

Ljiljana Pranjić: Ljubavi u oko nas su naš najbolji o

Razgovor vodila **Ljiljana Vukota**,
mag. psih.
Dopredsjednica udruge „SVE za NJU“
Voditeljica centra za psihološku pomoć

Kad je osnovana udruga SVE za NJU, 2008. godine, upoznala sam ženu s vizijom – **Vesnu Andrijević Matovac**. To poznanstvo, iako to tad nisam slutila, usmjerit će moj život u novom smjeru. Njezina vizija bila je kristalno jasna, a u središtu je bio Centar za psihološku pomoć ženama oboljelima od raka i njihovim obiteljima. „Svi mi kažu da samo mislim pozitivno, ali nitko ne kaže kako“, znala je s pomalo gorčine kazati. Željela je da Centar bude mjesto povjerenja, sigurnosti, stručne podrške, edukacije... Otvorili smo ga u svibnju 2010. i gradili dan po dan, i tako proteklih osam godina. Zajedno sa ženama koje dolaze, terapeutima i vanjskim predavačima istražujemo kako se nositi s bolešću, gdje pronaći snagu i ohrabrenje, kako ne posustati. Iako je neosporno da su briga i ljubav obitelji na prvom mjestu, svakodnevno otkrivamo vrijednost prijateljske ljubavi u iscjeljenju boli što je donese dijagnoza zloćudne bolesti koja poput razornog uragana poremeti život. Kako skupiti krhotine i pored silnog straha za svoj život sazidati ponovo snažnu kuću koja će odolijevati neverama koje donosi liječenje koje može potrajati godinama?

Tijekom godina srela sam mnoge žene koje su u tome uspjele. Nažalost, nemam jedan recept za sve, ali neke od njih mogu nam biti inspiracija i uzor. Sigurni smo da je to moguće, ali kako? Jedna od takvih žena jest i dobitnica *Nagrade Vesna Andrijević Matovac* koju sam upoznala u jednom od potresnih trenutaka njezina života. Poput Vesne, bolest je uza sve strahove i brige, u njoj pokretala snagu koja traži rješenje, traži izlaz. To je **Ljiljana Pranjić**. Žena koja bez imalo patetike, ali s puno emocija i vrlo otvoreno priča svoju priču i nesebično dijeli svoje iskustvo. Žena



koju možemo nazvati ambasadoricom Udruge. U prijedlogu za Nagradu stajalo je: „Ono najvažnije ne mogu dokumentirati, a to je ohrabrenje koje daje svim oboljelim ženama svojom borbom i optimizmom“.

Da je ta rečenica ključna, potvrdila je svojim riječima primajući nagradu.

● Ljiljana, što ste to kazali na dodjeli nagrade što je dirnulo sve prisutne?

Nemam dionice ni dragulje, kuću na moru niti debeli bankovni račun, ali ja se osjećam bogatom. Ja sam bogata ljubavlju jer imam toliko divnih prijatelja! Nisam postigla zavidan poslovni ili akademski

nama i slonac

uspjeh, ali ja se osjećam uspješnom: velik broj žena rekao mi je da ih inspiriram, a meni je to mjera uspješnosti u životu. Ja sam sretna žena – toliko sam ljubavi i dobrote doživjela u svojih 18 godina borbe s rakom da je jednostavno moram slati dalje jer bih inače eksplodirala od ljubavi i ljepote. U starome Japanu, kada bi se razbila keramička zdjela, slijepili bi je zlatom. Na taj bi način postala još ljepša i još dragocijenija. Na meni je par metara ožiljaka od nebrojenih operacija, ali ja sam svoje ožiljke pozlatila ljubavlju i pažnjom. Još sam ljepša i dragocijenija nego na početku borbe. Ja sam *kintsugi*. Mnogi moji dragi prijatelji nazočili su dodjeli nagrade. Moja prijateljica mi je rekla da se hrabro držala, ali onda je došla „ona zdjela“ (mislila je na *kintsugi*) i više nije mogla kontrolirati svoje emocije, zajecala je naglas. Više od pola publike bilo je ganuto i u suzama. Čini mi se da je samo ministar ostao suhih očiju.

