

Dostałem list od pacjentki po pół roku od naszego spotkania; miała więc dużo czasu na przemyślenia i na obserwowanie w sobie zmian. Była tylko na jednej sesji. List ten dostałem w celu opublikowania go. Pacjentka sama też go zatytułowała. Zapraszam do lektury. **ZABL**

OKOWANA NA ŻYCIE

Witam wszystkich Czytelników!

Bardzo długo zbierałam się do napisania tego listu. W sumie pół roku. Nie wiedziałam - po prostu - jak ująć w słowa to co przeżyłam. Od mojego spotkania z mgr. Stanisławem Kwasikiem wiele zmieniło się w moim życiu. To co czuję, to są silne emocje i opowiadanie o tym nie jest łatwe. Przepraszam z góry, że list jest długi, ale nie potrafiłam bardziej *streścić* swojej historii.

Czy można być zablokowanym na życie, na przeżywanie życia, na radość, po prostu na czucie? Czy można tak uwikłać się z samym sobą, że nie wie się już co jest realne, a co człowiek wmawia sobie każdego dnia? Jak można zablokować się i **czy wyjście z tego stanu**

**psychicznego
możliwe?**

oraz fizycznego jest

Dla kogoś, kto nigdy czegoś podobnego nie doświadczył, ten temat może być dziwny, ale wierzę, że osoby w podobnej sytuacji mogą tu coś dla siebie znaleźć.

Czy można tak po prostu nie chcieć żyć? Jako dziecko, później dziewczyna, teraz kobieta miałam zawsze takie uczucia. Nie rozumiałam tylko dlaczego tak się czuję. Nie rozumiałam ludzi w koło mnie i samej siebie. Nie miałam marzeń i nie wiedziałam jaki jest mój ulubiony kolor, miejsce, które bym chciała zwiedzić, i kim być, co sprawia mi radość, bo nigdy sobie na nią nie pozwalałam. Moje życie - dziś mogę to tak nazwać - zawsze wydawało mi się takie *jak za karę*

. Smutne dzieciństwo, które pamiętam tylko w strzępkach. Dorastając nie chciałam sprawiać problemów, więc starałam się jak najmniej istnieć, schować się gdzieś *w kącie*

i tam sobie przeczekać wszystkie burze. Moja mama miała wystarczająco dużo problemów z pijącym tatą i ze zbuntowanymi siostrami. Obralam zatem sobie taką taktykę: nic nie chcieć, nie prosić, nie wymagać, nie marzyć. Okres dorastania był bez buntu. Bardzo surowe wychowanie przez rodziców, którzy absolutnie nigdy nie byli dla mnie autorytetem.

Pamiętam do dziś słowa taty:

waszym psim obowiązkiem jest to czy tamto

• Nie wolno było nam mieć własnego zdania, a ja nie miałam na tyle odwagi, żeby przeciwstawić się. Trzeba wybaczać i kochać: to ja też; trzeba szanować rodziców, nie ważne jak cię traktują:

to ja też; nie wolno sprzeciwiać się, bo nie będzie się lubianym i to nie wypada: to ja też. Zawsze bardzo karmiłam się myślami, chciałam być perfekcyjna. Wyrobiłam sobie nową teorię na życie. Tak bardzo chciałam być akceptowana i lubiana przez wszystkich, że *ustawiałam siebie pod innych*

I tak pomału

znikała

moja osobowość i i narastały stłumione emocje

. Z czasem tak naprawdę wygodniej było zwalić winę za swoje życie na kogoś, a samemu ukryć się i pozwolić, aby ktoś podejmował za mnie decyzje.

Zapłaciłam za to bardzo wysoką cenę. Im dalej, tym większe wyrzuty sumienia. Niesamowite było jednak zawsze to, że w głębi serca czułam, jak uchodzi ze mnie energia, i odczuwałam, że chcę czegoś innego, tylko nie potrafiłam tego nazwać i sama zmienić. Po prostu czułam, że jestem inna, tylko nie wiedziałam, czy wolno mi nią być. Niszczyły mnie moje własne lęki, obawy i świadomość bycia dzieckiem bez osobowości. Panika i strach mogą naprawdę paraliżować. ktoś zapytał: skąd te uczucia, przecież życie jest stresujące nie tylko dla ciebie, może być wiele przyczyn prowadzących do takiego stanu?

Dużo czasu minęło zanim trafiłam do mgr. Stanisława Kwasika. Mam obecnie 25 lat i pewnie też tyle walczyłam sama z sobą, nakręcałam się i jednocześnie świadoma mojego stanu szukałam ratunku. Przytoczę słowa jednej z czytelniczek i autorki komentarza do artykułu **PRZE BACZENIE**

:

...niejednokrotnie odnosiłam wrażenie, że wyważam otwarte drzwi pracując nad sobą. Doskonale rozumiem, bo to samo robiłam przez lata.

