

GDC S1-07 La nature des blessures 1^{ère} partie

Le manque d'amour et le rejet

Bonjour les amis ! Bonjour, bonjour ! Bienvenue dans les podcasts de Réparateur des brèches.

Toujours heureux de vous retrouver pour un nouvel épisode dans la série « la guérison des coeurs brisées », et après avoir étudié l'origine des blessures, nous allons commencer l'étude sur la nature des différentes blessures.

Bien que nous ayons tous des vécus différents, on va pouvoir classifier tous nos ressentis de blessures dans six natures de blessures distinctes.

Le manque d'amour ou d'affection, le rejet, l'abandon, l'injustice, la trahison et l'humiliation.

Avant qu'on entre dans le détail, j'aimerais quand même préciser une petite chose, c'est que chacune de ces six blessures peut ou je dirais même a de fortes chances d'être générationnelles.

Et dans le cas des blessures générationnelles, on dit qu'elles sont un terrain fertile pour les blessures. C'est à dire que si tu as une blessure de rejet qui a été transmise par le générationnel, ça veut dire qu'il y a en toi un terrain qui a été préparé pour recevoir la graine de rejet qui va donner naissance à cette blessure. Donc les événements dans nos vies vont agir dans ces cas là comme un déclencheur pour les blessures.

Alors on va commencer avec le manque d'amour. Et la première chose que l'on peut dire, c'est ce n'est pas parce que tu n'as pas ressenti l'amour de tes parents que tu n'as pas été aimé. L'expression de l'amour ou la façon dont on aime être aimé est différente pour chacun.

Le pasteur et conseiller conjugal Gary Chapman a écrit un livre qui s'intitule « les cinq langages de l'amour », et il explique que chacun d'entre nous va exprimer ou aime être aimé dans un ou plusieurs de ces cinq langages.

Et ces cinq langages sont les paroles valorisantes, les moments de qualité, les cadeaux, les services rendus et le toucher physique.

Et si vous souhaitez en savoir plus sur ces langages de l'amour, et bien allez lire le livre et vous pourrez même sur internet trouver un test qui vous permettra de définir dans quel langage d'amour vous vous situez.

Alors je pense que vous avez tous compris que si le langage d'amour de vos parents n'est pas le vôtre, et bien certainement que vous n'avez pas ressenti leur amour ou leur marque d'affection. Nous allons voir trois types de carences qui ont pu définir un manque d'amour.

La première c'est un manque d'apport affectif et ça tu vas le ressentir lorsqu'il n'y a pas d'attention, lorsqu'il n'y a pas d'affection, de chaleur ou de présence amicale.

La deuxième carence c'est un manque d'empathie et ça c'est défini parce que peut-être que tu n'as trouvé personne pour t'écouter, ou personne à qui tu as pu parler.

Et la troisième carence qui va définir un manque d'amour, c'est le manque de protection. Peut-être que tu n'avais pas de figure paternelle ou maternelle, ou bien tes parents étaient bien présents mais ils ne te montraient pas une figure paternelle ou maternelle, ils ne t'ont pas mis de cadre, ils ne t'ont jamais appris à avoir des repères et des limites.

Alors comme on l'a déjà expliqué, les blessures que nous avons vécues ont façonné notre caractère et notre comportement. Et entre autres dans le manque d'amour, ce qui va caractériser cette blessure, c'est l'instabilité.

Et cette instabilité nous touche dans quasiment tous les domaines de notre vie, qu'elles soient professionnelles, sentimentales, amicales et relationnelles.

Alors si l'instabilité est le trait de comportement qui va dominer dans une blessure de manque d'amour, il y a bien évidemment d'autres types de comportements que l'on va retrouver chez les uns et les autres.

En voici quelques-uns.

Difficulté à gérer l'expression de l'affectif. Pas très affectueux. A du mal à donner de la tendresse ou d'aimer. Bloque ses émotions. Manque d'empathie. Mauvaise estime de soi. Ne pense pas être capable de réussir, de briller professionnellement et d'être un ou une bonne partenaire. Sentiment de ne pas mériter le meilleur. Peur de l'abandon. Fuite de toute forme d'engagement ou une tendance à saboter la relation. Cherche la reconnaissance et l'affection des autres, comme une sorte de validation. Cherche à combler le vide qui les ronge, ce que les parents n'ont pas donné. Dépendance affective. Comportement agressif de colère et rancune.

