

Jeg helbredte mig selv for kræft

af Martin Brofman

I april 1975, i en alder af 34 år, befandt jeg mig på et hospital i Philadelphia. Lægerne havde lige fortalt mig, at jeg havde en svulst i rygmarven, og at en øjeblikkelig operation var nødvendig. Svulsten var lokaliseret i min nakke. I månederne forinden havde jeg oplevet en tiltagende lammelse. Min højre arm var kun til lille eller slet ingen nytte for mig, og mine ben blev mere og mere spastiske hver dag. Jeg havde mærkelige fornemmelser i min krop, fornemmelser af varme og kulde samtidig, elektriske stød, der løb op og ned ad min ryggrad og ud i mine fingre og tæer. Fornemmelser som var anderledes end noget andet, jeg nogensinde havde oplevet før.

Scenen på hospitalet havde et skær af uvirkelighed over sig. Skete dette virkelig for mig? Jeg hørte mig selv sige: *Der er ikke så meget at vælge imellem, vel?* Lægen var enig, og operationen blev fastlagt til næste morgen kl. 6. Næste morgen blev jeg kørt ind på operationsstuen...

Da min bevidsthed vendte tilbage var alt smerte. Nerverne i min krop brændte som ild. Den øverste halvdel af min krop var som en skærende smerte, men jeg havde ingen fornemmelse af min krop under bæltstedet. Det var ikke særlig opmuntrende. Til sidst opfordrede en af lægerne mig til at bevæge mine fødder, jeg forestillede mig så livagtigt som muligt, hvordan det føltes at bevæge mine fødder. Da jeg kiggede ned, så jeg dem bevæge sig! Hvilken lettelse! I løbet af de næste tre dage vendte følelsen langsomt tilbage i den nederste del af min krop.

Den næste dag kom lægen ind på stuen og fortalte mig, at det ikke havde været muligt for ham at fjerne svulsten, den var indkapslet i selve rygmarven, ude af rækkevidde for kirurgens kniv. *Hvad nu?* spurgte jeg. *Ikke noget*, svarede lægen. Svulsten var ondartet, og jeg fik at vide, at jeg kun havde kort tid igen, måske et par måneder, måske et år eller to.

Hjem for at dø

Jeg tog hjem fra hospitalet, stadig meget svag efter operationen. Kate, min kone, ventede på mig derhjemme sammen med mine døtre Jacquelin og Heather. Da jeg kom ind ad døren sprang Heather, dengang kun fire år gammel, spontant op i mine arme og omfavnede mig, så hårdt hun kunne, om min stadig smertende nakke. Min reaktion var øjeblikkelig. Lys eksploderede i mit hoved, og hele min krop skreg i pludselig intens smerte. Heather sprang tilbage, skrækslagen over den smerte hun havde forvoldt, når det bare var hendes hensigt at vise sin dybe kærlighed til sin far, som endelig kom hjem.

Jeg forsikrede hende, at det var i orden, men hun var utrøstelig. Senere den aften kom hun dog over til mig, meget forsigtigt og blidt, og lovede mig, at hver morgen og hver aften ville hun give mig magiske kys, indtil alting var i orden. Det var et løfte, hun holdt.

I de næste otte måneder levede jeg fra dag til dag. Jeg havde ingen fortid og ingen fremtid. Alt,

hvad jeg havde, var dette øjeblikkelige nu. Jeg følte mig som en meget midlertidig person i en permanent verden. Alle de ting, jeg så, ville være der den næste dag, men måske ville jeg ikke være der. Jeg var lykkelig for hver dag, jeg fik. Jeg havde ingen bekymringer. Jeg levede hver dag fuldstændigt. Nogle mennesker syntes, at det var synd for mig, men det fandt jeg ironisk. Her var jeg, levende og omgivet af skønhed og kærlighed, i fuldstændig frihed, og stadig brugbar og produktiv i samfundet. Alt, hvad der havde liv, farve eller form, følte jeg stor kærlighed til, bare fordi det eksisterede, og så startede og sluttede mine dage med magiske kys på min nakke.

Så en dag kom jeg i tanke om en samtale, jeg havde haft med en ven, som fortalte, at han havde taget et kursus i Silva Metoden. Ideen tiltalte mig, og jeg tog hen for at overvære et introduktionsforedrag. Instruktøren forklarede et af programmets mottoer: Dag for dag og på alle måder bliver jeg bedre og bedre. Da begyndte jeg at blive mere opmærksom.

Instruktøren beskrev Dr. Carl Simonton og hans arbejde med helbredelse af *uhel-bredeligt* syge ved hjælp af visualisering, meditation og bekræftelser. Det var teknikker, som var mystiske og nye for mig. Et stort antal af disse patienter, som havde fået at vide, at der ikke var noget at gøre med konventionel behandling, reagerede her med spontane helbredelser. Hvis andre kan gøre det, så kan jeg også, tænkte jeg, men først skal jeg lære disse nye teknikker. Tre uger senere begyndte jeg på kurset. Meditation blev på kurset præsenteret som noget, der ikke var mere mystisk end en tilstand af fysisk og psykisk afslapning, hvor hjernefrekvensen er ændret fra det normale område til alfaområdet.

