

*Ce qui me rend heureuse, c'est d'avoir réussi à diminuer mes tocs. Observer et accepter plus facilement lorsque mon ego me parle, et le laisser dire ce qu'il a envie sans me sentir visée personnellement. Remercier régulièrement la Divinité car j'ai un logement, je mange à ma faim, je suis en bonne santé, j'ai une famille, des amis et mon chat qui m'aident et m'aiment.*