



БОЛЬ В БЕДРЕ

Моника А.

11 ноября 2008 г.

«На следующий день боль прошла»

Я хотела бы поделиться с вами интересным опытом, который произошёл у меня с моим бедром около 2 лет назад.

В то время я уже около 4 лет изучала GNM в форме семинаров, учебных групп, обмена историями и свидетельствами, много читала и делала собственные наблюдения.

Я работала в офисе, где через несколько недель планировалась специальная поставка большого количества тяжёлых брошюр. Брошюры только что были сложены мною в несколько пачек, когда я впервые начала понимать, насколько тяжёлая и изнурительная работа ожидает меня, когда придёт время нести их все в почтовое отделение.

Я не знаю точно, когда именно произошёл DHS, так как это не было большим конфликтом, которым я была занята день и ночь. Но в течение примерно 6 недель я время от времени сильно беспокоилась об этом – о том жутком факте, что именно мне придётся тащить эти чрезвычайно тяжёлые коробки весь этот долгий путь до почтового отделения. Нет, я совсем не была готова к дню этой запланированной отправки.

В день, предшествующий этой работе, я вдруг осознала, какие напряженные мысли посещали меня в последние несколько недель в связи с этой работой!

К тому моменту я была уверена, что нахожусь в конфликт-активной фазе и поэтому в скором времени у меня возникнет какая-то реакция на уровне органов; но какая именно часть тела будет задействована, я не знала.

Поэтому я попыталась успокоиться, говоря себе, что всё это не так уж плохо, что я уже пережила много более неприятных вещей, и, кроме того, не обязательно носить с собой полную коробку, а достаточно просто почаще ходить с половиной коробки

Таким был мой само-успокоительный разговор с собой, и этим мне действительно удалось разрешить конфликт! Потому что в тот же день после обеда у меня начались ужасные боли в бёдрах – настолько сильные, что мне приходилось ёрзать взад-вперёд на своем офисном стуле, чтобы найти наиболее удобное положение, способное снять острые приступы боли.

Казалось, что за последние несколько недель я действительно отреагировала конфликтом в отношении бёдер «я не справляюсь» («не вынесу этого»). Естественно, мне показалось очень интересным, что боль возникла в то время, когда я ещё не отнесла ни одной посылки!

В тот вечер, после окончания рабочего дня, я постаралась больше не испытывать стресса и не заниматься личными делами, а пойти домой, прилечь и расслабиться. На следующий день боль прошла, и больше не возникала ни при переноске тяжёлых посылок на следующий день, ни после завершения работы!

По сути, боль ощущалась только днём и вечером дня, предшествующего запланированной отправке! Поразмыслив, я думаю, что этот период был таким коротким, потому что конфликт не был таким уж драматически сильным с самого начала – и потому что я не так уж сильно напрягалась из-за симптомов, которые, очевидно, возникали в ваготонической фазе и поэтому были временными.

Если бы я не знала о GNM и о том, что боли в бёдрах начались только в фазе разрешения конфликта – тогда эти боли скорее всего, были бы объяснены тем, что я много таскала тяжестей.

Моника А.

Переведено с английской версии оригинального немецкого документа

Источник: www.LearningGNM.com