

Marita G. Schmitz

Od žrtve



**do kreativne moći
- mog života**

Samoiscjeljenje uz pomoć
‡ Univerzuma i afirmacija

Marita G. Schmitz

Od žrtve do kreativne
moći
– mog života

Samoiscjeljenje uz pomoć 🙌
Univerzuma i afirmacija

Postanite ponovo kreator
svog života!

„Ponovo otkrijte ljubav prema sebi koju ste izgubili kao dijete.“

Negdje usput, ona je ostala zaboravljena—

jer ste se stalno borili ni za šta osim za priznanje i potvrdu.

Ako ste naišli na moju knjigu, onda vas ljubeći Univerzum želi da je pročitate i pustite da ona na vas djeluje magično—jer nema slučajnosti!

I.

**Moja borba za priznanje i
uvažavanje – što je dovelo do
traume i iskustva bliske smrti**

II.

**Samoiscjeljenje afirmacijama i
pomoći odozgo 🙏**

ŠTA su afirmacije - ili uvjerenja?

GDJE ih mogu pronaći?

KAKO ih koristiti?

III.

Narcizam i manipulacija:

Kako vas povrijeđenost od strane drugih
može učiniti ovisnima – i čak navesti da
krivite sebe za to.

IV.

Fibromialgija susreće menopauzu

—I, istovremeno, prkosno dijete

V.

Rivalstvo unutar porodice

Nije se radilo samo o tome da budeš najbrži, najbolji ili najpopularniji - radilo se i o tome da budeš najbolesniji (nevjerovatno, zar ne?!).

U svakom pogledu, svi su željeli osvojiti najviše bodova kod svojih roditelja kako bi dobili malo priznanja, pohvale ili zahvalnosti.

VI.

Zadatak učenja – Otpuštanje

Izlazak iz žrtve – Ponovo postati
kreator svog života: Moje putovanje
samoiscjeljenja uz pomoć Univerzuma
i afirmacija.

I vi – ponovo postanite kreator svog
života!

Ja sam živi dokaz da afirmacije
djeluju, i željela bih podijeliti svoje
znanje i iskustva s vama.

Sve je počelo kada sam prvi put
posjetila rehabilitacijsku kliniku...

Ne – nije tu počelo...

Tada sam konačno počela razmišljati o
sebi, svom životu i svemu kroz što
sam prošla...

...i razmišljati o savjetima i trikovima
koje su mi drugi nudili usput...

...podstaknuta mojim brojnim - i, za
medicinske stručnjake, ponekad
neobjašnjivim - bolovima i
poremećajima kretanja; ali prije svega,
zato što mi je psiholog rekao da sebe
definiram isključivo kroz svoja
postignuća i da je u redu da s
vremena na vrijeme kažem "ne".

Moja borba za priznanje ostavila mi je
traume - jednu od kojih sam tek dugo
nakon toga prepoznala kao iskustvo
bliske smrti.

I.

Moja borba za priznanje i uvažavanje – što je dovelo do traume i iskustva bliske smrti

Kao gradsko dijete koje je odrastalo s troje braće i sestara u narcisoidnoj porodici, živio sam bez ljubavi i empatije.

Patio sam od alergija od djetinjstva. Ipak, bio sam veselo, muzikalno, atletski nadareno i bistro dijete.

Svoju profesionalnu obuku završio sam u kancelarijskom okruženju. Nadalje, uvijek sam bio željan učenja i tražio bih objašnjenja za sve. Kasnije bih sam provjeravao i istraživao stvari.

Davao sam sve od sebe u svemu što sam radio. Bio sam izuzetno talentovan, ali od svoje braće i sestara nisam dobijao ništa osim ljubomore - nešto što me je, naravno, sputavalo. Do nedavno sam zapravo vjerovao da je rad u kancelariji moj životni posao - da ću to jednostavno raditi do kraja života, ili da je to čak i moj pravi poziv.

Ali i tu sam se samo iscrpljivao, stalno težeći priznanju i uvažavanju, sve dok na kraju nisam kolabirao. Štaviše, uglavnom su mi nudili samo privremene ugovore o radu. Jednom sam imao stalni ugovor - ali iznenada, nakon tri godine, kompanija je prodana drugoj firmi, a broj zaposlenih je drastično smanjen. Oni koji su bili posljednji zaposleni otpušteni su uz otpremninu i sporazum o raskidu. Naravno, ja sam bio jedan od njih.

Na drugom poslu imao sam trogodišnji ugovor, ali nakon samo prve godine obaviješten sam da se ugovor ne može obnoviti. To je zapravo utjecalo na nekoliko zaposlenika u kompaniji, jer smo nenamjerno zaposleni da popunimo pozicije namijenjene državnim službenicima. Drugim riječima, nisu nas trebali ni zaposliti.

Zatim smo obaviješteni da je napravljena greška i da se trebamo pripremiti da se na vrijeme počnemo prijavljivati negdje drugdje; čak su nam ponudili da nam odmah dostave preporuku za privremeno zaposlenje.

Kolega je potom podnio tužbu i zapravo uspio osigurati stalni ugovor o radu. Čuvši to, i ja sam se konsultovao s advokatom. On je zatim podnio tužbu u moje ime. I ja - pun

nade - zaista sam se bacio na posao tokom svog boravka tamo, dajući apsolutno sve od sebe. Naravno, ponovo sam pomislio: ako samo dam sve od sebe, sigurno će uspjeti - ostat ću...