● Mnogi kažu da je suočavanje sa sobom i spoznaja vlastite vrijednosti bitan proces u osnaživanju vlastite osobnosti, ali ponekad i najteži. Je li to i Tvoje iskustvo?

Četiri sam puta imala rak. Sa svakim sam nešto o sebi i životu naučila. Ako je prvi rak bio osnovna škola, drugi srednja, onda je četvrti doktorat! Lekciju vlastite vrijednosti naučila sam tek nakon što sam se izborila s četvrtim rakom. To je najteža lekcija. Govorim djelomično iz svoga iskustva, a djelomično i iz iskustva raznih žena (sigurno par stotina!) s kojima sam razgovarala o bolesti u ovih 18 godina. Još sam bila prilično neiskusna i naivna kada sam primijetila da je većina žena koje su bolovale od raka dojke toliko draga da biste ih kući ponijeli. Bila je to prevelika koincidencija i počela sam sumnjati da upravo u tome leži neki problem. Indirektno, upravo mi je SVE za NJU prije par godina dala potvrdu moje teze. U Udruzi ne postoje radionice „Kako se izboriti s vlastitim prenapuhanim egom“, ali postoje radionice asertivno-

sti, radionice kako se izboriti za sebe! Tek kada spoznamo vlastitu vrijednost, možemo se za sebe zauzeti. Mislim da ne postoji jedinstvena metoda i da to svako radi na svoj vlastiti način, ali mislim da je nužno da svatko otkrije koliko se ljubavi u njemu/njoj krije. Koji bismo si uopće drugi cilj i postavili u životu?

● Bolest je puno promijenila u Tvom životu ili je bolje reći da si, potaknuta bolešću, puno promijenila u poimanju sebe?

Ja sebe uspoređujem s glavicom luka. Sa svakom bolešću s mene su otpadali vanjski, nepotrebni suhi slojevi, a ostajalo je ono najvažnije, ono najvrednije, esencija mene. Nekada mi vele: „Joooj, kako baš luk, daj nađi neko ljepše voće ili povrće“, ali luk je zdrav i gotovo da nema recepta koji ne započinje s „ogulite glavicu luka“... Ostajem pri svojoj usporedbi s lukom.

Površnom promatraču sa strane moj život se može učiniti teškim – desetak operacija, četiri kemoterapije, ali ja mislim da je sve bilo savršeno. Jer me je dovelo do ove točke u kojoj sam sada. Točka u sadašnjosti u kojoj sam tako zadovoljna i sretna i zaljubljena u život i ljubav.

● Mnogim ženama si uzor. Tko su Tvoji uzori?

Jednom sam na radiju slušala mladu ženu koja je bila dobitnica stipendije. Privukla me radost u njenome glasu. Ispostavilo se da se radi o slijepoj mladoj ženi koja više neće morati putovati svakodnevno iz Ka-

štela u Split na studij, nego će moći živjeti u Splitu. Njena radost, njeno oduševljenje je bilo zarazno i inspiriralo me. Držim da svatko od nas tko se uspješno izbori sa svojom vrstom izazova u životu, može inspirirati druge ma koliko naši izazovi bili različiti.

Meni je uzor svaka osoba koja strastveno živi svoj život. To uopće nisu nužno neke velike poznate osobe. Mene će oduševiti i inspirirati svatko tko se cijelim srcem posvećuje onome što radi. Moja pedikerka koja se maksimalno fokusira na svaki nokat, na svaki prst; teta na placu koja prodaje svoje bundeve i o njima priča s puno ljubavi (a ne isključujem da im nije pričala priče dok su bundeve rasle); moj prijatelj koji radi konzultacije s ljudima i kada ga pitam na kraju dana je li umoran, on mi sa sjajem u očima veli da nije, da je u zoni; moja učiteljica plesa koja vidi ljepotu u svakoj ženi i uči nas da se ponovo zavolimo; moja prijateljica koja za par dana kreće na Camino de Santiago; ti koja se posvetiš svakoj ženi koja dođe u Udru-gu... Imam sreću da su svuda oko mene u zadnjih deset godina osobe koje svoje živote žive s puno strasti i ljubavi.