Na początku myślałam, że wszystkie dolegliwości fizyczne, które odczuwałam, to tylko ciało (silne bóle kręgosłupa, sztywnienie pleców, bioder, dłoni, bóle głowy, coraz to większa apatia i pograżanie się w bólu oraz to straszne uczucie otępienia umysłu). Później powoli zaczęłam uświadamiać sobie, że jest coś nie tak z moim sposobem myślenia. Zablokowana na czucie, przyjemności, radość, na widzenie w sobie piękna, wewnątrz walczyłam sama z sobą. Opisuję to wszystko, aby pokazać, że **tak jak zapadanie w chorobę jest procesem, czyli dzieje się to w czasie, tak też proces zdrowienia i otwierania umysłu potrzebuje czasu.**

Wierzę, że Opatrzność i ten *ktoś* - kto dla innych będzie to *coś* - nieustannie walczyć będą o człowieka, powołując go do życia, na przekór wszystkiemu dając mu siłę i stawiając na jego

drodze ludzi, którzy mogą mu pomóc. Musimy chcieć tylko to zauważyć. Tak właśnie trafiłam do mgr. Stanisława Kwasika. Kiedyś ktoś powiedział mi, że mam

sztywny umysł

, i że nikt i nic nie jest mi w stanie pomóc, jeżeli sama tego nie zrobię. Rozgoryczona wpisałam w wyszukiwarce:

sztywny

umysł

. I tak pomiędzy różnymi internetowymi linkami znalazłam artykuł Pana Stanisława
UZDRAWIANIE MISTYCZNE - USPRAWNIEĆ UMYŚŁ.

Każdy, kto przeczyta kilka Jego artykułów, zauważy, jak On podchodzi do człowieka, jak rozważa problem i jakich metod używa. Każdego zachęcam, ponieważ to najlepszy sposób, aby wyrobić sobie własne zdanie na temat uzdrawiania konkretnej osoby.

Podczas spotkań - krok po kroku - Pan Stanisław uświadamiał mi, jak ja siebie widzę, a jak mogę postrzegać się, zaczynając od wyglądu zewnętrznego, aż po sposób myślenia. Pan Stanisław pokazywał mi, że ja **mogę akceptować siebie, kochać siebie**, że ja **mogę wyrazić**
stłumioną w

dzieciństwie złość i rozczarowanie

. To takie niby proste, oczywiste rzeczy, a jednak

potrzebowałam czyjegoś poparcia, pozwolenia, aby móc to zrobić, przeżyć i przebaczyć

. Podczas spotkań uświadomiłam sobie, skąd we mnie tyle niechęci do samej siebie, skąd wzięło się zagubienie, a następnie choroba. Pamiętam tylko urywki z mojego dzieciństwa, ponieważ pewnie nie chcę pamiętać! Nigdy nie chciałam wracać do lat dzieciństwa. Do dziś nie wiem, ile stłumiłam w sobie emocji i jakie to one były. Jakie emocje zostały mi przekazane, jak jeszcze byłam w łonie matki i jakie myśli, uczucia wysłałam z jej mlekiem. Jak mnie

zaprogramowano

. Każdy z nas może przyjąć inny sposób obrony przed własnymi traumatycznymi przeżyciami. Ja założyłam sobie coś na szyję. Urodziłam się z pępowną dookoła szyi, co wiem od mamy. Poza tym, podczas seansu u Pana Stanisława, uświadomiłam sobie, jak mi było w łonie matki: zimno, niewygodnie, za mało miejsca, wszystkie ścianki mnie obkurczały. Teraz wiem, że tak zaplątana jestem w całym moim życiu w jakiś sznur.

Sama płaczę się w moich negatywnych myślach i jeszcze bardziej wzmacniam **pancerz**

który założyłam sobie na własny umysł!

.dzisiaj wiem, jak - brak dzieciństwa i przymus przetrwania w świecie dorosłych dla dziecka - może wypaczyć obraz świata dorosłego życia, które pewnego dnia zaczyna naprawdę przerastać,

aż do myśli samobójczych

. Myślałam, że ta moja skorupa pomoże mi przetrwać wszystko, bo nie będę czuć, będę kontrolować swoje myśli i pragnienia. Będę mieć wszystko pod kontrolą.

Wiem, że moje uzdrawianie dopiero się zaczęło, będzie trwało i już się cieszę na samą myśl o tym. Nigdy bym nie odważyła się spojrzeć jeszcze raz do tyłu, by zacząć coś nowego teraz, gdyby nie Pan Stanisław. Zauważyłam, że już jestem spokojniejsza, cierplivsza dla siebie i innych, zaczynam patrzeć inaczej i widzę sprawy życiowe już w innych kolorach. **Zaakceptowałam siebie**

Codziennosc nie jest już paraliżująca, a ludzie z silną osobowością nie przerażają mnie. Wiem skąd wzięła się moja nerwica i fizyczne dolegliwości. O wiele łatwiej mi rozumieć samą siebie teraz, kiedy wiem nad czym pracuję i do czego dążę

. Chciałabym rozwijać się duchowo aby przejąć przez to życie prawdziwie odczuwając. Chcę czuć smaki, widzieć kolory i rozluźnić swój umysł. Chcę być otwarta, bardziej elastyczna. Chcę patrzeć na siebie z szacunkiem i miłością. Wiem, że muszę zacząć najpierw od uzdrowienia siebie, żeby pokochać i otworzyć się na innych ludzi oraz mieć im co dać z siebie.

Pozdrawiam serdecznie wszystkich, którzy odnajdą samych siebie w mojej historii i zachęcam do pracy nad sobą. Pamiętajmy tylko, że nie ma sensu walczyć samemu z sobą, ale czasami powinniśmy wpuścić do swojego świata kogoś, kto może pomóc nam profesjonalnie. Taką osobą jest właśnie mgr Stanisław Kwasik.

URSZULA