

*J'ai passé la journée à marcher dans la forêt de Fontainebleau sans but précis, juste pour me vider la tête après une période super stressante au boulot. À un moment, je me suis assis sur un rocher et j'ai juste écouté le bruit du vent dans les arbres et les oiseaux. J'ai réalisé que j'avais oublié ce que ça faisait de ne rien prévoir, de ne pas regarder sa montre toutes les cinq minutes. Je suis reparti avec une énergie incroyable, comme si j'avais fait un reset complet de mon cerveau.*