

I DISTACCHI NELLA NOSTRA VITA, QUALI MODIFICHE HANNO PORTATO?

1. Imparare a cavarmela da sola. Accettazione della scelta. Ripresa di me stessa.
2. Nella mia persona ha cambiato l'amore per me stessa e le relazioni con altre persone. Mi fido meno (campo lavorativo) mi sento inadeguato.
3. Nella mia persona e con gli altri : mi sento più sola ma sto cercando di cambiare. Nella relazione con Dio: prego molto...prima no.
4. Sconforto. Paura del nuovo. Solitudine. Rabbia. Maggiore consapevolezza ed empatia in ambito professionale.
5. Tantissime sofferenze, mi manca tutto di lui e non riesco a stare senza di lui.
6. Dare priorità ai problemi, ai fatti. Vedo la vita in modo diverso.
7. Ho riscoperto la mia fede. Ho sentito tanta solitudine. Imparato ad accettare la lontananza.
8. Il distacco dalla vita lavorativa mi ha regalato nuove relazioni con persone della mia infanzia e persone nuove.
9. Hanno modificato profondamente la mia visione del futuro. Hanno modificato alcune scelte. Hanno modificato la mia idea di vita oltre la morte. Hanno risolto alcune paure. Hanno cambiato valori e priorità.
10. La morte dei miei genitori mi ha resa più responsabile nel prendere in mano la vita, l'organizzazione della casa.
11. La morte del papà mi ha aiutato ad essere più attaccata alla mamma, quella della mamma ad aiutare di più chi soffre. La morte di mio marito con cui tanto eravamo uniti mi ha lasciato un grande vuoto che non si rimarginerà più.
12. Morte della mamma, percezione del fatto che può non esistere un domani. Amare oggi. Bisogno di vedere i propri cari con costanza.
13. Senso di impotenza per non aver saputo comprendere le difficoltà dell'altro.
14. Separazione, libertà. Lutto e dolore, distacco dalle persone che non possono "dare" nulla.
15. I distacchi mi hanno portato a mettermi nei panni di altri e a capirli, finalmente. Mi sento più comprensiva, più possibilista, più aperta.
16. Tutto, dopo la morte di mio padre.
17. Cercare aiuto. Trasformazione, Allontanamento. Forze che non credevo di avere.
18. Matrimonio. Maggiore autonomia, sono cresciuta come persona, nell'attenzione verso l'altro, nel considerare maggiormente i miei difetti. Mi ha permesso nuove relazioni.
19. Cercare di mantenere delle relazioni profonde. Cercare di voler bene agli altri.
20. Mancanza di soldi, fatica, tanto lavoro, arrabbiature, poco tempo.
21. Maturità inattesa. Maggior empatia, minor timidezza. ... considerazione Dio = Universo. Maggior consapevolezza della coscienza e spiritualità.

22. Revisione della vita.
23. (Frustrazione Senso fallimento) Rivalsa – “Attività”. Movimento. Maggior coscienza (concentrazione su sé). Imparare a fare scelte. Disorientamento.
24. Nella relazione con Dio, iniziale rabbia, ingiustizia poi accettazione. Nella mia persona malessere interiore, dolore, depressione, mancanza di stimoli. Nel rapporto con gli altri, distacco, ricerca risposte, consolazione.
25. Avvicinamento a Dio. Mancanza di fiducia nelle altre persone. Paura di stare male.
26. Cambiamento totale difficile da accettare.
27. Sensazione di rinascita e sensazione di solitudine di non avere forze di proseguire la mia vita.
28. Maggiore disponibilità all’ascolto anche di me stessa. Cambiamenti nella scala dei valori. Una gestione del tempo dove ci devono essere momenti per me stessa.
29. Distacco. Isolamento. Dolore, depresso, non confidato.
30. Modifiche. Tono dell’umore, isolamento, rabbia, frustrazione, richiesta di approfondimento spirituale, ...
31. Mancanza di intimità. Solitudine. Contatti da riscrivere. Compromessi. Perdono (difficile). Pazienza.
32. Una migliore e più approfondita relazione con dio e con le persone.
33. All’inizio non era così. ...con Dio e con gli altri.
34. Mi è mancato il confronto.
35. Mi ha avvicinata a Dio. Mi ha portato a cercare nuove relazioni. Nuovo sguardo sulla vita.
36. La perdita del marito ha sconvolto la mia vita. Mi sono dovuta ricostruire una nuova vita interiore.
37. Perdita degli amici dell’infanzia. Perdita di identità agnosticismo. Senso di perdita. Niente è per sempre. Distacco della famiglia di origine.
38. Mi hanno fortificato. Ho cercato soluzioni per tornare ad essere felice. Mi hanno reso più disponibile e comprensiva verso gli altri. Ho modificato l’ordine dei valori.
39. Diventare donna. Diventare altruista, diventare il fulcro della mia famiglia.
40. La perdita di mio figlio ha cambiato il mio senso di essere padre, la scala dei valori, le aspettative future, totalmente frustrate. Si ...della morte come ricongiungimento.
41. Mi hanno fatto trovare nuove energie e per esempio ho creato un legame con mio figlio più forte di prima. Dopo la morte di suo padre ho cercato Dio più e meglio di prima.
42. Ho preso più responsabilità.

