Marita G. Schmitz

Salir del victimismo y otra vez entra en tu propio poder creativo en mi vida



Autocuración con ayuda del universo y afirmaciones

Marita G. Schmitz

Salir del victimismo

y otra vez

entra en tu propio poder creativo

en mi vida

Autocuración con ayuda ☝

del universo y afirmaciones

¡Conviértete nuevamente en el creador de tu vida!

“Encuentra el amor propio que perdiste cuando eras niño”

Lo perdiste en el camino
porque simplemente luchaste por el reconocimiento y el aprecio.

Si te topaste con mi libro, entonces el querido universo dice:
que lo leas y dejes que actúe en ti, ¡porque no existen las coincidencias!

I.

Mi lucha por el reconocimiento y el aprecio, incluidos los traumas y las experiencias cercanas a la muerte.

II.

Autocuración con afirmaciones y ayuda desde arriba

¿QUÉ son las afirmaciones o creencias?

¿DÓNDE puedo conseguirlos?

¿CÓMO los uso?

III.

Narcisismo y manipulación

Cómo ser lastimado por otros puede hacerte dependiente y hacer que también te culpes a ti mismo.

IV.

La fibromialgia ocurre junto con la menopausia.

Y al mismo tiempo un niño desafiante.

V.

Competencia dentro de la familia

No se trataba sólo de ser el más rápido, el mejor, el más popular, sino también de ser el más enfermo (increíble, ¿verdad?).

En todo, todos querían sumar puntos con los padres para recibir un poco de reconocimiento, elogio o aprecio.

VI.

Tarea de aprendizaje: dejar ir

Deja de ser víctima, vuelve a ser el creador de mi vida y sánate con la ayuda del universo y las afirmaciones.

¡Conviértete nuevamente en el creador de tu vida!

Soy el mejor ejemplo de que las afirmaciones funcionan,

y me gustaría compartir mis conocimientos y experiencias contigo.

Todo comenzó cuando visité una clínica de rehabilitación por primera vez...

No, no empezó ahí...

Entonces finalmente comencé a pensar en mí, en mi vida y en lo que había experimentado...

...y pensé en los consejos que otros me han dado...

... por mis muchos dolores y trastornos del movimiento, algunos de los cuales eran inexplicables para los médicos, y sobre todo porque un psicólogo

me dijo que me definiría por el desempeño y que a veces podía decir “no”.

Mi lucha por el reconocimiento me trajo traumas, uno de los cuales sólo fue reconocido mucho tiempo después como una experiencia cercana a la muerte.

I.

Mi lucha por el reconocimiento y el aprecio, incluidos los traumas y

las experiencias cercanas a la muerte.

Crecí como un niño de ciudad con tres hermanos en una familia narcisista, sin amor ni empatía.

Conozco las alergias desde que era niña.

Yo todavía era un niño feliz, musical, deportista y brillante.

Hice mi formación en la oficina.

Además siempre tuve curiosidad y me explicaron todo.

Más tarde leí cosas yo mismo.

Hice lo mejor que pude en todo. Yo tenía mucho talento y sólo recibía celos de mis hermanos, lo que por supuesto me frenó. Hasta hace poco pensaba que trabajar en una oficina era el trabajo de mi vida y que simplemente lo haría toda mi vida, o que incluso era mi vocación.

Pero simplemente me agoté y luché por reconocimiento y aprecio hasta que en algún momento colapsé.

Sobre todo, normalmente sólo tenía la posibilidad de conseguir un contrato de trabajo temporal.

Una vez tuve un contrato de trabajo indefinido; de repente, después de 3 años, la empresa se vendió a otra persona y el personal se redujo drásticamente. Y los que habían comenzado recientemente a trabajar en esta empresa fueron liberados con indemnización por despido y acuerdo de rescisión. Claro, yo era uno de ellos.

En un trabajo tenía un contrato de 3 años y después del primer año me dijeron que el contrato no se podía prorrogar. Esto afectó incluso a varios empleados de la empresa porque ellos o nosotros nos sentamos accidentalmente en asientos de funcionarios. Así que no deberían habernos contratado en primer lugar.

