
Marita G. Schmitz
Saindo da vitimização nisso
entre em seu próprio poder criativo da minha vida
Autocura com ajuda do universo e afirmações

Marita G. Schmitz

Saindo da vitimização

nisso

entre em seu próprio poder criativo

da minha vida

Autocura com ajuda ☝

do universo e afirmações

Torne-se o criador da sua vida novamente!

“Encontre o amor próprio que você perdeu quando criança”

Você o perdeu em algum lugar ao longo do caminho, porque você só lutou por reconhecimento e valorização.

Se você encontrou meu livro, então o querido universo quer
que você leia e deixe agir em você - porque não há coincidências!

I.

Minha luta por reconhecimento e apreciação, incluindo traumas e experiências de quase morte

II.

Autocura com afirmações e ajuda de cima ☝

O QUE são afirmações ou crenças?

ONDE posso obtê-los?

COMO posso usá-los?

III.

Narcisismo e manipulação

Como ser magoado por outras pessoas pode torná-lo dependente e fazer com que você também se culpe.

IV.

Fibromialgia encontra menopausa

E ao mesmo tempo uma criança desafiadora

V.

Competição dentro da família

Não se tratava apenas de ser o mais rápido, o melhor, o mais popular, mas também de ser o mais doentio (inacreditável, né?!).

Em tudo, todos queriam marcar pontos com os pais para receber um pouco de reconhecimento, elogio ou apreço.

VI.

Tarefa de aprendizagem – deixar ir

Deixando de ser uma vítima - sendo novamente o criador da minha vida e me curando com a ajuda do universo e das afirmações.

Torne-se o criador da sua vida novamente!

Eu sou o melhor exemplo de que as afirmações funcionam,

e gostaria de compartilhar meu conhecimento e experiências com você.

Tudo começou quando visitei uma clínica de reabilitação pela primeira vez...

Não, não começou aí...

Então finalmente comecei a pensar em mim, na minha vida e no que havia vivido...

... e pensei nas dicas que me foram dadas...

... pelas minhas muitas dores e distúrbios de movimento, alguns dos quais inexplicáveis para os médicos, e sobretudo porque uma psicóloga me disse

que eu me definiria pelo desempenho e que às vezes me era permitido dizer “não”.

Minha luta por reconhecimento me trouxe traumas – um dos quais só foi reconhecido muito tempo depois como uma experiência de quase morte.

I.

Minha luta por reconhecimento e apreciação, incluindo traumas e experiências de quase morte

Cresci como uma criança da cidade, com três irmãos, numa família narcisista – sem amor e empatia.

Conheço alergias desde criança.

Eu ainda era uma criança feliz, musical, esportiva e inteligente.

Fiz meu treinamento no escritório.

Também sempre fui curioso e tinha tudo me explicado.

Mais tarde, eu mesmo li as coisas.

Fiz o meu melhor em tudo. Eu era muito talentoso e só sentia ciúmes dos meus irmãos, o que, claro, me atrasou. Até recentemente, eu pensava que trabalhar em um escritório era o trabalho da minha vida e que eu faria isso por toda a minha vida, ou que essa era mesmo a minha vocação.

Mas eu simplesmente me esgotei e lutei por reconhecimento e apreciação até que desmaiei em algum momento.

Acima de tudo, só tive a oportunidade de conseguir um contrato de trabalho temporário.

Uma vez tive um contrato de trabalho permanente - de repente, após 3 anos, a empresa foi vendida para outra pessoa e o pessoal foi drasticamente reduzido. E quem começou a trabalhar recentemente nesta empresa foi dispensado com verbas rescisórias e acordo de rescisão. Claro, eu era um deles.

Em um emprego, eu tinha um contrato de 3 anos e, após o primeiro ano, fui informado que o contrato não poderia ser prorrogado. Isso afetou até vários funcionários da empresa porque eles ou nós ocupamos acidentalmente cargos de funcionários públicos. Então eles não deveriam ter nos contratado em primeiro lugar.

