

**« Autobiographie en Cinq Chapitres »
Portia Nelson
Healing the Child Within de Charles L. Whitfield
(Orlando, FL: Health. Communications, 1989)
(De Sogyal Rinpoche, The Tibetan Book of Living and Dying)**

Chapitre 1

Je marche dans une rue
Il y a un grand trou dans le trottoir
Je tombe dedans
Je suis perdu, je suis désespéré
Ce n'est pas ma faute
Cela prend une éternité pour trouver une sortie.

Chapitre 2

Je marche dans la même rue
Il y a un grand trou dans le trottoir
Je prétends ne pas le voir
Je tombe encore dedans
Je n'en crois pas mes yeux d'être de nouveau au même endroit
Mais ce n'est pas ma faute
Cela prend toujours beaucoup de temps pour en sortir.

Chapitre 3

Je marche dans la même rue
Il y a un grand trou dans le trottoir
Je vois qu'il est là
Je tombe encore dedans..., c'est une habitude
Mes yeux sont ouverts
Je sais où je suis
C'est ma faute
J'en sors immédiatement

Chapitre 4

Je marche dans la même rue
Il y a un grand trou dans le trottoir
Je le contourne.

Chapitre 5

Je marche dans une autre rue