Alors mon ami, si tu te retrouves dans ces traits de caractère et de comportement, et bien c'est que certainement tu as souffert et tu souffres peut-être encore de ce manque d'amour que tu n'as pas reçu dans ta petite enfance et que certainement depuis tout ce temps tu cherches à combler ce manque. Parce que le manque d'amour c'est comme un vide dans ton cœur qui va te pousser à essayer de remplir ce manque par des passions, par des relations affectives, relationnelles mais qui ne pourront jamais te combler parce qu'il faut traiter le problème à la source.

Seul l'amour du père pourra venir combler ce vide qui est en toi depuis ta petite enfance.

La deuxième blessure que l'on va traiter aujourd'hui c'est celle du rejet.

Le rejet se manifeste de trois façons différentes.

Tu peux te sentir rejeté, tu peux rejeter les autres et tu peux te rejeter toi-même. Alors le rejet peut se manifester dans ta vie de l'une ou l'autre façon ou voir les trois en même temps.

Le rejet peut provenir d'une blessure directe et ça commence dès le fœtus par le rejet de la mère et pour cela il peut y avoir plusieurs raisons.

Peut-être que la conception est due à un viol ou un inceste, ou c'est peut-être une erreur de jeunesse, ou comme on dit un mauvais timing ou peut-être que tu n'as pas été désiré mais accepté.

Mais le rejet peut être aussi causé par un déni de grossesse. Mais dans tous les cas même si tu as accepté par la suite la semence de rejet a déjà été semée dans ton terrain fertile.

Le fœtus peut être aussi touché par une blessure indirecte de rejet, lorsqu'il subit le rejet du père ou le rejet de la famille, et là c'est encore le ressenti de la maman qui va être transmis au fœtus.

Et puis il y a une troisième voie d'accès pour la blessure de rejet qui cette fois ci n'est plus dans le fœtus mais dans notre petite enfance c'est par répercussions.

Ce sont des paroles répétées, ces paroles que tu entends sur ton physique, ton mental, ton intellect, peut-être ton origine ethnique ou religieuse.

Mais ça peut être aussi par une mise à l'écart, de tes parents, de tes frères et sœurs, de ta famille élargie mais peut-être aussi à l'école et des autres enfants.

Alors pour cette blessure aussi il y a des traits de caractère et des comportements qui sont très marqués. Et ce qui va caractériser le comportement dans la blessure du rejet c'est la fuite. Et là aussi ça touche tous les domaines de notre vie.

Alors voici quelques traits de caractère et de comportement qui sont caractéristiques à cette blessure de rejet.

Peur du rejet de l'autre, tendance à l'isolement, solitaire, à l'impression de passer inaperçu, sentiment d'infériorité, recherche l'approbation, l'affection, la reconnaissance, perfectionniste, une grande capacité d'adaptation aux autres. Mais le paradoxe c'est qu'il a peine à s'intégrer dans un groupe, adulte rêveur, rêveuse, a du mal à aller au bout de ses envies, il y a de la colère, dépression, anxiété, jalousie, addiction. Et il a peur de l'abandon, de décevoir et de perdre l'amour des autres.

Alors si tu t'es reconnu dans une majorité des traits de caractère et de comportement que nous venons de citer, c'est que certainement tu es animé par cette blessure de rejet et que tu as besoin là aussi de guérison et de la guérison du Père qui a envoyé son Fils unique pour mourir à notre place, afin que nous ne soyons plus orphelins, mais réconciliés avec Lui et adoptés par Lui en Jésus Christ et que par son Esprit le coeur des Pères soit ramené aux enfants et que le coeur des enfants soit ramené au Père.

Voilà les amis, c'est la fin de cet épisode, c'était la première partie sur le thème de la nature des blessures de l'enfance.

La prochaine fois, nous verrons la blessure d'abandon et d'injustice.

Et pour ma part, il me reste à vous souhaiter une bonne réflexion autour de l'identification des blessures de notre enfance.

N'oubliez pas d'intégrer le Saint-Esprit dans toute cette démarche, c'est très important les amis.

Je vous dis à la prochaine fois, je vous embrasse tendrement dans l'amour de notre Seigneur Jésus Christ, avec tout mon amour, à très bientôt.

N'oubliez pas que vous pouvez retrouver le texte intégral de ce podcast dans notre site internet www.reparateurdesbreches.fr ou www.reparateur-des-breches.fr.

Vous pouvez nous adresser vos questions à « reparateurdesbreches@gmail.com ».