
Marita G. Schmitz
Od obete
k tvorivej sile
- môjho života
Sebaliečenie s pomocou
vesmíru a afirmácií

Marita G. Schmitz

Od obete
k tvorivej sile

- môjho života

Sebaliečenie s pomocou ☝
vesmíru a afirmácií

Staňte sa opäť tvorcom svojho vlastného života!

„Znovuobjavte lásku k sebe samému, ktorú ste stratili ako dieťa.“

Stratila sa po ceste,

pretože ste bojovali len o uznanie a ocenenie.

Ak ste narazili na moju knihu, potom milujúci vesmír chce, aby ste si ju prečítali a nechali ju na vás pôsobiť – pretože náhody neexistujú!

I.

Môj boj o uznanie a ocenenie, vrátane traumy a zážitkov blízkych smrti

II.

Sebaliečenie pomocou afirmácií a božskej pomoci 🕯

ČO sú afirmácie alebo vyhlásenia o presvedčení?

KDE ich môžem získať?

AKO ich mám používať?

III.

Narcizmus a manipulácia

Ako vás ubližovanie inými môže urobiť závislými a viesť k sebaobviňovaniu.

IV.

Fibromyalgia sa stretáva s menopauzou

A zároveň vzdorovité dieťa.

V.

Súťaž v rodine

Nešlo len o to byť najrýchlejší, najlepší, najobľúbenejší, ale aj najchorší (neuveriteľné, však?!).

Každý chcel u rodičov získať čo najviac bodov, aby získal trochu uznania, pochvaly alebo ocenenia.

VI.

Učebná úloha – Pustiť

Z pozície obete – opäť sa stať tvorcom vlastného života a uzdraviť sa s pomocou vesmíru a afirmácií.

Staňte sa opäť tvorcom svojho vlastného života!

Som živým dôkazom toho, že afirmácie fungujú,

a chcem sa s vami podeliť o svoje vedomosti a skúsenosti.

Začalo sa to, keď som prvýkrát navštívila rehabilitačnú kliniku...

Nie, nezačalo sa to tam...

Vtedy som konečne začala premýšľať o sebe, o svojom živote a o tom, čo som zažila...

...a zamyslieť sa nad radami, ktoré som dostala...

...kvôli mojim mnohým, niekedy nevysvetliteľným bolestiam a poruchám pohybu, a najmä preto, že mi psychológ povedal, že sa definujem podľa svojich úspechov a že si niekedy môžem povedať „nie“.

Môj boj o uznanie mi spôsobil traumu – jednu z nich som si uvedomila až oveľa neskôr ako zážitok blízkej smrti.

I.

Môj boj o uznanie a ocenenie, vrátane traumy a zážitkov blízkych smrti

Vyrastal som vo veľkomeste s tromi súrodencami v narcistickej rodine – bez lásky a empatie.

Alergie mám od detstva.

Napriek tomu som bol veselé, muzikálne, atletické a bystré dieťa.

Ukončil som odborné vzdelanie v kancelárii.

Vždy som bol zvedavý a všetko mi vysvetľovali.

Neskôr som si o veciach čítal sám.

Všetko, čo som robil, som zo seba vydával maximum. Bol som veľmi talentovaný, ale moji súrodenci vo mne len žiarlili, čo ma prirodzene brzdilo. Donedávna som si myslel, že práca v kancelárii je moje životné poslanie, že to budem robiť celý život, alebo že je to dokonca moje poslanie.

Ale len som sa vyčerpával a bojoval som o uznanie a ocenenie, až kým som sa nakoniec nezrútil.

Predovšetkým som dostával väčšinou len šancu na dočasnú zmluvu.

Raz som mal zmluvu na dobu neurčitú – a potom zrazu, po troch rokoch, spoločnosť predali inej firme a počet zamestnancov sa drasticky znížil. Tí, ktorí tam začali pracovať najnovšie, boli prepustení s odstupným a dohodou o ukončení pracovného pomeru. Samozrejme, ja som bol jedným z nich.

V inom zamestnaní som mal trojročnú zmluvu a už po roku mi povedali, že zmluva sa nedá obnoviť. To v skutočnosti ovplyvnilo niekoľko zamestnancov spoločnosti, pretože sme boli omylom umiestnení na pozície vyhradené pre štátnych zamestnancov. Takže nás vôbec nemali zamestnať.

Potom nás však informovali, že urobili chybu a že by sme sa mali včas začať uchádzať o miesto inde, a dokonca nám ponúkli možnosť požiadať o predbežné hodnotenie výkonu.

