

*L'amour pour moi-même
d'abord (sans être égocentrique)
permet de donner de l'amour
aux autres. Envoyer à tout le
monde des énergies positives,
même quand les choses vont
mal, permet de se sentir en paix
et sereine. Ce qui m'a rendue
heureuse, en envoyant de
l'amour aux autres (en pensée
ou en actes), c'est qu'on retrouve
une vraie sérénité.*