

LE DEUIL C'EST AUSSI DE LA COLERE

J'aimerais que plus de gens comprennent que le deuil, ce n'est pas seulement être triste ou pleurer.

Le deuil, c'est aussi la colère, l'insensibilité, la sensation d'être brisé... et tant d'autres choses encore.

Le deuil est différent pour chaque personne, et il faut simplement l'accepter et encaisser les coups.

Quand on fait le deuil de quelqu'un, on pleure pour ce qui a été, mais aussi pour ce qui ne sera jamais.

Le deuil touche profondément la santé mentale et physique.

Le deuil, c'est de l'AMOUR qui n'a plus d'endroit où aller.

Le deuil, c'est se répéter que « ça aussi, ça passera ».

C'est se forcer à sortir du lit pour se laver, pour manger.

C'est s'isoler.

Ou parfois, c'est s'entourer de gens et de choses pour éviter de penser à la réalité.

Le deuil est dur, il est cruel.

Alors si tu ne comprends pas pourquoi certaines personnes souffrent autant, aussi longtemps et aussi profondément... considère-toi comme chanceux de ne pas le comprendre.