● Tko je Tvoj životni učitelj?

Prije mnogo godina jedan je čovjek sjeo pored jedne žene u avionu za Zagreb i počeo razgovarati s njom. Taj čovjek je bio moj šef, a ja sam na kraju postala prijateljica s tom ženom. Ona me je bila poslala na jedan tečaj s riječima: „Odi, to će biti dobro za tebe“. Otišla sam i našla se u →





Skica za portret ili o prijateljstvu

Uvijek sam cijenila prijateljstvo kao jednu od najvećih vrijednosti u našim životima. Kao mlada, živjela sam predrasudu da je ono vrhunsko prijateljstvo moguće samo s ljudima s kojima si odrastao, koji o tebi znaju gotovo sve tvoje zgode i nezgode, tvoje uspjehe i poraze, tvoju radost i suze... Kao, tko će sad u zreloj dobi nekome novom sve to

ispričati ili sve to slušati? Kakva zablude! Kako nezrelo! Srećom, makar i u zreloj dobi, otkrila sam da u svakoj postaji svoga životnog puta možeš sresti osobu koju ćeš prigriliti kao prijatelja iako ne znaš njezinu porođajnu težinu, pretke u tri koljena, boju (i količinu) kose u mladosti i štošta drugo. Otkriješ osobu koja je baš po tvojoj mjeri, dovoljno slična i različita, dovoljno svoja i tvoja, dovoljno nježna i ako treba oštra, dovoljno lepršava, a prizemljena, sentimentalna, ali ne patetična, beskrajno inspirativna, ranjiva i snažna, magnetična, ima puno toga što ti želiš imati, što želiš biti, od koje možeš učiti... Sretan si kad dogovorite susret, malo se dotjeraš i uzbuđen si i tako otkriješ da si naprosto zaljubljen. Ali nije to zaljubljenost ljubavnika. To je ljubav prijatelja. Vjeruješ joj, diviš joj se, pitaš se gdje je bila dosad. Takvom se meni otkrila Ljiljana Pranić. Pojavila se u mom životu, tu se nastanila i ostala. Najljepše je što je ona svjesna sebe i svjesna vrijednosti svojih prijateljstava. Zato kaže da je bogata. Ako mislite da joj je sve to bogatstvo palo s neba ili joj je naprosto genetski dano, jako se varate. Ljiljana se vraški potrudila sa sebe izgraditi baš ovakvu. Unatoč raku (zapravo njih nekoliko) ili baš zbog njih uspjela je. Nije točno da možemo učiniti sve što poželimo (kako se to često kaže osobama koje želimo ohrabriti), ali je točno da svatko tko zna kakav želi biti i ako se zaista potruži, može sebe izgraditi kao snažniju osobu koja s puno više vjere i optimizma prihvaća životne izazove. Dobro, na tom putu ponekad treba nekoga tko će joj pomoći da otkrije što zaista želi i pokaže joj put. Možda je dio puta vodi za ruku, a onda sa skrivenim zadovoljstvom promatra divnu promjenu, uživa u njezinu odrastanju i tu i tamo malo podmetne svoje rame kad zatreba. To je u Ljiljaninom životu Bruno. Kako vrijeme odmiče, sve teže ih promatram odvojeno jer znam i osjećam koliko su povezani. U prijateljstvu uživamo jednako u davanju i primanju. Znam da je Ljiljana obogatila i Brunin život, kao i moj i mnogih drugih, makar i samo virtualnih prijatelja.

Ljiljana Vukota

sobi punoj neznаница, a pred nas je izašao mladi **Bruno Šimleša**. Krenula sam na njegov tečaj. Učio nas je da smo mi ljubav i okrenuo naopačke sve što sam do tada mislila da znam o životu i o postojanju. Za razliku od drugih učitelja, Bruno je činio sve da nas osnaži i postavi na naše noge, da se sami suočavamo s izazovima u našim životima.

