

*Si un jour, ou peut-être une nuit, vous n'avez pas la pêche, alors il vous faudra trouver l'idée magique pour vous réconcilier avec un instant de bonheur. Pour cela prenez plusieurs bougies et installez les dans votre salle de bains autour de la baignoire et puis mettez un CD genre bruits de la mer et puis mettez un peu de douceur dans l'eau de votre baignoire : une huile essentielle diluée ou autre produit détente, ou tonique selon - et plongez vous dans une eau chaude, mais pas trop - et puis fixez une bougie - ne pensez plus - écoutez le bruit des vagues - là vous êtes prêt pour un petit moment de tendresse avec vous - vous pouvez aussi vous faire un bon thé : thé à l'orange ou bergamote et vous prenez le temps de savourer - petit bonheur garanti !*