Mas agora informaram-nos que tinham cometido um erro e que poderíamos preparar-nos para nos candidatarmos noutro local em tempo útil e pediram-nos que solicitássemos um certificado provisório.

Um colega então processou e até conseguiu um contrato de trabalho permanente. Depois de ouvir isso, também procurei um advogado. Ele então entrou com uma ação em meu nome - e eu estava cheio de esperança e realmente exausto durante meu tempo de trabalho. Claro, pensei

Novamente, se eu fizer o meu melhor, poderei ficar...

Então tive a sensação de que havia pegado um resfriado e quando uma bochecha ficou mais gorda e o olho acima dela ficou menor - pensei que tinha pegado uma corrente de ar.

Mas não era um resfriado, nem o inchaço no meu rosto queria desaparecer.

Então fui ao médico com isso. Ele então fez uma ressonância magnética só para garantir, porque descobriu que era paralisia facial.

Para mim e para os médicos isso era inexplicável – daí a ressonância magnética.

Mas eles não encontraram nada.

Hoje sei que foi pelo estresse e porque trabalhei muito para salvar meu emprego.

Meu médico então me deu medicamentos para regeneração nervosa e acupuntura. Demorou um pouco - mas consegui voltar ao trabalho depois de algumas semanas. A medicação ainda pode ser continuada.

Cerca de um ano depois – já havia me candidatado diversas vezes a outros empregos e recebido muitas rejeições – ainda não tinha perspectivas de um novo emprego.

De repente, tive infecções febris várias vezes seguidas - às vezes com gripe resfriada, às vezes com gripe gastrointestinal e sempre com febre alta.

Aí um braço não levantava mais - voltei ao médico. Então recebi injeções no braço/ombro.

Tive que descansar um pouco porque estava muito exausto.

Então, na consulta seguinte, meu médico de família enviou uma amostra de sangue ao laboratório. O vírus EBV Eppstein-Barr ou febre glandular de Pfeiffer

foi diagnosticado aqui e inicialmente fui colocado em licença médica por tempo indeterminado.

Durante esse tempo eu mal conseguia subir as escadas, ficava deitado muito e ficava completamente exausto mesmo depois da menor tarefa.

Depois de 5 meses, finalmente estava em forma novamente.

Quando voltei ao meu emprego, ele já estava preenchido, então fui transferido para outro emprego nos últimos meses.

Também gostei de trabalhar lá - mas já havia me candidatado a vários cargos na minha antiga cidade natal imediatamente após o término do meu contrato temporário.

Algumas coisas aconteceram no meu último trabalho. Também aqui tinha um contrato temporário - desta vez durante a licença parental do titular do emprego. E - claro, tentei mais aqui novamente - mais do que o necessário - porque meu objetivo era novamente - finalmente conseguir um contrato permanente novamente. Pode ser que o titular do cargo nem volte, pensei comigo mesmo.

No fim de semana, de repente, senti tonturas e muita náusea, e um dos meus braços não conseguia mais levantar, então tive que ir ao hospital para fazer um check-up.

Então foi diagnosticada hipertensão. Eu tinha apenas 30 anos na época.

O médico procurou razões para isso. E como nada poderia ser diagnosticado organicamente, ele presumiu que eu simplesmente tivesse herdado isso dos meus pais, que tinham pressão alta.

Tive que ficar no hospital por uma semana para ajustar minha medicação.

Hoje eu sei que a pressão alta só surgiu porque eu me pressionei e deixei a pressão externa me pressionar.

De vez em quando eu não conseguia respirar e ficava vermelho e hiperventilado – uma vez um colega de trabalho até me levou ao médico. Mas o médico acabou de diagnosticar pressão alta novamente. Disseram que era só pressão alta, que eu deveria relaxar e aí tudo ficaria bem.

Eu tomava meus medicamentos para pressão arterial regularmente há 2 a 3 anos.

Novamente, ninguém tinha explicações para isso.

Hoje, porém, sei que todos estes devem ter sido pequenos ataques de asma.

Mas na verdade consegui prorrogar meu contrato de trabalho por 1 ano porque concordei em mudar para um cargo com apenas 25 horas.