

Quando nego le mie azioni...
Mi sto rendendo conto che...

SERA:

Se fossi disponibile a vedere realisticamente i miei pregi
e i miei difetti...
Se accettassi di più le mie paure...
Quando nego le mie paure...

3^a SETTIMANA. MATTINA:

Se accettassi di più il mio dolore...
Quando nego il mio dolore...
Se accettassi di più la mia collera...
Quando nego la mia collera...

SERA:

Se accettassi di più la mia sessualità...
Quando nego la mia sessualità...
Se accettassi di più la mia eccitazione...
Quando nego la mia eccitazione...

4^a SETTIMANA. MATTINA:

Se accettassi di più la mia gioia...
Quando nego la mia gioia...
Se fossi disposto a vedere quello che vedo e a sapere
quello che so...

SERA:

Se mettessi un maggiore livello di consapevolezza nelle
mie paure...
Se mettessi un maggiore livello di consapevolezza nel
mio dolore...

5^a SETTIMANA. MATTINA:

Se mettessi un maggiore livello di consapevolezza nella
mia collera...
Se mettessi un maggiore livello di consapevolezza nella
mia sessualità...
Se mettessi un maggiore livello di consapevolezza nella
mia eccitazione...