Moji su izazovi bili nešto veći, pa se Bruno češće morao naći uz mene. Drugi, treći, četvrti rak. Bruno je sa mnom šetao i vodio duge razgovore i polako me vodio do toga da sama spoznam što je u mojoj psihi ono što čini da se tijelo okrene samo protiv sebe. Za razliku od nekih drugih učitelja, Bruno nije nikada ostajao samo na lijepim riječima. On je čovjek od lijepih riječi, ali i lijepih djela. Iako stanuje na sasvim drugome kraju grada i ima brojne obveze, svaki put kada bih dobila dijagnozu, on je dolazio do mene samo da me zagrlj i da se isplačem u njegovom zagrljaju. Kada sam ležala i primala kemoterapije, on bi zaobišao sve stroge Kerbere – od recepcije pa do sestara – i došao da me poljubi posred čela i donese malo života na tmurnu onkologiju. Kada sam očajna tražila drugo mišljenje van Hrvatske, jer više nije bilo terapija za mene, on mi je platio avionsku kartu za Barcelonu. A kada sam dogovorila kemoterapiju u Splitu, odmah je ponudio da će me voziti na kemoterapije. Od odnosa učitelj-učenica, naš odnos se razvio u jedno prelijepo prijateljstvo. Kada

smo krenuli na tečaj, on je bio relativno nepoznat, ali kako je u međuvremenu radio i na televiziji i pisao za jedne dnevne novine, sada ga sve više prepoznaju. Kada se skupa pojavimo na splitskoj onkologiji, prilaze mu mnoge žene. On za svaku nađe vremena i sa svakom razgovora. Ja sam svaki put iznova ganuta. To su momenti u

kojima sam sigurna da je on jedan živući svetac.

Ja ne znam što bi se desilo da žena s početka priče nije sjela pored moga šefa. Tko bi mene naučio da volim i poštujem sebe, da volim i poštujem ljubav i život? Ali jest. U ovoj stvarnosti ja volim i poštujem sebe i volim i poštujem Brunu.

● Što Ti znači prijateljstvo i koliko oslonca ti pružaju prijatelji?

Prijatelji su ljubav. A ljubav je nasušna za život, bez ljubavi nema života.

Prijatelji su i moj oslonac, moja snaga. Ja sam sama, ali se tako nikada ne osjećam, jer imam mnoge prijatelje anđele koji su tu za mene kada mi je najpotrebnije. Evo jednoga konkretnoga primjera: na kemoterapiju me odveze Bruno, vrati doma i preda Goranki koja tu prvu kritičnu noć spava na sofa u mojoj dnevnoj sobi spremna da mi drži glavu nad školjkom. Prije odlaska na spavanje navrati Vera da mi aromauljima izmasira čelavu glavu, noge i ruke da se opustim i bolje zaspim. Sutra mi ručak donese Ranka, dan nakon toga Marijana. Kada malo dođem k sebi, evo meni Lori. Hoda pored mene i vuče moja kolica za plac i odvede me na kavu... Ja živim sama, ali sam u najtežim momentima uvijek bila zbrinuta kao bubreg u loju. Jer sam bogata prijateljima.

● Neka prijateljstva sklopljena su i u udruzi SVE za NJU. Kako si povezana s Udrugom?

Kada smo prije dvije godine spremale *flash mob* za Dan ružičaste vrpce na Cvjetnom trgu, prišla mi je jedna žena kratke kose i počela mi nešto srdačno pričati, a onda se zaletjela i bacila mi se u zagrljaj dok sam ja zbunjeno treptala očima. Ona je sada jedna od mojih najboljih prijateljica. A tada mi je pričala kako je pročitala priču o meni u jednom ženskom magazinu i što joj je značila. Da, neka od mojih najljepših prijateljstva skovana su kroz aktivnosti u Udruzi. Neke žene oklijevaju doći u Udrugu jer se boje da se stalno priča samo o bolesti. To je takva zablude! Rijetko je koja sredina toliko okrenuta životu kao što je Udruga! U SVE za NJU imamo cijeli niz aktivnosti koje nam pomažu da se riješimo duboko zakopana stresa od bolesti. Moje je najdublje uvjerenje da kada smo u modu *homo ludens* (ili točnije *femina ludens*), da smo tada najbliži svojoj biti, da se tada odmorimo od uloga koju nam drugi nameću i zato je svaka igra ultimativno lijekovita. A mi smo blagoslovljene najrazličitijim vidovima umjetničkog izražavanja. Radile

