

## Angoisses et folie... - 1/1

**Qui n'a pas connu l'angoisse, le stress ? Tout le monde me dirait vous... Mais cette angoisse vous a t-elle, tout comme moi, menez à la folie... ?**

Je ne sais pas ce qui me pousse à écrire aujourd'hui un article sur l'un des aspects les plus obscurs et inquiétants de ma personnalité, sans doute une envie soudaine de partager cela avec des personnes ne me connaissant pas, ne sachant rien de ma vie et de mon passé. J'ai sans doute besoin au fond de moi qu'on me rassure, qu'on me comprenne et que l'on ne me juge pas, un besoin imminent de partager mes sentiments avec les autres.

Vous vous demandez sans doute de quoi je veux parler, eh bien c'est simple... Je parle de l'angoisse ! Oui cet aspect de la personnalité de l'être humain dont tout le monde a eu à faire un jour. Et bien pour mon cas, c'est tous les jours que je le suis, pour un oui ou pour un non. C'est devenu invivable, et j'ai peur qu'un jour je sombre dans la folie, peur de perdre l'homme que j'aime à cause de mes perpétuelles angoisses dès qu'il sort ou dès que son téléphone est éteint, ou encore dès qu'il ne me répond pas...

Cela devient vraiment inquiétant quand je vois l'état dans lequel je suis quand son portable est éteint. Je commence par paniquer, ma respiration devient de plus en plus difficile et aléatoire, je pleure, je suffoque, je tremble... Jusqu'à ce que je réussisse à avoir de ses nouvelles. En ce moment même où j'écris cet article, mon copain est en week-end chez son père et sa nouvelle copine, dans la campagne et depuis qu'il m'avait annoncé ça la peur de ne pas avoir de ses nouvelles, à cause du fait qu'il n'y aurait peut-être pas de réseau, m'angoisse.

Pour vous cela n'est rien, je sais bien, mais je n'envisage pas le fait de ne pas avoir de ses nouvelles, j'ai toujours peur de le perdre ou qu'il lui arrive quelque chose.

J'en deviens folle et j'en peux vraiment plus, je veux m'en sortir, mais quand on est sans arrêt toute seule... Cela est difficile...

Voilà tout, je sais que certains vont penser que je suis folle, d'ailleurs c'est ce que la plupart des gens pensent... C'est pour cela que je commence à les croire, mais j'espère qu'il y a quelqu'un, parmi vous, qui comprend ce que sont les crises d'angoisses, de panique...