

*J'aime cette phrase : La meilleure façon d'enlever une mauvaise habitude, c'est d'en mettre une bonne à la place . Vivre l'expérience que c'est la répétition des questions qui ne nous aident pas qui nous font vivre des réponses, sous la forme de situations, que nous ne reconnaissons pas et que nous n'aimons pas. Inverser la tendance est un choix, et c'est cool de savoir que cette boucle à une fin et qu'on peut se poser des questions plus délibérément et moins débile et vraiment.*