



Passe ta colère ailleurs

Gourmande, je rage de ne pouvoir résister à la tentation de grignoter tout le temps.

Purée ! Je viens de me taper une boîte de chocolats. Ça va bien me faire un kilo de plus sur la balance demain matin. Et dire que j'ai déjà de la peine à fermer mon pantalon ! Je ne vais pas passer ma vie à me battre avec des fermetures éclair. Quand est-ce que ça va s'arrêter cette envie de manger plus que de raison ?

Tu es énervée, mais ta colère reste émotionnelle.

Je ne vois pas ce qu'elle pourrait être de plus.

Passe-la contre cette force qui t'incite à manger ce que tu ne voudrais pas.

Tu veux dire qu'une entité se gave de son désir à travers moi ?

Et oui.

La gloutonne !

C'est elle que tu nourris et entretiens.

Et moi qui ramasse les kilos !

C'est ça.

Elle fait ça comment ?

Elle utilise tes craintes et tes impressions de ne pas pouvoir éviter de succomber à la gourmandise, bref toutes sortes d'illusions.

Il y a des années que j'essaie de corriger ma tendance. J'y arrive par petites périodes, mais je suis incapable de concrétiser mes intentions à long terme.

C'est normal, cette énergie crée un barrage entre toi et ta volonté.

Qu'est-ce que je fais ?

Reprends le contrôle.

Obsolette

et son double

Je n'arrive pas à résister aux friandises sous mon nez !

Encore une illusion !

Je me dis toujours que ce n'est pas une gourmandise de plus qui va changer quelque chose à ma taille.

C'est elle qui te fait penser ça. Ne la laisse pas utiliser ta force à ta place.

Tu crois que c'est facile.

Rien ne peut contrer ta volonté lorsqu'elle est connectée avec ton intelligence.

Il faut que je fasse exploser cette gloutonne qui me harcèle depuis des années avec ses encore-ci/encore-ça en me contentant du dicton « manger pour vivre et non vivre pour manger ». Elle va bien finir par se calmer et comprendre qu'elle n'a plus rien à tirer de moi.