



KOSTI – KUK

Monika A.

11. novembra 2008.

„Sledećeg dana bol je nestao”

Htela bih da sa vama podelim jedno zanimljivo iskustvo koje sam imala sa svojim kukom pre oko 2 godine.

U to vreme sam već 4 godine učila GNM u formi seminara, grupa za učenje, deljenja priča i svedočenja, mnogo čitanja, i iz mojih sopstvenih zapažanja.

Radila sam u kancelariji gde smo planirali specijalnu pošiljku velikog broja teških brošura koje je trebalo poslati za nekoliko nedelja. Upravo sam složila bošure u nekoliko manjih svežnjeva, kad sam po prvi put počela da shvatam koliko me težak i naporan posao čeka kad budem morala da ih odnesem na poštu.

Ne znam tačno kada se DHS zapravo dogodio, jer to nije bio veliki konflikt kojim sam bila okupirana danonočno. Međutim, nekih 6 nedelja sam brinula s vremena na vreme, ali intenzivno – zastrašujuća činjenica je bila da ću ja morati da vučem te izuzetno TEŠKE kutije celim putem do pošte. Ne, uopšte se nisam radovala danu koji je planiran za slanje.

Dan PRE ovog zadatka, odjednom sam postala svesna koliko sam poslednjih nekoliko nedelja intenzivno mislila na posao koji me čeka!

Do tada sam već bila poprilično sigurna da sam bila u aktivnom konfliktu, i da ću zato, za kratko vreme, imati neku vrstu reakcije na nivou organa; samo nisam znala koji deo tela će biti pogođan.

Zato sam pokušala da se smirim govoreći sebi da cela ta stvar uopšte nije tako loša, da sam već preživela mnogo više neprijatnih stvari, i na kraju, ne moram da vučem celu punu kutiju; mogu da odem više puta sa po pola kutije...

Takav je bio moj utešni samogovor, i radeći to, zapravo sam uspela da razrešim konflikt! Jer, tog istog poslepodneva je počeo da me boli kuk – toliko jako, da sam se od muke pomerala napred-nazad u svojoj kancelarijskoj stolici, kako bih našla najudobniji položaj da olakšam svoje akutne, probadajuće bolove.

Izgledalo je da sam poslednjih nekoliko nedelja zapravo reagovala konfliktom „**ne mogu da izdržim**” koji je pogodio kuk. Naravno, najzanimljivije je bilo to što se bol javio, a ja još nisam odnela ni jedan jedini koverat!

Te večeri, posle radnog vremena, vodila sam računa da se ne opterećujem ličnim i kućnim poslovima i ne dodajem sebi još stresa, pa sam legla i opustila se. Sledećeg dana bol je nestao, i nije se vratio ni dok sam vukla teške pakete, ni kad je posao bio završen!

U stvari, bol sam osećala samo popodne i uveče prethodnog dana, pre planiranog slanja paketa! Mislim da je ovaj period bio tako kratak zato što konflikt od početka nije bio velikog intenziteta, i zato što nisam bila pod velikim stresom zbog simptoma koji su se očigledno dešavali u vagotoniji, i za koje sam znala da su privremeni.

Da nisam znala GNM, i da bolovi u kuku nisu počeli tek u fazi isceljenja, najverovatnije bi bili objašnjeni mojim poslom - nošenjem teškog tereta .

Monika A.

Na engleski prevedeno sa originalnog nemačkog dokumenta

Prevod: Dr Radmila Jonić

Izvor: www.LearningGNM.com