Onda sam se osjećao kao da sam se prehladio; i budući da je jedan obraz počeo oticati - zbog čega je oko iznad njega izgledalo manje - pretpostavio sam da sam jednostavno bio izložen propuhu.

Međutim, nije se razvila ni prehlada, niti je otok na mom licu pokazivao znakove popuštanja.

Tako da sam na kraju odlučio da se obratim doktoru. Da bih bio siguran, odmah je naručio magnetnu rezonancu, jer se ispostavilo da patim od paralize lica (facijalne pareze).

I meni i doktorima, ovo je bilo neobjašnjivo - otuda i magnetna rezonanca. Ali nisu ništa pronašli.

Danas znam da je to bilo uzrokovano stresom - tačnije, potpunim prenaprezanjem u očajničkom pokušaju da spasim posao.

Moj doktor mi je propisao lijekove za pomoć regeneraciji živaca i preporučio akupunkturu.

Proces oporavka je trajao dosta dugo - iako sam se mogao vratiti na posao nakon samo nekoliko sedmica. Mogao sam nastaviti uzimati lijekove tokom cijelog tog perioda.

Otrprilike godinu dana kasnije – nakon što sam se prijavio na brojne druge pozicije i dobio mnogo odbijenica – još uvijek nisam imao nikakve nove izgleda za posao na horizontu.

Odjednom sam počeo patiti od niza febrilnih infekcija, jedne za drugom – ponekad prehlada slična gripi, ponekad stomaćni problemi – svaki put praćeni visokom temperaturom. Zatim sam u jednom trenutku shvatio da više ne mogu podići jednu ruku – pa sam se ponovo morao vratiti doktoru. Ovaj put sam primio injekcije u nadlakticu i rame. Savjetovano mi je da se malo odmorim, jer sam bio potpuno iscrpljen.

Tokom moje sljedeće posjete, moj ljekar opšte prakse poslao je uzorak krvi u laboratorij na analizu. Rezultati su otkrili prisustvo EBV-a (Epstein-Barr virusa) – poznatog i kao žljezdana groznica ili zarazna mononukleoza – i odmah sam stavljen na bolovanje na neodređeno vrijeme.

Tokom tog vremena, jedva sam se uspio popeti uz stepenice; većinu vremena sam

provodio ležeći, a čak i najmanji kućni posao me je potpuno iscrpljivao.

Nakon pet mjeseci, konačno sam se potpuno oporavio. Kada sam se vratio na svoje radno mjesto, pozicija je već bila popunjena, tako da sam za moje posljednje mjesece bio premješten na drugu ulogu.

I ja sam uživao raditi tamo - ali sam se već prijavio za nekoliko pozicija u svom rodnom gradu, s ciljem da počnem odmah nakon isteka mog ugovora na određeno vrijeme.

Zatim se nekoliko stvari dogodilo na mom posljednjem radnom mjestu. I ovdje sam bio na ugovoru na određeno vrijeme - ovaj put sam mijenjao stalnu zaposlenicu dok je bila na porodiljskom odsustvu. I - naravno - ponovo sam se jako trudio - više nego što je potrebno - jer mi je cilj, i ovdje, bio da konačno ponovo osiguram stalni ugovor. Uostalom, rekao sam sebi, moguće je da se stalna zaposlenica uopće neće vratiti.

Odjednom, tokom vikenda, počeo sam osjećati vrtoglavicu; preplavio me je val intenzivne mučnine i nisam mogao podići jednu ruku, pa sam morao ići u bolnicu na pregled.

Tamo mi je dijagnosticiran visok krvni pritisak. Tada sam imao samo 30 godina.

Doktor je tražio temeljne uzroke. A budući da nisu mogli biti identificirani nikakvi organski problemi, pretpostavio je da sam stanje jednostavno naslijedio od roditelja, koji su oboje patili od visokog krvnog pritiska.

Morao sam ostati u bolnici sedmicu dana kako bi mi se prilagodila doza lijekova.

Danas znam da se visoki krvni pritisak razvio isključivo zato što sam na sebe vršio ogroman pritisak – i dozvoljavao da me i vanjski pritisci opterećuju.

S vremena na vrijeme bih se mučio s disanjem, pocrvenio bih kao cvekla i hiperventilirao. Jednom prilikom me je kolega čak odvezao kod doktora. Međutim, doktor je samo primijetio – još jednom – da mi je krvni pritisak previsok. Rečeno mi je da je to samo visok krvni pritisak, da se samo trebam opustiti i da će sve biti u redu.

Međutim, do tada sam već redovno uzimao lijekove za krvni pritisak - dvije ili tri godine.

Još jednom, niko nije imao objašnjenje za to.

Danas, međutim, znam da su sve to morali biti blagi napadi astme.

Međutim, uspio sam produžiti ugovor o radu za godinu dana, jer sam pristao preći na poziciju sa smanjenim obimom posla od samo 25 sati.

Nažalost, još jednom mi je jasno stavljeno do znanja da neću moći ostati na ovoj poziciji duže od godinu dana, jer se postojeći zaposlenik trebao vratiti - spoznaja koja me je još jednom bacila u ludilo radoholizma.

Od tada patim od ponavljajućih virusnih infekcija različitog intenziteta.

Mnogo vremena sam proveo brinući se i mučeći se zbog situacije - prvenstveno zato što sam posljednjih godina imao neuobičajeno velik broj izostanaka zbog bolesti i stanja teške iscrpljenosti - od kojih su neka bila praćena nedostatkom daha i visokim krvnim pritiskom.