

**CHRIS WARK**

# **AM ÎNVINS CANCERUL**

**UN GHID CUPRINZĂTOR PENTRU  
VINDECARE PE CALE NATURALĂ**

Traducere: Anca-Beatrice Filip  
Corectură: Irina Magdalena Nuță

**WARK, CHRIS**

**Am învins cancerul : un ghid cuprinzător pentru vindecare pe cale naturală**

/ Chris Wark. - București : Atman, 2020

ISBN 978-606-8758-70-1

159.9

**CHRIS BEAT CANCER**

Copyright © 2018 by Chris Wark

Originally published in 2018 by Hay House Inc.

© 2020 Editura ATMAN. Toate drepturile asupra prezentei ediții în limba română aparțin în exclusivitate Editurii ATMAN. Reproducerea oricărui fragment din lucrarea de față este posibilă numai cu acordul scris al editurii.

Traducere: Anca-Beatrice Filip

Corectură: Irina Magdalena Nuță

Machetare & DTP: Mircea Filip

Redactor: Robert Tărniceru

Tipărit la ARTPRINT | office@artprint.ro

**Editura ATMAN, 2020**

Telefon: 0746.201.369

Web: www.editura-atman.ro

E-mail: office@editura-atman.ro

## CUPRINS

Introducere . . . . .	i
<b>CAPITOLUL 1:</b> În junglă	1
<b>CAPITOLUL 2:</b> Supraviețuirea celor mai bolnavi	29
<b>CAPITOLUL 3:</b> Sfatul medicului	53
<b>CAPITOLUL 4:</b> Un profit uriaș	71
<b>CAPITOLUL 5:</b> Nu ne interesează banii dumneavoastră	97
<b>CAPITOLUL 6:</b> Adevărurile documentate pe care medicii le ignoră	109
<b>CAPITOLUL 7:</b> Cum să ne educăm mintea pentru a învinge cancerul	117
<b>CAPITOLUL 8:</b> Plante versus Zombifelul	133
<b>CAPITOLUL 9:</b> Dozajele eroice	153
<b>CAPITOLUL 10:</b> Construirea unui trup nou	183
<b>CAPITOLUL 11:</b> Duceți gunoiul	205
<b>CAPITOLUL 12:</b> Sportul	237
<b>CAPITOLUL 13:</b> Sub presiune	263
<b>CAPITOLUL 14:</b> Vindecarea spirituală	273
Epilog . . . . .	289
Note . . . . .	293
Mulțumiri . . . . .	333
Despre autor . . . . .	336

medicamente. Dar există întotdeauna excepții. Știința eronată poate să persiste mult timp în mințile oamenilor, dar cred că știința adevărată va câștiga într-un sfârșit. Asta înseamnă că am făcut tot ce am putut în această privință pentru a evidenția în această carte acele dovezi științifice convingătoare, adevărate, știința adevărată extrasă dintr-o varietate de surse, ca să vă ajut să descoperiți adevărul și pentru a vă oferi puterea necesară de a lua decizii bazate pe informații reale – cele mai bune decizii pentru voi – care să vă ajute să vă transformați viața și să atingeți o stare de sănătate perfectă.



## ÎN JUNGLĂ

*Sănătatea este apreciată abia când boala apare.*

— DR. THOMAS FULLER

**P**ÂNĂ SĂ ÎMPLINESC 26 DE ANI mă puteam mândri cu faptul că deja absolvisem colegiul, eram căsătorit cu dragostea vieții mele, cumpărasem 30 de proprietăți pentru a le închiria, făceam parte dintr-o nouă formație și plănuiam să înregistrăm un album și apoi să plecăm în turneu, la care se putea adăuga și invitația de a participa la un reality show pe NBC. Viața mea era destul de frumoasă. De când eram mic simțisem că destinul îmi pregătea ceva mareț, iar visurile mele de a arăta lumii de ce eram capabil deveneau realitate. Mă ridicam din pat în fiecare dimineață și eram încântat de viața pe care o trăiam. Abia așteptam să văd ce îmi pregătea viitorul. Mă simțeam invincibil. Dar nu știam atunci că, cinci luni mai târziu, toate planurile mele marețe aveau să fie puse în așteptare în lupta pentru supraviețuire.

