

Pendant cette nuit, il m'est venu à l'esprit qu'avant, j'étais les trois-quarts du temps dépressive. Qu'il y a quelques années, je suis passée au stade de voir en face les choses, de pouvoir mieux les ressentir et de me défaire de ce qui me convenait pas. Qu'aujourd'hui, je suis dans une phase bipolaire où il y a une période où je me sens joyeuse, ouverte sur moi et sur les autres, réceptive aux "bonnes choses" comme aux "mauvaises", et qu'ensuite, vient la période où je retourne dans ma dépression, où j'ai envie de mourir et de me faire du mal, où je me referme à toute personne pour me protéger des autres et de moi. Ensuite, le cycle continue. Peut-être qu'un jour, je connaîtrai une vie pleine de joie et surtout une paix envers moi-même et les autres. Parfois, je sens que j'y suis presque, je sens et ressens que je m'approche du Divin et que je retrouve et retourne à la source Divine de toute vie. Je suis heureuse d'en avoir pris conscience.