

[https://bia-unikal.org/?p=11919&fbclid=IwY2xjawNF0OVleHRuA2FlbQlxMABicmlkETA5NXVlYnYzaTI5eERua2lKAR5B15i1yAs9A8Nk\\_LLgT7UFZztAx3yWHmmd5HuLxQfeF3QV48UqQSF3Y816cw\\_aem\\_2fDafxdqCV0R7aw9FHNoNg](https://bia-unikal.org/?p=11919&fbclid=IwY2xjawNF0OVleHRuA2FlbQlxMABicmlkETA5NXVlYnYzaTI5eERua2lKAR5B15i1yAs9A8Nk_LLgT7UFZztAx3yWHmmd5HuLxQfeF3QV48UqQSF3Y816cw_aem_2fDafxdqCV0R7aw9FHNoNg)

<https://feast-ed.org/the-eating-disorder-slayer/>

## Убиецът на хранителни разстройства

31 август 2021 г

От Шарлот

Днес е крайъгълен камък. Днес е моят ген: „преди една година стомахът ми се сви от страх и тревога; бях напълно парализирана, без да знаех какво да правя при първото ни пътуване до клиниката, където открих истинската степен на годишнината от хранителното разстройство на дъщерите ми (Опитайте да го напишете на поздравителна картичка!).

По-дълго, отколкото би трябвало да допусна онази нощ, хранителното разстройство на дъщеря ми ме беше стиснало в главата от страх, уплашена да бездействам и да не знам следващия си ход.

Тогава бях:

Страхувам се да действам..

Страх да реагирам..

Уплашена да не действа.

Пълно състояние на застой и неподвижност.

Това беше ужасна нощ, а сутринта, която я последва, беше още по-мъчителна. Бях настроила алармата си в 5 сутринта, за да подкрепя дъщеря си по време на закуска. Тя плачеше и пулеше очи, защото не можеше да фокусира сутрешната си закуска.

След това вярвам, че най-важното нещо, което направих, беше да науча кой е моят враг... Научих за това отвътре навън:

Какво е Врагът

Какво прави той

Как работи хранителното разстройство

Колко дълго ще продължи

Защо тя прави това

Къде се прочиства

Защо тя се прочиства

Как мисли тя

Какви трикове използва

Кога мога да сваля гарда си

Всичко... Научих всичко, което можех за това заболяване (и разбира се, имам още да уча)!

След това, след като научих, направих избор. Животът е пълен с избори. Взех решението:

Моята къща

Дъщеря ми

Моите правила

Какво ще приема

Какво ли няма да приема

И се придържах към тях...

Промених подхода си и станах „Убиецът на хранителни разстройства“; и съвсем честно, ако направя избора да стана неудържима машина за убиване на хранителни разстройства, кой ще ме спре?

Дъщеря ми?

Вие?

Някоя институция или група?

Никой! Ето кой!

Защото отдавна съм направила този избор в главата си. Живея и дишам всичко свързано с хранително разстройство и съм си поставила за цел да унищожа това чудовище от живота ни.

Още не сме там!! Ние не сме там.

Но това е дълъг процес, който предприех

Разбирам прогължителността във времето

Ангажирах се да измина разстоянието

Това е каквото е!

Правя избора НИКОГА да не позволявам да ме държи в това състояние на страх някога отново!

Никога да не държа малкото си момиченце в това състояние на страх. Никога не е заслужавала да се чувства толкова уплашена и сама.

Нито вашите прекрасни деца.

Избрах да я защита от онази нощ преди 1 година...

Наблюдавам

Гледам

Налагам

Пазя

Защитавам

Обичам

Никой няма да ме спре.

Оригинална статия: <https://feast-ed.org/the-eating-disorder-slayer/>