

c'est en retrouvant mon centre que je permets à la joie de se manifester. Mais le centre est celui d'un corps physique et vivant dans un environnement ! Il est lui-même nourri par les sens et les émotions. La beauté, l'harmonie, la relation par le Chi. Ce sont les consignes de notre recherche, de notre travail, ce sont des choix permanents. Toutes ces expériences renforcent ma relation au monde, ma cohérence avec Le monde et La Vie. **En me centrant, je m'ouvre, la joie jaillit.**



Le confort me permet de retrouver un état de corps heureux, le centre me permet d'y être en permanence, la cohérence (travaillée sans cesse) avec la Vie me donne la joie.