



Virando a chave da depressão:

Como iniciam os sofrimentos da alma?

Você certamente já ouviu falar que somos produtos da nossa família, que somos criados à imagem, semelhança e defeitos deles. Logo, é normalmente a partir do laço familiar que os nossos problemas e traumas se iniciam...

De quem é a responsabilidade então?

De quem deve vir o perdão?

Diante da afirmativa acima, o que você deve estar pensando é que o perdão deve vir deles correto? Mas infelizmente nem sempre isso é possível, assim como o seu contexto te moldou uma vez da maneira errada, é possível hoje você os moldar da maneira certa. A influência não advém pela quantidade de pessoas e sim pela qualidade dos atos que uma pessoa pratica no seu contexto.

E quando ele não vem de ninguém? Enfim, chega a depressão!

A depressão não é uma jornada para se trilhar sozinha! Ou eu assumo a responsabilidade pela minha saúde ou me permito adoecer e adoecer minha casa.

Agora se pergunte, eu estou disposta a isto? Terei coragem de ouvir a verdade por detrás do meu sofrimento?

E conhecereis a verdade e ela vos libertará, assim afirmava Jesus Cristo, até que anos após um psicanalista chamado Jacques Lacan o respondeu, cada um alcança a verdade que é capaz de suportar!

Quais as chaves que nos livram da depressão?

As chaves são: Humildade, compreensão e paciência!