

La blessure du rejet

Publié le 14 avril 2016 par Alexandra Julien



Un Ami, un Amour, c'est quelqu'un qui dans un premier temps, vous respecte.

Pourquoi s'obstiner à continuer une relation avec quelqu'un qui ne vous regarde pas à votre juste valeur et qui cherche même à vous rabaisser?

Que cherchez-vous ainsi en continuant d'accorder votre présence ou à tendre la main à quelqu'un qui vous méprise ? Son regard ? Son attention ? Son amour?

La blessure du rejet est la cause numéro 1 de cette attitude.

Chercher indéfiniment à être aimé de ceux qui repoussent, ou rabaisent. Mais on ne peut contrôler que soi. On ne peut se changer que soi.

Et il y a bien peu de chance pour que quelqu'un qui vous mente sans fin finisse par vous être loyal, et quelqu'un qui vous méprise finisse par vous ouvrir les bras.

Oui, cela ravive la blessure, oui, cela fait mal.

Mais ce type de relation ne se présente que pour une chose : par votre attitude d'obstination, vous ne vous respectez pas vous-même. D'autres personnes seront là pour vous.

Les bases d'une relation sont le respect, la loyauté, la sincérité.

Il est possible que lorsque vous prendrez la décision de tourner le dos aux personnes qui vous méprisent, celles-ci se mettent à revenir. Evidemment, leur ego est blessé.

Ne croyez pas forcément à un changement de la personne, pensez à vous préserver un peu.

Cela s'appelle bien souvent tout simplement un jeu psychologique.

A lui/elle aussi, il va falloir qu'il se sente bien sans votre regard. Ce n'était pas qu'il tenait forcément à vous, non. Mais quand même, vous étiez là, c'était flatteur.

Il est grand temps de vous permettre l'épanouissement relationnel. Que ce soit au niveau amical ou amoureux. Faites le pas vers les personnes qui vous accordent de l'attention. Mais ne comptez pas sur elles pour tout faire et vous soigner de votre blessure !

Ce travail, c'est à vous de le faire. Et un très bon moyen pour commencer, c'est de dire stop aux situations où on ne vous respecte pas.

Alexandra Julien - Thérapeute Holistique et Energétique

<http://www.accompagnementmieuxetre.com/2016/04/la-blessure-du-rejet.html>