talán csak a megsokasodott ezüst hajszálak figyelemfelkeltőek a barna színű, kontyba fonott hajkoronában. Melegbarna szeme békét tükröz, a Vele való beszélgetés nyugalmat áraszt. Pedig hosszú hónapokig a pokol tornácán táncolt.

Anikó, halk szavakkal, egyenletes

handszínben idézi fel a kezdeteket, amikor még álmában sem merte gondolni, hogy életben tud maradni.

-2005 őszén kezdődött minden. A hőhullámokat, az ingerültséget, az érzékenységet, a pecsételő vérzést a változó kor tüneteinek tudtam be.

Elérkezett ez az idő is - summáztam magamban, de ettől az élet még nem áll meg. Nyomdában dolgoztam, iszonyú hajtás volt. A lábaim egyre csak dagadtak, napról-napra fogyott az erőm és a súlyom is. Már naponta egy kilóval mutatott kevesebbet a mérleg. A Főnökömnek is feltűnt a drasztikus változás, és haladéktalanul felmentett a munkavégzés alól.

"Amíg ki nem vizsgáltatod magad, nem akarlak látni",-mondta szigoruan, de attól aggódóbb hangon.

Bekerültem a megyei kórházba és két hét után ki is mondták a diagnózist:méhnyakrák, áttéttel. Ekkorra már a kismédencét teljes egészében kitöltötte a tumor.

"Talán a műtéttel nyerünk egy kis időt"-mondta az orvos. Talán ha idejében megy orvoshoz, talán ha hallgat a megérzéseire, talán ha komolyan veszi az intő jeleket, talán ha egy kicsit önzőbb, hogy önmaga fontosabb mint bármely határidős munka! Talán!

A sok "ha", és "de", a tény, Neki mondták ki a gyilkos kór nevét. Vissza-

vonhatatlanul.

-A férjemmel úgy döntöttünk-folytatta Anikó-, hogy felutazunk a fővárosba, és kikérjük más orvosok véleményét is. Ha Ők is a műtétet javasolják egyetlen megoldásként, akkor vállalom.

Úgy éreztem, mintha ez az egész nem is velem történt volna, s a megválaszolatlan kérdés. "miért pont én?"

Valami megoldás kell, hogy legyen!

Tudtam és éreztem, még nem érhettem az utam végére. Létezik megoldás!

2006 áprilisában a meglévő leleteket kiegészítve Pesten is megerősítették a diagnózist:15cm átmérőjű tumor,áttét. Akkor már 40 kilót sem nyomtam a mérlegen, tényleg csak háltni járt belém a lélek.

Kérdezgettem az orvosokat, mennyi időm van még hátra?-konkrétan nem válaszoltak.

Kaptam viszont napi egy sugárkezelést, 25 napon keresztül, és egy hyperthermiás kezelést. Ezzel az orvosok mindent, és szó szerint értem, mindent megtettek a testemért.

Anikó kertészeti szakközépiskolában végzett, így érthető, hogy a gyógynövények világában, a gyógymódokban otthonosan mozog. Ez nagy hangsúlyt kapott az életében. S még valami! A kecsketej jótékony hatásáról is sokat hallott, olvasott. Már a kórházi kezelése alatt is férje szorgalmasan vitte a fehér italt.

60 kórházi nap után, 47 kilóval, bizakodással, hittel, és igen erős akarattal lépett ki a klinika ajtaján.

Férje családi házukba és a nyárba

vitte haza. Lenge szellő ringatta a pipacsokat az árokparton, mintha csak köszöntést küldenének. Virágoskertje ezerféle színben pompázott. A házig vezető járda porcsinrózsával szegélyezve virított. Csak neki nyíltak ki idő előtt a rózsák. A baromfiudvar is szaporodott:két kotlós terelgette párnapos csibéit - s férje meglepetéseként - két pici kecske ugrándozott a szalmakazal tövében, egy fiu, egy lány, (ahogy illik) a szaporulatra is gondolva.

