

第二次讀 level 1

(2013.01.08 加拿大學員)

學員分享：lan

我不知道為什麼我會上這個的課程，我是第二次上 Level 1 課程，第一次上的時候，我只明白 35%，到了現在，我還有很多的都不明白，好多事還未解決，我想我會繼續上第三次的 Level 1。

在我的組員中，很多是弱的我，而我是壞的我，我做 Empty Chair 時，我其實是很憤怒，但也表達得很小心，我恐怕嚇壞了我的弱的我組員，我內心很多的憤怒不可以發洩出來，很多仍未解決的事情，所以我會堅持繼續重讀 Level 1 的課程，直至壓抑的情緒被釋放。