

Voici un petit texte d'un auteur inconnu qui, pour moi, reflète le bien-être : "Si vous vous êtes levé ce matin avec plus de santé que de maladie, vous êtes plus chanceux que le million de personnes qui ne verront pas la semaine prochaine. Si vous avez de la nourriture dans votre frigo, des habits sur vous, un toit pour vous abriter et dormir, vous êtes plus riche que 75 % des habitants de la planète. Si vous avez de l'argent à la banque et de la monnaie dans votre poche, vous faites partie des 8 % les plus privilégiés du monde. Si vous gardez la tête haute, un sourire sur le visage, et êtes véritablement reconnaissant, vous êtes béni parce que même si la majorité d'entre nous peut le faire, la plupart ne le font pas".