NO BUSCAR LA AUTO COMPASIÓN:

Posted on agosto 13, 2014 by Administrador

Category: Vivencias

Cuando estábamos en carrera de consumo nos
Complacíamos cumpliendo un triste papel: el de una pobre
Víctima que necesitaba que se satisficieran todos sus deseos
Y caprichos. Éramos narcisistas y egoístas a más no
Poder.

Nos victimizábamos porque sabíamos que de ello
Podíamos obtener alguna ventaja (para nuestra enfermedad,
Obviamente). De esta manera, manipular nuestro
Entorno se convirtió en una rutina, sin tener en cuenta
A quienes lastimábamos y cuánto daño nos hacíamos a
Nosotros mismos. Estos son los diferentes disfraces de la
Autocompasión.

La victimización y la autocompasión se convirtieron
Así en dos caras de una misma moneda, convirtiéndose
En eje central de nuestra podredumbre.

Si bien es cierto que a todos, sanos y enfermos, nos
Gusta sentirnos mimados y valorados por los demás, en
Nuestro caso, sólo eran aceptadas “la preocupación”, “la
Atención” y “la valoración” si no criticaban nuestra enfermedad.

“La autocompasión en nosotros es comodidad y

Sabemos usarla mucho en nuestro beneficio, lo contrario

Es actuar ante la adversidad."

Lorenzo S., 49 años, Fase IV