43. Vedere varie situazioni in maniera diversa, può aver accresciuto la propria fede, tanto da andare a un pellegrinaggio e tornare motivata e serena come non succedeva da 2 anni. Ricominciare a riallacciare dei rapporti tiepidi e avere voglia di riprendere a disegnare e fare segnalibri e donarli agli amici. Ho ritrovato la fanciulla che è in me per tante risate.
44. Dedicare maggior tempo per la riflessione nei miei confronti e quello degli altri.
45. Nella relazione con me stessa, nell'ascolto attento verso la mia persona e gli altri.
46. Cambiare le priorità. Essere più empatica e sensibile e non più giudicante nel sentire degli altri. Ascoltare il mio sentire, il mio stare.
47. Il distacco nella mia persona ha portato un cambiamento nell'analisi dei problemi e nel trovare le soluzioni e non colpevolizzarmi per gli errori che si possono commettere.
48. Maggior gratitudine verso le piccole cose, le gioie, o semplicemente i momenti di serenità. La consapevolezza che tanti affrontano grandi sofferenze nella vita
49. Relazione con la fede. Ricerca di rapporti con altre persone, con "apertura".
50. Tristezza. Mancanza, Difficoltà.
51. Ho fatto uscire delle "cose e forze" che non sapevo di avere. "Generico".
52. Prima di tutto paura dell'ignoto ma poi consapevolezza che la paura era più immaginaria che reale. Attraverso la consapevolezza del mio sentire c'è stata una forte connessione tra me e gli altri.
53. Faccio tutto quello che faceva mio marito. Ho fatto meno arte. Apprezzare il lavoro nei campi come potare, giardinaggio. Essere più onesta. Resistere. Impormi di fare di tutto per tornare a sorridere. Andare oltre alla cecità. Far funzionare il cervello positivamente.
54. Sono diventato insensibile alle tematiche esistenziali. Tutto ha perso valore.
55. Sono diventata più forte e più decisa nelle mie scelte. Ho imparato a cavarmela da sola senza dipendere dagli altri. Ho imparato a gioire delle piccole cose della vita di tutti i giorni.
56. Marito, ho dovuto farmi carico della gestione familiare. Meno possibilità di andare in giro, amicizie.
57. Ho cercato di uscire con persone nuove e ho iniziato a fare nuove attività.
58. Rimboccarmi le maniche (casa).
59. Rabbia. Frustrazione. Odio. Impotenza. Rimpianto. Nella relazione con gli altri: diffidenza; e con Dio, aiuto.
60. Mi hanno aiutato a maturare.

61. La malattia e la morte di mia mamma mi ha fatto diventare grande ma anche aver paura di essere dipendente affettivamente da qualcuno.
62. Hanno portato maggior consapevolezza nelle mie possibilità: aumento del senso di responsabilità; coltivare maggior fiducia in me stessa.
63. La lezione ...del mio paese. Relazione con Dio.
64. Il modo di considerare la vita.
65. Accettare quello che può succedere; che bisogna saper cambiare e cambiarsi; cambiano le priorità.
66. Chiusura. Selezione delle persone (amicizie). Scetticismo.
67. Modifiche al comportamento: affrontare la paura dell'abbandono; psicoterapia; cambio della vita che c'era prima; consapevolezza.
68. Indipendenza, più consapevolezza delle mie capacità e dell'ascolto degli altri, necessità di relazioni. Dio grande affidamento e ricerca Preghiere, meditazioni e