

*M'apercevoir que même la prof de yoga et certaines pratiquantes sont quand même agacées par le bruit strident des radiateurs durant la séance, et qu'elles aiment que tout soit en ordre avant qu'elles aillent se coucher. Je me suis rendue compte que, finalement, elles pouvaient aussi être souvent dans leur tête au lieu de ressentir leur respiration. J'étais fière de moi car ces deux soucis pour ces dames n'en n'étaient pas un pour moi.*