

*J'aime bien courir. A la fin des courses, je me sens heureux, j'ai vidé pas mal de choses. Le fait d'avoir fait un effort, d'avoir atteint un objectif, d'être allé un peu plus loin, c'est une satisfaction qui me rend heureux. C'est aussi grâce au contexte, le bord de mer, le matin ou le soir. Il fait bon, un grand espace devant soi, l'aspect reposant, les lumières, partager ça avec d'autres joggers, même s'il n'y a qu'un salut ! Un signe de reconnaissance dans l'effort, dans l'activité. Les bruits de la mer, la circulation, les gens qui crient, qui jouent, le mouvement ambiant, ne pas se sentir seul.*