Kolega následne podal žalobu a dokonca dostal zmluvu na dobu neurčitú. Keď som sa o tom dozvedel, poradil som sa aj s právnikom. On potom podal žalobu v mojom mene. A plný nádeje som sa počas svojho pôsobenia v tejto práci naozaj snažil naplno. Jasné, pomyslel som si znova, ak sa len budem snažiť zo všetkých síl, všetko sa podarí, aby som mohol zostať... Potom som mal pocit, akoby som prechladol, a keďže mi jedno líce opuchlo a oko nad ním vyzeralo menšie, myslel som si, že som sa nachladil.

Ale neprechladol som a opuch na tvári neklesal.

Tak som nakoniec išiel k lekárovi. Pre istotu mi nariadil aj magnetickú rezonanciu, pretože sa ukázalo, že ide o paralýzu tváre (parézu tváre).

Pre mňa aj lekárov to bolo nevysvetliteľné – preto magnetická rezonancia.

Ale nič nenašli.

Dnes viem, že to bol stres a aj to, že som sa tak veľmi snažil zachrániť si prácu.

Môj lekár mi potom predpísal lieky na regeneráciu nervov a akupunktúru. Trvalo to dosť dlho – ale po niekoľkých týždňoch som sa mohol vrátiť do práce. Mohol som pokračovať v užívaní liekov.

Asi o rok neskôr – uchádzal som sa o niekoľko ďalších pracovných miest a dostal som veľa zamietnutí – stále som nemal novú prácu.

Zrazu som dostal niekoľko horúčkových infekcií za sebou – niekedy s prechladnutím, niekedy s gastroenteritídou a zakaždým s vysokou horúčkou.

Potom sa mi jedna ruka vôbec nezdvihla – späť k lekárovi. Dostal som injekcie do hornej časti paže/ramena.

Povedali mi, aby som si chvíľu oddýchol, pretože som bol úplne vyčerpaný.

Potom, na mojej ďalšej návšteve, môj obvodný lekár poslal vzorku krvi do laboratória. Tá odhalila vírus Epstein-Barrovej (EBV), tiež známy ako mononukleóza, a ja som bol na neurčito práceneschopný.

Počas toho obdobia som ledva vyliezol po schodoch, trávil som veľa času ležaním a bol som úplne vyčerpaný aj po tej najmenšej práci.

Po piatich mesiacoch som bol konečne opäť fit.

Keď som sa vrátil do práce, miesto bolo obsadené, takže som bol na posledných pár mesiacov dočasne preradený na inú pozíciu.

Práca tam ma tiež bavila – ale už som sa uchádzala o niekoľko pozícií doma hneď po skončení mojej dočasnej zmluvy.

Potom sa v mojej poslednej práci stalo niekoľko vecí. Opäť som mala dočasnú zmluvu – tentoraz na dobu trvania rodičovskej dovolenky súčasnej zamestnankyne. A – samozrejme – tlačila som sa viac, ako bolo potrebné, pretože mojím cieľom bolo opäť konečne získať trvalú zmluvu. Predpokladala som, že súčasná zamestnankyňa sa možno vôbec nevráti.

Zrazu, cez víkend, sa mi zatočila hlava, premohla ma silná nevoľnosť a nemohla som zdvihnúť ani jednu ruku, tak som musela ísť na vyšetrenie do nemocnice.

Tam mi diagnostikovali vysoký krvný tlak. Vtedy som mala iba 30 rokov.

Lekár hľadal príčinu. A keďže sa nenašlo nič organické, mal podozrenie, že som ho jednoducho zdedila po rodičoch, ktorí obaja mali vysoký krvný tlak.

Musela som zostať v nemocnici týždeň, aby mi upravili lieky.

Dnes viem, že vysoký krvný tlak sa vyvinul len preto, že som na seba vyvíjal tlak a dovolil som ostatným, aby na mňa vyvíjali tlak.

Z času na čas som sa zadýchaval, sčervenal som a hyperventiloval. Raz ma dokonca vzal kolega k lekárovi. Ale lekár mi opäť

diagnostikoval vysoký krvný tlak. Povedal, že je to len vysoký krvný tlak, že sa mám uvoľniť a potom to prejde.

Ale lieky na krvný tlak som už dva až tri roky pravidelne užíval.

Nikto mi to nevedel vysvetliť.

Dnes však viem, že to všetko museli byť len mierne astmatické záchvaty.

Ale podarilo sa mi predĺžiť pracovnú zmluvu o jeden rok, pretože som súhlasil s prechodom na pozíciu s iba 25 hodinami týždenne.

Žiaľ, vtedy bolo tiež jasné, že na tejto pozícii nemôžem zostať dlhšie ako rok, pretože sa mal vrátiť predchádzajúci zamestnanec, čo ma opäť uvrhlo do šialenstva workoholizmu.