

Il y a quelques jours, lorsque je discutais avec mon ami, j'ai pris conscience que la colère et la tristesse que j'ai en moi, viennent de mon beau-père et de ma mère.

Pendant que mon ami m'expliquait ça, j'ai clairement vu la séparation : colère-beau-père et tristesse-mère, et inversement. Peut-être que cela va m'aider à moins me les approprier. Des fois, on peut avoir plusieurs fois les mêmes types de conversations, mais selon les mots qu'on utilise, selon notre attention, les prises de consciences surgissent ou pas... Et dans ce cas, ça viendra plus tard, le moment venu...