FORUMS POUR L'ENTOURAGE

LA SOUFFRANCE

Par Québécoise Posté le 10/06/2020 à 18h23

La souffrance intérieur , elle est en dedans de soi, l’autre la met au grand jour.

L’alcoolique est souffrant, l’alcool est son médicament.
J’ai des souffrances et je me voile la face en focalisant sur l’alcoolique.

Ma souffrance est une névrose, parce qu’une névrose c’est un comportement qui n’est pas adapté au bien-être. C’est un comportement qui m’a déjà servi lors d’une souffrance et que je répète encore.

Ex: mon père était peu présent petite, je me suis donc isolée mentalement. Maintenant je choisis d’aimer un homme qui est inaccessible, puisqu’il est bcp ds sa souffrance. j’accepte que ça m’a fait de la peine de me sentir abandonnée petite. C’était une perception et une réaction nécessaire à ce moment . Maintenant je pratique le respect de mes limites de m’aimer.

Les limites qui sont dépassées, sont celles que je n’ai pas respectées.

Ma blessure se referme et je vois la belle cicatrice qui me rappelle que je peux être mon propre père. En me disciplinant en acceptant les situations comme des apprentissages.

J'aime un homme qui consomme bcp d’alcool, je le vois comme un être en souffrance. Je ne peux pas changer l’autre, je peux à travers cette souffrance qui raisonne en moi, guérir les miennes.

Courage x