



BOL U ŽELUCU

Dominique, Otava (Kanada)

11. januara 2018.

„Potpuni oporavak, zahvaljujući GNM!”

U novembru 2005. godine, prisustvovala sam GNM seminaru koji je vodila Caroline Markolin u Otavi. Sada, 12 godina kasnije, delim svoje „GNM iskustvo”.

Na seminaru, dok je Caroline govorila o bolu u želucu, doživela sam prosvetljenje. Istog trenutka sam „znala” zašto godinama patim od grčeva u želucu; uglavnom u vreme večere. Prepoznala sam da su u pitanju šine iz mojih tinejdžerskih godina vezane za to doba dana i napete odnose u porodici.

Kao mlada žena imala sam holecistektomiju (hirurško uklanjanje žučne kese), pošto mi je na ulazu u žučni kanal nađen „benigni tumor”, koji je navodno bio uzrok mojih bolova. Na žalost, bol u želucu nije prestao.

Godine 1987. (tada još nisam znala za GNM), posetila sam gastroenterologa koji mi je dijagnostikovao mogući čir na želucu, koji laparoskopija nije potvrdila. Dobila sam lek za zaštitu želuca (Sucralfate). Uobičajeno je da se lek uzima 3 puta dnevno, ali je meni bilo dovoljna jedna doza na dan. Posle nekoliko godina sam pokušala da prestanem da upotrebljavam lek, ali su se bolovi ponovo pojavili, pa sam nastavila da ga koristim. To mi nije predstavljalo nikakav problem, a držalo je simptome pod kontrolom.

Tako je nastavilo sve dok 2005. nisam dospela na seminar. Samo saznanje da je konflikt „teritorijalne ljutnje” bio okidač mog bola u želucu, direktno me je uvelo u fazu isceljenja. Čim sam u nedelju posle seminara došla kući (17:15), počeli su bolovi isceljenja. Bolovi su bili jaki, sa grčevima u želucu, i trajali su kasno u noć (do 2 posle ponoći). Onda sam zaspala. Najbolje od svega je to da sam bila presrećna što me boli, pošto sam znala da je mojim nevoljama sa želucom kraj, i sve sam ispričala svom mužu.

U ponedeljak ujutru sam se probudila sa blagim bolom u želucu koji je potrajao ceo dan. Otišla sam rano u krevet, u 19:30, i spavala sam do 7:30 ujutru. U utorak ujutru sam još uvek imala blagi bol, bilo mi je malo muka, osećala sam se slabašno i bez energije. Takođe sam od jutra pa do 15:30 ili 16:30 imala laku glavobolju. Ali, večerala sam bez ikakvih bolova! U sredu sam se osećala vrlo dobro. Posle toga sam prestala da uzimam lek, jer sam znala da mogu bez njega.

Od tada me više ne boli želudac, a sada je 2018. godina.

Potpuni oporavak, zahvaljujući GNM!

Dominique, Otava, Kanada

Prevod: Dr Radmila Jonić

Izvor: www.LearningGNM.com