

happython.com 😊

**Pour être plus heureux, je
dois prendre chaque heure
des sucres rapides (limonade,
biscuits, bonbons...), ou sucres
moyens (1 fruit...). Ces sucres
suppriment immédiatement
mes émotions négatives et
mes pensées négatives. Mais
ça ne fonctionne pas avec des
sucres lents (riz, pâtes, blé...).**