

CLÍNICA UPTIME

TRATAMENTO DA DOR E PROBLEMAS EMOCIONAIS

“DORES DO AMOR” e MÁGOA: SENTIMENTOS DEVASTADORES

Você já teve um grande amor? E o perdeu?

Enviei Antenor 28/6/01

Geralmente quem não consegue lidar com o este sentimento de perder um amor tem como consequência sofrimentos atroz. Em alguns casos extremos, algumas pessoas podem cometer suicídio.

As “dores” do amor” e a mágoa são emoções muito complexas que geralmente são compostas de vários tipos de “*dores emocionais*”, incluindo a rejeição, o desapontamento, a solidão ou o medo de ficar sozinho. Algumas vezes a raiva e o ciúme estão misturados.

Geralmente as pessoas descrevem a mágoa como uma “dor emocional” surda e implacável. Determinadas pessoas procuram fugir dela – saindo para passear, comprar, viajar, algumas comem demais, outras bebem exageradamente ou se exercitam até caírem, ou procuram outras alternativas.

Para algumas pessoas a dor é tão grande que permeia tudo em suas vidas. Cada uma de suas atividades é invadida, atrapalhando no trabalho e nos estudos, interferindo com os negócios e transformando os seus pensamentos em sofrimento constante, sem escapatória. Parece que o mundo virou de ponta-cabeça, uma vida se acabou, e para a pessoa não existe mais interesse ou energia para a transformação, para começar uma vida nova.

A “*dor emocional*” de perder um amor pode ser como o fluir e o refluir das ondas do mar: as lembranças freqüentes do amor perdido. A dor geralmente fica “gigantesca” quando o relacionamento se quebra por interferências ou razões fora do nosso controle. Quando o relacionamento é longo e profundo, a dor pode ser desproporcional. Significa a perda para a pessoa e aflora o sentimento de **rejeição**. E certas circunstâncias, mesmo um breve e intenso romance pode ser um choque profundo.

Para muitas pessoas, quando perdem um alguém, depois de certo tempo o rio volta ao leito normal e a vida segue. Mas, para alguns a “*dor emocional*” intensa e prolongada e os pensamentos obsessivos tornam-se obstáculos na vida. A vida torna-se improdutiva. E assim impede de abrir caminho para outras possibilidades ou para um futuro promissor de novos relacionamentos.

A ajuda profissional será muito importante para aqueles que não estão conseguindo solucionar o seu “dilema” amoroso. As pessoas podem voltar para as suas atividades normais do dia-a-dia e para as possibilidades que a vida lhes oferece.

CLÍNICA UPTIME
TRATAMENTO DA DOR E PROBLEMAS EMOCIONAIS

Luiz Carlos Bertoni

Londrina (PR) 28 fevereiro de 2001