smo maske na radionicama umjetnice **Krune Tarle**, ja sam vodila radionice izrade krpenih čelavih anđela (tko kaže da anđeli moraju imati kovrče?) i radionicu origami leptira (leptir je simbol transformacije). Za nastup plesne skupine prošle godine izradile smo roza ruže od organze. A plesna skupina, pod vodstvom plesne umjetnice **Petre Seitz**, meni je najdraža aktivnost u udruzi. Ove godine smo nastupile već treći put i sve smo bolje! Ipak, od naše plesne vještine još je dojmljivija naša hrabrost da stanemo na pozornicu, da se izložimo. Zato kada mi nastupamo, dvije trećine dvorane ganuto plače! Nedavno je TV Nova imala jako lijepi priloga o našoj plesnoj skupini. Ali Udruga je puno više od onoga što dođe do medija. Ono što je najvažnije, ona glavna djelatnost, ono



zbog čega udruga čini promjenu u svijetu, to je stručna psihološka pomoć u Centru. Držim da je psihološka pomoć nužna za izlječenje, ali je naš zdravstveni sistem (još) ne pruža. Zbog toga je ministar jednom nazvao udrugu „dobrim duhom hrvatskog zdravstva“. Gotovo da nema žene koja se razboljela, a da nije prošla kroz Udrugu. Osim psihološke pomoći, u udruzi Sve za Nju možemo dobiti provjerene, stručne, znanstveno utemeljene informacije o

svim aspektima bolesti tijelom liječenja i oporavka.

● Za kraj Te molim opiši put jedne survivorice.

Prvi put sam se razboljela sa 33 godine. Bilo je to 2000. godine. Nakon segmentomije prošla sam kemoterapiju i zračenje. Pet godina antiestrogenske terapije. Bolest se vratila 2009. Operacija odstranjenje dojke uz istovremenu rekonstrukciju mišićem s leđa, kemoterapija, godinu dana trastuzumaba, antihormonalna terapija oralno. 2011. sekundarna rekonstrukcija. Avaj, već sljedeće godine bolest se vratila. Kemoterapija, trastuzumab, druga vrsta blokatora estrogena. A onda se 2014. još više zakompliciralo. Mete koje su nastajale jedna za drugom,

a koje, da bi stvar bila gora, čak nisu bile istoga sastava, nego je jedna bila HER i hormonski ovisna, druga nije HER, ali jest hormonski ovisna, treća jest hormonski ovisna, ali s drugačijim postotkom estrogena i progesterona. Jedan metastatski horor! Prvu polovicu 2015. godine provela sam na kemoterapiji, a nakon toga na pametnim lijekovima i injekcijama koje blokiraju estrogen. Prijelomne 2015. godine terapiju nisam mogla dobiti u Zagrebu, pa sam završila u Splitu. Od početka 2015. godine putujem svaka tri tjedna u Split i nazad. Godišnje je to skoro 14 000 kilometara. Imala sam tri i po godine mira i te su tri i po godine bile najduži mirni period od 2009. godine. Napisala sam „imala“ zato što se nedavno na ožiljku pojavila jedna lezija koju smo biopsirali i, na žalost, dobili pozitivni nalaz. Dan nakon što predam ovaj intervju, idem na operativno odstranjenje te lezije. Daljnji tijek liječenja je „kvantan“, kažem u šali, jer postoje istovremeno sve mogućnosti, a mi u ovome

momentu ne znamo koja će se obistiniti... Ali ja sam sasvim mirna jer imam divnoga onkologa u kojeg ima bezgranično povjerenje, koji je dokazao i pokazao da na njega mogu računati. Na zadnjem susretu izložio mi je sve moguće linije liječenja i zato sam usprkos okolnostima spokojna i mirna. Držite mi fige!

Dragi čitatelji, nadam se da ste, barem na trenutak, zaista to učinili! ■