

*Méditer sur les moments
heureux, les yeux ouverts en
avançant dans la vie de tous les
jours, laisser monter ces
moments, les discerner, les
sentir, savoir que c'est possible,
que c'est là, que la sensation a
toujours été là, que le choix a
toujours été là Exposer ça,
comme un rappel de présence
possible est un heureux instant
partagé...*