Am întâlnit-o pe Micah pe când eram în clasa a XI-a. Se întâlnise cu prietenul meu, Russ, pe timpul verii, dar nu apucasem să o cunosc. O șuviță blondă îi brăzda părul negru. Purta Vans. Și avea cusută pe rucsac dovada clară că îi plăcea una

dintre trupele mele preferate, The Cure. Știam că era grozavă și mă așezam mereu lângă ea la orele de istorie. Era foarte ușor să o fac să râdă și râdeam atât de mult împreună încât profesorul ne despărțea adesea și ne puneă să stăm departe unul de altul în clasă. Câteva luni mai târziu, Micah și Russ s-au despărțit, dar ea și cu mine am rămas prieteni. Frecventam cam aceleași cercuri sociale și ne vedeam adesea, în weekend, la spectacolele locale de muzică rock și punk.

După terminarea liceului, Micah și cu mine am mers la Universitatea din Tennessee-Knoxville și acolo am petrecut primul an ca boboci. Cei mai mulți dintre prietenii noștri făceau parte din tot felul de frății, sau comunități pentru femei, dar niciunul dintre noi nu a fost interesat de viața în stil grecesc, așa încât am ajuns să petrecem foarte mult timp împreună. Am ținut-o tot așa și, până la sfârșitul primului semestru, eram oficial un cuplu. Șase ani mai târziu, de Ziua Îndrăgostiților, i-am propus să ne căsătorim. Trei luni mai târziu am absolvit Universitatea din Memphis, aveam o diplomă în afaceri și nicio perspectivă reală de angajare.

Stabiliserăm să facem nunta în luna septembrie. Micah era angajată cu normă întreagă și se întreținea singură, eu mă mutasem înapoi cu părinții mei și lucram cu jumătate de normă pt J. Crew, unde împătureauam haine și mă ocupam de cabinele de probă. Având în vedere că se apropia data nunții, mă simțeam presat să-mi găsesc o slujbă demnă de diploma de care o aveam, ceea ce însemna să-mi asum niște responsabilități adevărate. După câteva interviuri, mi-a fost oferită o slujbă la o firmă de planificare financiară. Aveam un mentor excelent, dezvoltasem niște relații fructuoase cu unii dintre clienții noștri și câștigam suficient cât să mă întrețin, dar aveam sentimentul că nu îmi alesesem bine profesia. Îmi plăcea să ajut oamenii, dar nu eram pasionat de asigurări și de investiții. Era distractiv să fiu mereu la costum și cravată, dar aveam senzația că eram ca la un bal mascat.

Într-o zi, în timpul uneia dintre ședințele care se țineau săptămânal cu personalul, ascultându-mi șeful vorbind despre strategiile de investiții și privind cum se șterge la ochi cu cravata pentru a nu știu câta oară, mi-am dat seama că nu era nimeni în acea încăpere care să mă inspire, nu doream să ajung să joc rolul nimănui. Pur și simplu mi-am dat seama că nu puteam să lucrez într-un domeniu care nu-mi plăcea, pentru tot restul vieții mele, doar pentru bani.

Încă din timpul colegiului aveam fantezia aceasta de a deveni un investitor profesionist în domeniul imobiliar, iar în apogeul nemulțumirii mele cu privire la industria financiară, am cumpărat patru proprietăți de închiriat în 30 de zile. A fost o probă de foc, dar mi-a plăcut foarte mult ceea ce făceam. Îmi plăcea să vânez oportunități de afaceri și să le găsesc înaintea rivalilor mei. Îmi plăcea să negociez pentru a obține cel mai bun preț. Îmi plăcea procesul de renovare. Îmi plăcea ideea de a construi o afacere care să-mi ofere libertatea financiară și posibilitatea de a ieși din sistem. Până la sfârșitul aceluși an, Micah și cu mine am ajuns să deținem 17 proprietăți de închiriat și am renunțat la planificarea financiară pentru a lucra cu normă întreagă în domeniul imobiliar. Datorită îndrumării câtorva mentori generoși și a inflației produse de infamele programe naționale de finanțare, Micah și cu mine am putut cumpăra 31 de case în doar doi ani. Eram pe val și deveneam faimos în comunitatea imobiliară din Memphis.

În acea perioadă am început să cânt la chitară și eram și vocalistul unei trupe recent înființate, care se numea *Arma Secreta* („arma secretă” în portugheză) împreună cu vechiul meu prieten, baterist, acum și cumnat, Brad Bean. Eram realist și nu mă așteptam să fac mulți bani din artă, ca să nu mai pun la socoteală că trecuseră deja patru ani de când făcusem parte dintr-o formație adevărată. Acum, în sfârșit, cântam din nou și aveam spectacole, iar *Arma Secreta* începuse să ia avânt.

