



Pisana na temelju osobnog iskustva ova knjiga je istovremeno svjedočanstvo višegodišnje borbe s depresijom, kao i koristan priručnik s mnoštvom praktičnih savjeta u domeni ,self-help, literature. Polazeći od znanstveno dokazane teze da kemijska neravnoteža u mozgu uzrokuje psihičke promjene, autorica otkriva kako prepoznati obrazac depresivnog razmišljanja i uspješno ga promijeniti.

Rođena s nasljednom sklonošću depresiji u obitelji u kojoj je godinama trpjela seksualno nasilje, prerani gubitak majke bio je ,otponac, koji je potakao višegodišnja suicidalna razmišljanja. Pokušaji samoubojstva bili su, po vlastitom priznanju, pozivi u pomoć kojima je iskušavala svoju terapeutkinju, kao i sredstvo privlačenja pažnje porodice i okoline. Tek nakon tri neuspjela pokušaja i sedam godina začaranog kruga, uspjela se othrvati ovisnosti predoziranja u kriznim životnim trenucima.



Tražeci odgovore u sebi naišla je, uz pomoćiskusne terapeutkinje Sylvie, na vrelo duhovnosti koje je potakla meditacijom, molitvom i muzikom, te krenula putem psihičkog i fizičkog iscjeljenja. Danas, u 35. godini Susan Rose Blauner organizira Saving Lives Tour, održava predavanja i radionice, ima stabilnu ljubavnu vezu, a iako sama priznaje da će se do kraja života boriti sa suicidalnim mislima, našla je dovoljno snage i hrabrosti da s nama podijeli otkrivenu vjeru u sreću.



Susan Rose Blauner

Preživjela sam osamnaest godina opsjednutosti suicidalnim mislima i tri suicidalna čina... U tom sam raz

Dr Vesna Vučićević

www.susanroseblauner.com

Izdanje: VBZ.hr