

coritiba e bragantino palpito - jandlglass.org

Autor: jandlglass.org Palavras-chave: coritiba e bragantino palpito

Rir Londres nos dentes da pandemia para assumir um trabalho de topo na indústria musical, Shani Gonzales teve poucas oportunidades a mergulhar-se na cultura britânica com locais fechados e festas fora do jogo. O novo iorquino virou ao invés disso à TV por sua educação A Coroa

Uma mulher de meia-idade se apaixonou profundamente

A pergunta

Eu sou uma mulher de meia-idade e recentemente tenho-me apaixonado profundamente por alguém que conheço há muitos anos. Além da forte atração física entre nós, parecemos ter em comum vários atributos emocionais e intelectuais, e, pela primeira vez, sinto que sou perfeitamente compatível com um homem e nós sentimos o mesmo.

Em algumas ocasiões, me sinto aterrorizada. Eu mereço ser feliz? Além de algumas amizades muito próximas e fortes laços familiares, especialmente com meus pais, que já morreram, eu não encontrei esse tipo de proximidade emocional nenhum de meus relacionamentos amorosos de longo prazo. Sempre encontrei significado na minha vida através do meu trabalho. Esse relacionamento começou depois que um problema de saúde sério foi resolvido.

Ele, também, passou por momentos difíceis recentemente. Por primeira vez na minha vida, estou priorizando um relacionamento vez do trabalho – sinto um pouco de culpa sobre isso e a intensidade de minhas próprias emoções me surpreende e me assusta. Para ambos nós, nossas vidas antes do relacionamento eram satisfatórias e cheias de amor, mesmo na ausência de uma parceira, mas esse relacionamento e esses profundos sentimentos um pelo outro nos tomaram por surpresa agradável. Ele sente que sua vida ganhou cor e eu sinto que minha vida ganhou uma dimensão tridimensional anteriormente faltante.

Mas eu sou insegura: tudo isso vai acabar? Às vezes, eu me preocupo se isso se tornará uma profecia auto-realizável. Eu tenho certeza de meu amor, assim como o dele, e sinto que podemos ver uns aos outros nossa plenitude, mas também com nossas imperfeições. Como lidar com meus medos, além de reconhecê-los?

Resposta de Philippa

É normal sentir uma mistura de excitação e medo ao iniciar um novo relacionamento significativo, especialmente um que se desvia dos padrões que você seguiu no passado. Reconheça que essas emoções são uma resposta natural ao cambio e à incerteza. O que você pode fazer a respeito delas, além de reconhecê-las? Não subestime o poder de observar um sentimento mantendo-o a distância de você, assim como você assiste ao sentimento vez de ser dominado por ele. Da mesma forma, não diga a si mesma: "Eu sou inseguro", o que define toda a sua pessoa. Diga, vez disso: "Eu me sinto inseguro", porque é apenas um sentimento que você tem – não é tudo o que você é. Mudanças pequenas, quando praticadas mindfully, fazem uma grande diferença.

Não é que você não merece felicidade, é mais que você ainda não aprendeu a se sentar com ela. É como receber um novo móvel bonito para sua casa e não saber onde colocá-lo. Você encontrará um lugar para ele e se acostumará com ele. Às vezes, você nem sempre apreciará o novo móvel à medida que envelhece, mas ele ainda estará lá, pronto para apoiá-lo e adicionar à sua conforto e felicidade.

Permita-se tempo para se acostumar com esse novo apego

Se você está acostumado a sua própria companhia, mesmo que adore estar com seu novo parceiro, pode ser estimulante demais para você. Isso pode ser experimentado como agitação. Todo mundo precisa de um pouco de tempo sozinho de vez quando para retornar a si mesmo. Com o tempo, estar com um parceiro amado não terá o efeito estimulante que tem no início.

Talvez, antes do seu amor chegar, o papel de "outra significativa" fosse preenchido por seus pais e se sinta um pouco como um choque sísmico ter esse papel agora preenchido com um amor sexual vez de um filial. É um tipo de apego diferente e novo que você está experimentando; dê-se espaço e tempo para se acostumar a ele.

A ansiedade é muitas vezes perpetuada por perguntar-nos internamente: "O que acontecerá se...?" O que acontecerá se isso não der certo? O que acontecerá se eu tirar meus olhos do alvo no trabalho? Tenha cuidado com essa voz interna e seus "O que acontecerá se...". Observe-o, mas não se deixe levar por ele. Pode ajudar a mudar o "O que acontecerá se" para "E se acontecer". E se eu amar e perder? Ao menos, eu amei. E se eu priorizar o amor vez do trabalho? Sim, e se acontecer! Concentre-se nas experiências e alegrias atuais do seu relacionamento. Mantenha-se conectado ao aqui e agora vez de se entregar a fantasias catastróficas do futuro. A vida está cheia de incertezas, mas também está cheia de momentos bonitos que merecem ser cheridos, então desacelere e cherilos. Integrar esse novo amor sua vida não significa abandonar outros aspectos de quem você é, como um profissional bem-sucedido; significa criar uma existência mais redonda e gratificante.

Os relacionamentos servem como espelhos humanos para nós. Você tem um novo espelho sua vida dando-lhe uma nova, diferente perspectiva de si mesmo. Leva tempo para realmente conhecer uma nova pessoa e tempo, também, para ver a si mesmo diferente – como uma pessoa merecedora de um grande amor.

Toda semana Philippa Perry aborda um problema pessoal enviado por um leitor.

Se você gostaria de conselhos de Philippa, por favor, envie seu problema para askphilippaguardian.co.uk. As submissões estão sujeitas a nossos termos e condições

Informações do documento:

Autor: jandlglass.org

Assunto: coritiba e bragantino palpito

Palavras-chave: **coritiba e bragantino palpito - jandlglass.org**

Data de lançamento de: 2025-01-18