

Marita G. Schmitz

De la víctima



**al poder creatiu
de la meva vida**

Autocuració amb l'ajuda d
de l'Univers i les afirmacions

Marita G. Schmitz

Fora de la Víctima

Cap al Poder Creatiu de la Meva Vida

Autocuració amb l'Ajuda 🙌
de l'Univers i les
Afirmacions

Torna a ser el creador de la
teva vida!

"Redescobreix l'amor propi
que vas perdre de petit."

En algun moment del camí, el
vas deixar enrere...

perquè lluitaves constantment
per res més que
reconeixement i validació.

Si has trobat el meu llibre, l'Univers amorós
vol que el llegeixis i que el deixis fer la seva
màgia en tu, perquè no hi ha coincidències!

I.

La meua lluita pel reconeixement i l'apreciació: em va portar a un trauma i a una experiència propera a la mort

II.

Autocuració amb afirmacions i ajuda de dalt ☸

QUÈ són les afirmacions o creences?

ON les puc trobar?

COM les faig servir?

III.

Narcisisme i manipulació

Com el fet de ser ferit pels altres et pot fer dependent i fins i tot et pot portar a culpar-te a tu mateix.

IV.

La fibromiàlgia es troba amb la menopausa

I, ahora, un nen desafiant.

V.

Rivalitat dins de la família

No es tractava només de ser el més ràpid, el millor o el més popular, sinó també de ser el més malalt (increïble, oi?!).

En definitiva, tothom volia sumar el màxim de punts amb els seus pares per rebre una mica de reconeixement, elogis o agraïment.

VI.

Tasca d'aprenentatge: deixar anar

Sortint de la victimització: tornar a ser
el creador de la meva vida: el meu
viatge d'autocuració amb l'ajuda de
l'Univers i les afirmacions.

Tu també, torna a ser el creador de la
teva vida!

Sóc la prova vivent que les
afirmacions funcionen,
i m'agradaria compartir els meus
coneixements i experiències amb tu.

Tot va començar quan vaig visitar una
clínica de rehabilitació per primera
vegada...

No, no va començar allà...

Va ser llavors quan finalment vaig començar a reflexionar sobre mi mateix, la meua vida i tot el que havia passat...

...i a ponderar els consells i suggeriments que altres m'havien ofert al llarg del camí...

...impulsat pels meus molts —i, per als professionals mèdics, de vegades inexplicables— dolors i trastorns del moviment; però sobretot, perquè un psicòleg em va dir que em definia únicament a través dels meus èxits, i que estava bé que digués "no" de tant en tant.

La meua lluita pel reconeixement em va deixar traumes, un dels quals només vaig reconèixer, molt després, com una experiència propera a la mort.

I.

La meua lluita pel reconeixement i l'apreciació: em va portar a un trauma i a una experiència propera a la mort

Com a nen de ciutat, vaig créixer amb tres germans en una família narcisista, mancada d'amor i empatia.

Havia patit al·lèrgies des de petit.

No obstant això, era un nen alegre, musical, atlètic i brillant.

Vaig completar la meua formació professional en un entorn d'oficina.

A més, sempre estava disposat a aprendre i demanava explicacions per a tot.

Més tard, buscava coses i les investigava jo mateix.

Donava el millor de mi en tot el que feia. Tenia molt talent, però no rebia res més que gelosia dels meus germans, cosa que, naturalment, em frenava. Fins fa poc, creia

que treballar en una oficina era la feina de la meua vida, que simplement ho faria durant tota la vida, o que fins i tot podria ser la meua veritable vocació.

Però en aquell entorn també em vaig esgotar, buscant constantment reconeixement i apreciació, fins que finalment vaig col·lapsar.

A més, gairebé sempre em van oferir contractes laborals temporals.

Una vegada vaig tenir un contracte indefinit, però de sobte, després de tres anys, l'empresa va ser venuda a una altra empresa i la plantilla es va reduir dràsticament. Els que havien estat les contractacions més recents van ser acomiadats amb una indemnització i un acord de rescissió. Naturalment, jo era un d'ells.

En una altra feina, tenia un contracte de tres anys, però després del primer any, em van informar que el contracte no es podia renovar. Aquesta situació va afectar diversos empleats de l'empresa, ja que havíem estat contractats inadvertidament per ocupar llocs de treball designats per a funcionaris. En altres paraules, no ens haurien d'haver contractat en primer lloc.

Llavors ens van informar que havien comès un error, ens van aconsellar que comencéssim a buscar feina en un altre lloc amb temps suficient i fins i tot es van oferir a proporcionar-nos una referència laboral provisional immediatament.

Un company meu va presentar posteriorment una demanda i va acabar aconseguint un contracte laboral indefinit. En sentir això, jo també vaig consultar un advocat. Aleshores, ell també va procedir a presentar una demanda en nom meu. I jo, ple d'esperança, em vaig llançar a la feina durant aquell temps, esforçant-me fins al límit absolut.

