

*Penser à des ami(e)s, voir un rouge-gorge manger des graines sur ma fenêtre, sentir le vent sur ma peau, un bon vent frais et fort, faire un bon massage de détente à une personne tendue, les bras de mon homme quand ils me serre contre lui, la joie de mes enfants, le soleil, la chaleur... Au fond, le bonheur est simple mais parfois c'est difficile de s'en persuader...*