Pero ahora nos dijeron que habían cometido un error y que podíamos prepararnos a tiempo para presentar la solicitud en otro lugar y nos pidieron que solicitáramos un certificado provisional.

Luego, un colega presentó una demanda e incluso obtuvo un contrato de trabajo permanente. Después de escuchar eso, también acudí a un abogado. Luego presentó una demanda en mi nombre y yo estaba lleno de esperanza y realmente agotado durante mi tiempo en el trabajo. Claro, pensé

Nuevamente, si hago lo mejor que puedo, resultará que puedo quedarme...

Entonces tuve la sensación de que me había resfriado y cuando una mejilla se volvió más gorda y

el ojo de arriba se hizo más pequeño, pensé que había cogido una corriente de aire.

Pero no resultó ser un resfriado, ni la hinchazón de mi cara quería desaparecer.

Así que fui al médico con eso. Luego le hizo una resonancia magnética para estar seguro porque resultó que era parálisis facial.

Para mí y para los médicos esto era inexplicable, de ahí la resonancia magnética.

Pero no encontraron nada.

Hoy sé que fue por el estrés y porque había trabajado muy duro para salvar mi trabajo.

Luego, mi médico me recetó medicamentos para la regeneración nerviosa y acupuntura. Me llevó un tiempo, pero al cabo de unas semanas pude volver a trabajar. Aún se puede continuar con la medicación.

Aproximadamente un año después, ya había solicitado otros puestos de trabajo varias veces y recibí muchos rechazos, todavía no tenía perspectivas de encontrar un nuevo trabajo.

De repente tuve infecciones febriles varias veces seguidas, a veces con gripe fría, a veces con gripe gastrointestinal y siempre con fiebre alta.

Entonces un brazo ya no se levantaba. Volví al médico. Luego me pusieron inyecciones en la parte superior del brazo/hombro.

Tuve que descansar un rato porque estaba realmente agotado.

Luego, en la siguiente visita, mi médico de cabecera envió una muestra de sangre al laboratorio. Aquí me diagnosticaron el virus EBV de Eppstein-Barr o fiebre glandular de Pfeiffer y al principio me pusieron de baja por tiempo indefinido.

Durante ese tiempo casi no podía subir las escaleras, me acostaba mucho y estaba completamente exhausto incluso después de la tarea más pequeña.

Después de 5 meses finalmente volví a estar en forma.

Cuando regresé a mi trabajo, ya estaba ocupado, por lo que me transfirieron a otro trabajo durante los últimos meses.

También disfruté trabajando allí, pero ya había solicitado varios puestos en mi antigua ciudad natal para inmediatamente después de que expirara mi contrato temporal.

Algunas cosas sucedieron en mi último trabajo. También en este caso tuve un contrato temporal, esta vez durante la duración del permiso parental del titular del empleo. Y, por supuesto, aquí me esforcé más, más de lo necesario, porque mi objetivo era volver a conseguir finalmente un contrato permanente. Podría ser que el titular del trabajo no regrese en absoluto, pensé.

Durante el fin de semana, de repente me sentí mareado y con muchas náuseas, y uno de mis brazos ya no podía levantarse, así que tuve que ir al hospital para un chequeo.

Luego le diagnosticaron hipertensión arterial. Yo tenía sólo 30 años en ese momento.

El médico buscó las razones de esto. Y como nada se podía diagnosticar de forma orgánica, supuso que simplemente lo había heredado de mis padres, ambos padecían hipertensión arterial.

Tuve que quedarme en el hospital durante una semana para ajustar mi medicación.

Hoy sé que la hipertensión arterial sólo se produjo porque me presioné y me dejé presionar por fuentes externas.

De vez en cuando no podía respirar, me ponía rojo e hiperventilaba; una vez un compañero de trabajo incluso me llevó al médico. Pero el médico acaba de diagnosticarle nuevamente presión arterial alta. Dijeron que era simplemente presión arterial alta, que debía relajarme y entonces todo estaría bien.

Había estado tomando mis medicamentos para la presión arterial con regularidad durante 2 o 3 años.

Una vez más, nadie tenía explicaciones para esto.

Hoy, sin embargo, sé que todos deben haber sido ataques de asma menores.