Jeg blev fortalt, at på dette sundere og mere kreative niveau i sindet, kunne mit sind få kontrol over kroppens tilstand. Med mit sind i ro ville jeg være i stand til, i mit sind, at se kræftsvulsten forsvinde, og, fik jeg at vide, så ville den forsvinde! Det lød som hokus pokus, men for første gang siden operationen blev jeg givet lidt håb, en chance, omend lille, for at vende min tilstand. Jeg var parat til at bruge teknikkerne.

I ca. 15 minutter tre gange om dagen, morgen, middag og aften, slappede jeg af i min krop, fra hovedet til tæerne, imens jeg talte baglæns fra 3 til 1 og fra 10 til 1. Jeg fortalte mig selv, at jeg var i en mere afslappet sindstilstand, som jeg kunne bruge til et formål, et hvilket som helst formål, jeg ønskede. På en forestillet skærm i mit sind visualiserede jeg min krop og svulsten. Hver gang jeg så svulsten, forestillede jeg mig den lidt mindre end forrige gang, jeg så den. Det var jo trods alt bare i mit sind. Jeg kunne forestille mig den på en hvilken som helst måde. Jeg forestillede mig, at jeg så kræftcellerne blive opløst af min krops naturlige forsvarsmekanismer, og jeg fortalte mig selv, at kræftcellerne blev udskilt, hver gang jeg gik på toilettet.

Hver gang jeg hørte en indre stemme, der sagde, at jeg ikke fik det bedre, fik jeg den til at tie stille ved at insistere på, at jeg faktisk var i en tilstand af forbedring. Jeg gentog for mig selv, igen og igen, i denne meditative tilstand: *Dag for dag og på alle måder bliver jeg bedre og bedre*, indtil jeg troede på det. Jeg forestillede mig, at jeg blev undersøgt af min læge, imens jeg, fnisende for mig selv, ventede på, at han skulle bekræfte, hvad jeg allerede selv vidste: at der ikke længere var nogen svulst.

Fokus på helbredende energi

Ud over mine meditationer besluttede jeg mig for at forstærke mine følelser af bedring på andre måder. I stedet for at fortælle min krop at det var svulsten der voksede, hvis jeg følte en mærkelig fornemmelse eller smerte i min krop, fortalte jeg den, at det var energi, der arbejdede på svulsten, skrumpede den, gjorde den mindre og mindre og mig bedre og bedre.

Jeg så nu frem til de fornemmelser, jeg før havde frygtet. Efterhånden som jeg følte dem mindre og mindre, fortalte jeg mig selv, at det var, fordi størstedelen af arbejdet nu var gjort, og at jeg nu var så godt som rask. Hele dagen igennem, hver dag, mindede jeg mig selv om alle de måder, hvorpå jeg blev bedre og bedre. Jeg forestillede mig, at den mad, jeg spiste, var helbredende, og at den gjorde mig sundere og sundere. Jeg mindede hele tiden mig selv om alle de mennesker, der elskede mig, og bekræftede for mig selv, at den kærlighed var energi, som kunne bruges til at styrke min helbredelsesproces.

Jeg havde ingen mulighed for at vide, om alle disse teknikker virkede eller ej, men jeg bestemte, at siden jeg fik det bedre, så virkede de måske. Min bevægelsesfrihed og mit energiniveau øgedes for hver dag, der gik, præcis som jeg fortalte mig selv. Jeg besluttede mig for at holde fast i den nye virkelighed og at fornægte den gamle virkelighed og lægens diagnose.

To måneder efter at jeg var begyndt at omprogrammere mit sind, og på etårsdagen for min operation, var jeg genstand for en grundig undersøgelse hos min læge. Jeg fortsatte med at gennemspille undersøgelsesscenen i mit sind. Jeg forestillede mig lægens ansigt, når han ikke kunne finde svulsten, og hvordan hans reaktion ville være, imens jeg vidste, at jeg var helbredt.

Lægen fandt intet galt med mig. Den samme læge, der et år tidligere havde sagt, at jeg var uhelbredeligt syg, stod nu og sagde, at han måtte have lavet en fejl. Der var ikke længere nogen svulst, og heller spor efter en. Jeg begyndte at forklare, hvad der var hændt i mit liv, men lægen forlod rummet midt i forklaringen. Det var simpelt hen ikke muligt i den verden, han levede i.

Jeg kørte grinende hjem for at fortælle Kate de vidunderlige nyheder og for at snakke om alle de ting, der tilsammen havde bragt mig tilbage til livet. For min datter Jacquelyn var det hendes fars mystiske evner til at helbrede sig selv. For Heather var det utvivlsomt hendes magiske kys, der havde betydning, og ud fra hvad jeg havde lært om kærlighedens helbredende virkning, kunne det meget vel være sådan.

Lægerne troede, at de måtte have lavet en fejl i den oprindelige diagnose. For mig var alt det bare teori. Jeg var levende igen.

Martin Brofmans historie blev oprindeligt bragt i det amerikanske tidsskrift *Prevention Magazine* og er desuden omtalt i bogen *Du er Healer* af José Silva og Robert Stone. Se mere om Silva Metoden på: www.SilvaMetoden.dk