În acea vară, un alt bun prieten, pe nume Clay Hurley, mi-a povestit despre un nou reality show pregătit de NBC. El credea că era chiar ceea ce aveam nevoie și s-a oferit să mă ajute să înregistrez un album pentru o audiere, așa că am trecut la treabă. Echipa prezintă la audiere mi-a apreciat albumul și m-au invitat la Nashville pentru un interviu live. Mi-am curățat costumul și cravata, m-am dus la Nashville și m-am întâlnit într-o cameră de hotel cu doi dintre producători. Am simțit că interviul a decurs foarte bine până spre final, când unul dintre producători mi-a spus: „Bine, Chris, acum vreau să te uiți direct în cameră și să-i spui lui Donald Trump de ce crezi că poți să fii următorul ucenic.”

Întrebarea m-a prins pe picior greșit, pentru că nu aveam nici cea mai vagă idee despre ce era vorba în acest nou reality show, în afară de faptul că ar fi implicat să muncesc pentru Donald Trump, magnatul din domeniul imobiliar. Și eram foarte stânjenit de faptul că trebuia să privesc și să vorbesc direct cu fața către cameră. Așa că am spus ceva stupid, de genul: „Bună, Donald. Sunt un mare fan al cărților tale...” Deci, o situație jenantă de-a dreptul. Atunci am fost dezamăgit de faptul că nu m-au mai căutat, dar totuși nu am fost chiar atât de surprins. Și faptul că am fost respins ca *Ucenic* s-a dovedit a fi o binecuvântare, pentru că deja mă confruntam cu o mică problemă.

Simțeam o durere surdă în abdomen, care apărea și trecea în mod aleatoriu. Era profundă și vagă. O simțeam, dar nu îmi dădeam seama ce se petrecea. De asemenea, din când în când, se mai declanșa brusc și câte o durere acută și apoi mă simțeam acoperit cu o sudoare rece. Îmi amintesc că mă gândeam, *Vai, ce a fost asta? Nu e normal... sper că nu este nimic.* Apoi îmi aduc aminte că am ajuns să-mi spun, *Oh, uite că a apărut din nou.* Fiind ocupat și respectând acel tipar masculin al bărbatului care nu vrea să meargă la medic, am ignorat aceste dureri timp de multe luni, crezând că este posibil să fie vorba despre un ulcer și că o să mă fac bine în timp. Trupul meu încerca să-mi spună ceva, dar eu nu l-am ascultat.

Dintotdeauna am crezut că trupul uman a fost conceput în așa fel încât să se vindece singur. În acest caz, am presupus că trupul meu își va face treaba ca întotdeauna, dar de data aceasta, dintr-un motiv necunoscut, nu a mai făcut-o. Treptat, durerea s-a înrăutățit. De asemenea, scaunul meu avea o culoare închisă și, uneori, era și puțin sânger în el. Mă trezeam adesea în mijlocul nopții, acoperit de o transpirație rece, cu dureri acute și simțind nevoia de a merge la baie. Dimineața, când mă trezeam, mă simțeam bine, motiv pentru care am amânat să merg la un control.

Bolile sistemului digestiv sunt teribile mai ales pentru că îți răpesc bucuria de a mânca. Când alimentele devin o sursă de durere, nu mai poți mânca și începi să te topești văzând cu ochii. La o înălțime de 1,83 și o greutate de aproape 70 de kilograme eram deja cam subțirel; nu mai aveam de unde să dau jos. De cele mai multe ori, durerea apărea la o oră după ce luam cina, și uneori o simțeam chiar și după prânz.

Durerea s-a agravat în timp. În cele din urmă, după ce mi-am petrecut mai multe nopți ghemuit pe canapea după cină, Micah m-a convins să-mi fac o programare la medic. Mi-au făcut niște analize de sânge, niște radiografii, mi-au descoperit o ușoară anemie și am fost greșit diagnosticat ca suferind de ulcer. Atunci când medicamentele pentru ulcer nu au dat rezultate, gastroenterologul a decis să-mi facă o colonoscopie și o endoscopie (deci, un control al tractului gastrointestinal superior și inferior), ceea ce înseamnă că era necesar să fie introdusă o cameră de filmat acolo unde „soarele nu strălucește” pentru a arunca o privire prin zona respectivă, și apoi o alta urma să-mi fie introdusă pe gât.

