

**Extrait du livre *Les 5 blessures qui empêchent d'être soi-même*  
par Lise Bourbeau**

**CHAPITRE 3  
L'ABANDON**

...Selon mes observations, la blessure d'abandon est vécue avec le parent du sexe opposé. Par contre, j'ai remarqué que très souvent une personne souffrant d'abandon souffre aussi de rejet. Étant jeune, elle s'est sentie rejetée par son parent du même sexe et abandonnée par le parent du sexe opposé qui, selon elle, aurait dû s'occuper davantage d'elle et aurait surtout dû veiller à ce qu'elle soit moins rejetée par l'autre parent. Un enfant peut vivre une expérience où il se sent abandonné par son parent du même sexe mais, en réalité, c'est la blessure de rejet qu'il ressent avec ce parent. Pourquoi ? Parce que son parent du même sexe qui ne s'occupe pas de lui agit ainsi parce qu'il se rejette lui-même et c'est ça que l'enfant sent au plus profond de lui-même. Lorsqu'un parent se rejette et qu'il a un enfant du même sexe que lui, il est tout à fait normal et humain qu'il rejette cet enfant, même inconsciemment, car celui-ci le ramène à lui-même constamment. L'exemple de la dame qui a perdu son père à 18 ans illustre bien cette double blessure de rejet et d'abandon.

En approfondissant davantage cette étude de caractère, tu réaliseras que la majorité des gens ont plusieurs blessures. Toutefois, elles n'ont pas toutes le même degré de douleur.

Ceux qui souffrent d'abandon ne se sentent pas assez nourris affectivement. Le manque de nourriture physique peut aussi causer la blessure d'abandon qui commence habituellement avant l'âge de deux ans. Le masque que l'humain se crée pour tenter de se cacher sa blessure est le masque de DÉPENDANT. J'utiliserai donc ce mot pour décrire la personne qui souffre d'abandon. Je l'appellerai tout au long du livre le dépendant.

Ce masque est caractérisé par un corps qui manque de tonus. Un corps long, mince et qui s'affaisse indique une blessure d'abandon plus importante. Le système musculaire est sous-développé et semble ne pas pouvoir tenir le corps droit tout comme s'il avait besoin d'aide. Le corps exprime exactement ce qui se passe à l'intérieur d'une personne...