



*Ta empatia, przebywanie z bólem, pomaga nam przez niego przejść. Przeciwdziała też temu, co nazywam “przedwczesnym wytryskiem” - zbyt wczesnym przejściem do działania, ponieważ ból wiążący się z utrzymywaniem napięcia tego, co nieznane, jest dla nas nie do zniesienia. Jeżeli mamy cierpliwość, by pozwolić procesowi przebiegać w swoim pełnym zakresie, może nastąpić głębokie uleczenie. Jeżeli przerywamy nasz proces, nie pozwalamy sobie nigdy donosić go do końca.*







*[...] tak samo kobieta, która wychodzi z okresu dobrowolnego odosobnienia, by stanąć o samej sobie, często nie prezentuje sobą pięknego widoku. Rodzina i przyjaciele, którzy chcą, by wróciła do tego, jaka była wcześniej, powinni się strzec. Zdała sobie bowiem teraz sprawę z tego, do jakiego stopnia poświęciła samą siebie, zadowolając innych, i nie jest już skłonna wracać na dawne ścieżki.*

Bezlitośnie odcina od siebie ludzi i sytuacje, które nie wspierają tego, kim się stała.

Maureen Murdock, *Podróż bohaterki*