Când mi-am revenit din anestezie, Micah era lângă mine. Eram într-o încăpere mică, cu o perdea ce servea drept ușă, și eram încă așezat pe patul cu roțile. Medicul a intrat, însoțit de o asistentă, și ne-a spus că a găsit o tumoră de dimensiunea unei mingi de golf în intestinul gros și că urmează să fie făcută o biopsie pentru a determina dacă este malignă.

Respect pentru oamenii cu cancer

Eram încă amintit de la anestezie și creierul meu nu funcționa încă la capacitate maximă. Aveam senzația că m-am trezit ca dintr-un vis pe care nu l-am înțeles. Și eram prea confuz pentru a mă supăra. Micah a început să plângă pe umărul asistentei, care era mama unuia dintre prietenii noștri apropiați pe care îi întâlneam la biserică. Era ca un înger trimis de Dumnezeu, un sprijin extraordinar în acel moment, și prima dintre numeroasele întâlniri providențiale avute pe parcursul călătoriei mele după ce am aflat că am cancer.

A doua zi, telefonul a sunat în jurul orei 7:00. Medicul sunase să-mi spună că am cancer. El mi-a spus: „Trebuie să programăm o operație și să scoatem această tumoră înainte să se răspândească. Un chirurg vă va contacta ca să programați operația cât mai curând posibil.” Acesta a fost momentul în care frica a devenit reală și viața mea părea că s-a încheiat. Mai erau două zile până la Crăciun. Aveam 26 de ani. Și aveam cancer.

Desigur, prima mea reacție a fost să-mi spun lăuntric *Serios? Asta e viața mea? La vârsta mea eu am cancer? Teribil.* Acest diagnostic m-a făcut să mă simt neputincios, vulnerabil și slab. Să nu mai vorbim de faptul că aveam cancer colorectal, care, în mintea mea, putea fi numit la fel de bine cancer de fund, pentru că la asta se gândește toată lumea. Și, în plus, era o boală a bătrânilor. Acum eram tânărul care suferea de cancerul de fund al bătrânilor. Spectaculos. Devenisem demn de milă și compasiune și nu-mi plăcea asta deloc. O lecție despre umilință. Egoul mi-a fost distrus.

Când le-am spus prietenilor și familiei noastre, au fost șocați cu toții. Cei mai mulți n-au știut ce să spună sau cum să reacționeze. Nici eu nu știam.

Înainte de a primi acest diagnostic simțeam că dețin controlul, că eu direcționez cursul vieții mele. Dar controlul este doar o iluzie. Mai devreme sau mai târziu, fiecare dintre noi se va afla în circumstanțe care ne reamintesc cât de fragilă este viața și se va confrunța cu situații dificile, pe care nu le putem controla. În aceste momente trăim cu adevărat o stare de disperare.

Soția mea și cu mine suntem creștini. Îl iubim pe Iisus. Noi credem că El este tot ceea ce El a pretins că este. Fiul lui Dumnezeu și Mântuitorul lumii. Și noi credem că Biblia este Cuvântul lui Dumnezeu, Adevărul etern. La momentul în care am primit diagnosticul, eram membrii unei mici biserici neconfesionale și cântam în corul bisericii în fiecare duminică.

Dar credința mea a fost zdruncinată. Nu puteam să nu mă gândesc, *Doamne, de ce mi se petrece asta? De ce am cancer? Sunt unul dintre băieții buni și chiar încerc să fac ceva bun cu viața mea!* Am început să-mi pun clasică întrebare: „De ce li se întâmplă lucruri rele oamenilor buni?” Pe măsură ce mă luptam cu toate aceste îndoieli, mi-am amintit de versetul acela din Epistola către Romani, 8:28:

*Dar știm că toate lucrurile lucrează împreună spre binele celor ce iubesc pe Dumnezeu, al celor ce sunt chemați după planul Său.*

Nu am înțeles de ce aveam cancer, dar știam că Dumnezeu deținea controlul și am ales să cred că în cele din urmă va face ca acest lucru rău să fie pentru binele meu. În următoarea duminică ne-am ridicat în fața celorlalți membri ai bisericii și le-am spus vestea. Eram foarte agitat și simțeam că mă sufoc în timp ce citam din Psalmi, 34:19, ca o explicație la ceea ce mi se petrecea:

