

Chapitre 3

L'abandon

Abandonner quelqu'un, c'est le quitter, le laisser, ne pas pouvoir s'en occuper. Plusieurs personnes confondent le rejet et l'abandon. Parfois on peut penser qu'on est rejeté, car l'autre nous repousse, ne veut plus nous voir à ses côtés. On ne doit pas s'attacher à la situation vécue, mais bien à la douleur vécue. Pour bien savoir quelle blessure a été activée, nous devons être alertes à notre réaction et avec qui nous vivons le problème. Quand c'est avec une personne du même sexe que nous, c'est toujours la blessure de rejet qui est activée et quand c'est avec le sexe opposé, c'est la blessure d'abandon.

La blessure vécue dans le cas d'un abandon se situe au niveau du *avoir* et du *faire* tel que les trois prochaines blessures, car seule la blessure de rejet touche l'*être* directement.

Voici quelques exemples de situations pouvant réveiller la blessure d'abandon chez un enfant.

Un petit enfant peut se sentir abandonné...

Les 5 blessures qui empêchent d'être soi-même

- si sa mère se trouve tout à coup très occupée avec un nouveau bébé. Le sentiment d'abandon sera d'autant plus fort si le bébé nécessite plus de soins parce qu'il est souvent malade ou handicapé. L'enfant aura l'impression que sa mère le quitte continuellement pour s'occuper du bébé. Il commencera à croire que ce sera ainsi pour toujours, qu'il ne retrouvera plus jamais sa maman d'autrefois.
- si ses parents partent travailler tous les jours et ont très peu de temps pour lui.
- lorsqu'il est amené à l'hôpital et qu'on doit le laisser là-bas. Il ne comprend pas ce qui lui arrive. S'il est conscient qu'il a été le moins détestable dans les semaines précédentes et s'il a senti que ses parents en avaient assez de lui, le sentiment d'abandon pourrait être plus prononcé. À l'hôpital, il pourrait décider de croire que ses parents l'ont abandonné pour toujours. Même si ses parents vont le voir tous les jours, la douleur enregistrée au moment où il s'est senti abandonné prend le dessus. Cette souffrance l'incite à commencer à se créer un masque, croyant que celui-ci l'aidera à ne plus revivre cette douleur.
- lorsque ses parents l'emmènent chez une gardienne, pendant leurs vacances, même si c'est chez grand-maman.

- si sa mère est toujours malade et que son père est trop occupé ou absent pour s'occuper de lui. Il est obligé de se débrouiller tout seul.

J'ai connu une dame qui a eu une peur terrible lorsque son père est décédé alors qu'elle avait 18 ans. Ce décès, qui fut pour elle comme un abandon de sa part, a été très marquant, car depuis plusieurs années, sa mère ne cessait de lui dire qu'elle la mettrait à la porte dès qu'elle aurait 21 ans. Cette dame, qui se sentait rejetée par sa mère, a eu peur, car elle ne faisait que penser : « *Que va-t-il m'arriver sans papa pour s'occuper de moi lorsque je devrai partir toute seule de la maison familiale ?* »

Plusieurs personnes souffrant de la blessure d'abandon ont témoigné d'un manque de communication de la part de leur parent du sexe opposé lorsqu'elles étaient jeunes. Elles trouvaient ce parent trop renfermé et lui en voulaient de laisser l'autre parent prendre toute la place. Plusieurs de ces personnes étaient convaincues qu'elles n'intéressaient pas leur parent du sexe opposé.

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 vit aussi du 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