Segurament, vaig pensar una vegada més, *si dono el millor de mi, segur que funcionarà i podré quedar-me...*

Llavors vaig començar a sentir com si estigués agafant un refredat; com que una de les meves galtes va començar a inflar-se, fent que l'ull de sobre semblés més petit, vaig suposar que simplement havia agafat un corrent d'aire.

Tanmateix, ni el refredat es va materialitzar completament, ni la inflamació de la cara va mostrar cap signe de disminuir.

Així que finalment vaig decidir anar a veure un metge. Per estar segur, em va demanar

immediatament una ressonància magnètica, ja que va resultar que patia paràlisi facial (parèsia facial).

Tant per als metges com per a mi, això era inexplicable, d'aquí la ressonància magnètica.

Però no van trobar res.

Avui sé que va ser l'estrès i el fet que m'havia esgotat completament en el meu intent desesperat de salvar la feina.

El meu metge em va receptar medicaments per ajudar a la regeneració nerviosa, juntament amb un tractament d'acupuntura. El procés de recuperació va trigar força temps, tot i que vaig poder tornar a la feina al cap de poques setmanes. Vaig poder continuar prenent la medicació fins i tot després de reprendre la feina.

Aproximadament un any després, després d'haver sol·licitat nombroses altres posicions i haver rebut molts rebutjos, encara no tenia noves perspectives laborals a l'horitzó.

De sobte, vaig començar a patir una sèrie d'infeccions febrils, una rere l'altra, de vegades un refredat semblant a la grip, de

vegades un mal de panxa, cada vegada
acompanyades de febre alta.

Llavors, un dia, vaig descobrir que no podia
aixecar un dels meus braços, així que vaig
tornar al metge. Aquesta vegada, vaig rebre
injeccions a la part superior del braç i a
l'espatlla.

Em van aconsellar que prengués un període
de repòs, ja que estava completament
esgotat.

Aleshores, durant la meva següent visita, el
meu metge de família va enviar una mostra
de sang al laboratori per analitzar-la. Em van
diagnosticar VEB (virus d'Epstein-Barr) —o
febre glandular— i inicialment em van donar
de baixa laboral per un període indefinit.

Durant aquell temps, amb prou feines podia
pujar les escales; passava molt de temps
estirada i estava completament esgotada
després de fer fins i tot la més mínima feina
de casa.

Després de cinc mesos, finalment estava en
forma de nou.

Quan vaig tornar a la meva feina, però, la
meva posició ja estava coberta, així que

durant els mesos restants del meu contracte, em van reassignar a un rol diferent.

També gaudia de la feina allà, però ja havia sol·licitat diverses posicions a la meva ciutat natal, amb l'objectiu de començar immediatament després que expirés el meu contracte de durada determinada.

Després, van passar diverses coses en aquell lloc de treball final. Aquí també tenia un contracte de durada determinada, aquesta vegada cobria la durada de la baixa parental de l'empleat fix. I, naturalment, em vaig tornar a esforçar increïblement fort, més del necessari, perquè el meu objectiu, igual que abans, era aconseguir finalment un contracte fix. Al cap i a la fi, em vaig dir a mi mateixa, hi havia la possibilitat que l'empleat fix no tornés en absolut.

Un cap de setmana, de sobte em vaig sentir marejada; Una onada de nàusees intenses em va envair i vaig descobrir que no podia aixecar un dels braços, així que vaig haver d'anar a l'hospital per fer-me una revisió.

Allà em van diagnosticar hipertensió arterial. Només tenia 30 anys en aquell moment.

El metge va buscar les causes subjacents. Com que no es van trobar anomalies físiques, va plantejar la hipòtesi que simplement havia heretat la malaltia dels meus pares, tots dos patien hipertensió arterial.

Vaig haver de romandre a l'hospital durant una setmana per ajustar la dosi de la medicació.

Avui sé que la meva hipertensió arterial es va desenvolupar únicament perquè em posava una pressió immensa i permetia que les pressions externes també pesessin sobre mi.

De tant en tant, tenia dificultats per respirar, em posava vermell com la remolatxa i hiperventilava. En una ocasió, un company de feina fins i tot em va portar al metge. Tanmateix, el metge simplement va notar, una vegada més, que la meva pressió arterial era massa alta. Em van dir que no era res més que hipertensió arterial; només necessitava relaxar-me i tot aniria bé.

No obstant això, en aquell moment, ja havia estat prenent la medicació per a la pressió arterial regularment, durant dos o tres anys.

Un cop més, ningú no va tenir cap explicació per a això.

Avui, però, sé que tots aquests devien haver estat atacs d'asma lleus.

No obstant això, vaig aconseguir que el meu contracte laboral s'allargués un any, perquè vaig acceptar canviar a un lloc de treball amb una càrrega de treball reduïda de només 25 hores.

Malauradament, es va tornar a deixar clar que no podria romandre en aquest lloc de treball més d'un any, ja que l'empleat titular havia de tornar, una constatació que em va tornar a submergir en un frenesí de workaholism.

Des de llavors, he patit infeccions víriques recurrents de diversa gravetat.