*Multe sunt necazurile celui drept, dar Domnul îl scapă din toate.*

Chirurgul care trebuia să mă programeze pentru operație a uitat să mă sune. Aceasta s-a dovedit a fi o altă binecuvântare. În acest timp, tatăl meu a menționat situația mea unui coleg care a tras niște sfori și mi-a aranjat o întâlnire cu un alt gastroenterolog pentru a afla o a doua opinie. Acesta m-a primit la un control de urgență și m-a trimis la un medic specializat în chirurgie abdominală, considerat a fi cel mai bun din Memphis.

Respect pe M-am întâlnit cu noul chirurg și am programat o intervenție chirurgicală pentru a îndepărta acea tumoră printr-o rezecție colorectală laparoscopică de rutină. Chirurgul mi-a explicat că va face doar câteva mici incizii, dar destul de mari pentru a introduce o camera video și instrumentele sale. L-am întrebat de câte ori a realizat acest tip intervenție chirurgicală. El mi-a spus: „De sute de ori.” Mi se părea că sunt în siguranță. Singurul alt detaliu pe care-l amintesc din timpul acelei întâlniri e legat de cât de roz și grăsuțe mi se păreau mâinile lui, în contrast puternic cu pielea palidă de pe brațe. M-am gândit, *Omule, probabil că se spală foarte des pe mâini.*

În acel an, de Crăciun, o mare apăsare, un sentiment de tristețe și de teamă au marcat întâlnirile noastre de familie. Încercam să mă port normal, dar eram extrem de conștient de tot ceea ce mi se petrecea. Toată lumea știa că sunt bolnav, dar majoritatea oamenilor nu spuneau niciodată nimic. Ce era de spus? Eram marea problemă pe care nimeni nu putea să o ignore.

Cu o zi înainte de operație, nu am avut voie să mănânc alimente solide, cu excepția jeleului. După ce am plecat de la biserică, Micah și cu mine am mers la un restaurant chinezesc să luăm prânzul. Aveam în față o farfurie cu mâncare delicioasă. Jeleuri în trei culori. După cum mi s-a spus, am băut o cantitate ridicolă de soluție de polietilenglicol numită GoLYTELY („a merge ușor”, n.t.) pentru a-mi curăța intestinale în noaptea aceea. Și așa a fost. Aș putea spune că a fost o cursă sălbatică, și nu „a mers ușor” deloc.

## CU O ZI ÎNAINTE DE AJUN DE ANUL NOU

În ziua cea mare, Micah și cu mine am ajuns la spital dimineața devreme. La 7:00 trebuia să mă internez pentru operație. Femeia care mi-a făcut internarea avea expuse în spațiul ei de lucru câteva rânduri care mi-au atras atenția.

## Psalmul 23

Domnul este Păstorul meu. *Aceasta este Relația!*  
Nu voi duce lipsă de nimic. *Aceasta este Generozitatea!*  
El mă paște în pășuni verzi. *Aceasta este Odihna!*  
Și mă duce la ape de odihnă. *Aceasta este Regenerarea!*  
Îmi înviorează sufletul. *Aceasta este Vindecarea!*  
Și mă călăuzește pe cărări drepte! *Aceasta este Ghidarea!*  
Din cauza Numelui Său. *Acesta este Scopul!*  
Chiar dacă ar fi să merg prin valea umbrei morții...  
*Acesta este Testul!*  
Nu mă tem de niciun rău. *Aceasta este Protecția!*  
Căci Tu ești cu mine. *Aceasta este Credința!*  
Toiagul și nuiua Ta mă mângâie. *Aceasta este Disciplina!*  
Tu îmi pregătești o masă în prezența dușmanilor mei.  
*Aceasta este Speranța!*  
Îmi ungi capul cu untdelemn. *Aceasta este Sfințirea!*  
Și paharul meu este plin de dă pe deasupra. *Aceasta este Abundența!*  
Da, fericirea și îndurarea mă vor însoți în toate zilele vieții mele. *Aceasta este Binecuvântarea!*  
Și voi locui în Casa Domnului... *Aceasta este Certitudinea!*  
Pentru totdeauna. *Aceasta este Eternitatea!*

— AUTOR NECUNOSCUT