"Hazaértem, itthon vagyok. A természet és a nyugalom szigete az otthonom. Meg fogok gyógyulni és élni akarok" - ezekkel a gondolatokkal folytatta önmaga gyógyítását Anikó, nem mindennapi akaraterővel. -Minden sötét gondolatot elhessegettem magamtólés magamból-folytatta kicsit jobb kedvűen. Nem foglalkoztam a betegséggemmel, elfoglaltam magam ezernyi dologgal. A tumort pedig egyre inkább zsugorítottam, gondolatban. Ami esztétikailag zavart, hogy a vizeletem testen kívül elhelyezett csövön keresztül távozott, mivel egyik

vesém működése teljesen leállt. Három évig éltünk együtt:a cső meg én. Ez alatt az idő alatt egyre jobban beleástam magam a gyógynövények tanulmányozásába. A három év alatt rendszeresen végeztem salaktalanítást, (jelenleg is) csalánteával. Oxigéndús vizet és kecsketejet ittam, relaxáltam, és meditáltam. Agykontrollal - bár sohasem végeztem tanfolyamot - a tumorra koncentráltam, és zsugorítottam.

Három havonta jártam kontrollra, és a második alkalommal a tumor

nagysága felére csökkent, egy év múlva teljesen eltűnt. SIKERÜLT! A vizelet-kivezető csőtől is elbúcsuztam, és enyém lett az egész világ!

A sugárkezelések hatására a működő vesémen egy sarló alakú hegesedés alakult ki, azon dolgozom, hogy eltűnjön.

Anikó sohasem veszítette el a reményt. Évek teltek el azóta, pörgősen

telnek napjai mostanság is. Hihetetlen gyógyulását az orvosok csodának nevezték, és természetesen gyógyultnak nyilvánították.

S hogy nincsenek csodák? Talán mégis.

*A cikket Simon Katalin küldte*

**Balláné Laufleure Anna**

## KÖSZÖNTŐ

Őszülő hajjal mondta valaki nékem  
Valamikor réges-régen -  
Valahova tartoznod kell!  
S ezt soha nem felejttem el.

De csak tartozni valahova nem elég! -  
Ha az ember egymásért nem tette kész,  
S ezért bizony fizetség sose jár  
Mert ki arra vár - póru jár.!

Jussod legyen a szeretet  
Egy őszinte mosoly.  
Meleg lágy szellőként simogatja a szívedet!

Így egyedül sose vagy  
S barátod számtalan akad.  
Hisz úgyis oly cudar ez a világ  
Rád méri megpróbáltatásaink egész sorát.

De ha valaki kezet nyújt feléd  
Fogadd, el - Hidd el így mindig célba érsz!



**Köszönjük azoknak, kik ezért oly sokat tettek.  
S adózzunk hálával azokért,  
Kik már többé köztünk nem lehetnek.  
De mindig volt és lesz valaki ki életét,  
S emlékét nem feledi!**

**Őszülő hajjal mondta valaki nékem  
Valamikor réges-régen -  
Valahova tartoznod kell!  
S ezt soha senki ne felejtse el!**

## Háziasszonyoknak

### Alma

Az egész világon ismert, egyik legnépszerűbb gyümölcs, amely jó alkalmazkodóképessége lévén, szinte minden égöv alatt megterem. Az almát már a rómaiak is fogyasztották, a mai választékbővülés azonban a XX. században alakult ki keresztezéssel és nemesítéssel: ma több mint 7000 fajtája létezik. Két fő kategóriába tartoznak a különböző fajták: vannak a nyers fogyasztásra alkalmasak, és kimondottan a főzéshez használtak. Magyarországon leggyakoribbak: Jonatán, Jonagold, Starking, Golden, Idared, Gala, Granny Smith. Az alma emellett egy igazi tápanyag és rostforrás, nem véletlenül kaptuk sokan gyerekkorunkban a keksszel elreszelt almát - nagy szerepe van a szervezet regenerálásában. Az alma tartalmaz A-, B-komplex, C-vitaminokat, nyomelemeket, káliumot, nátriumot, foszfort, vasat, magnéziu-

mot, és kalciumot.

Bár C-vitamin tartalma nem olyan magas, mint pl. a citrusoké, mégis fontos élelmiszer, mely rendkívül jó hatással van az emésztésre is. Sajnos a C-vitamin nagy része az alma héjában található, ami egyre kevésbé válik fogyaszthatóvá a legkülönbébb konzerváló viaszoktól, amivel bekenik őket. Vásárláskor próbáljunk ezektől mentes gyümölcsöt beszerezni, akkor is, ha nem olyan szép. Az alma héja ugyanis jó béltisztító, bizony érdemes megenni. Ezt vásárláskor könnyen észrevehetjük: ha a gyümölcs kissé zsírosan ragad, és szép fényesen csillog, biztosan bevonták valamivel.

Emellett magas pektintartalmú, jó lekvár alapanyag, alacsonyabb pektintartalmú gyümölcsökből készülő híg lekvár természetes módon sűríthető vele.