Etre heureux, la recherche du bonheur... Beaucoup d'énergie pour acquérir et maintenir cette attitude contre vents et marées. Pourquoi ne pas remplacer cette quête par un simple regard attentif sur les êtres et les événements que nous sommes amenés à croiser tout au long de notre vie. Seulement l'attention ? Oui. Un simple mot, mais qui contient l'essentiel dans un échange : toute l'information nécessaire au dialogue et toute la compréhension que chacune ou chacun est en droit d'attendre de l'autre. Dans cet état naturel et immédiat de bien-être, où il n'y a rien à rajouter et rien à retirer, le bonheur devient superflu, il s'estompe naturellement.

Patrick 50 ans Paris

happython.com