



55

Amal

Le pouvoir d'Amal nous rappelle que beaucoup de choses ne durent pas, ont une fin et que l'on ne garde rien pour toujours. Elle nous invite à embrasser les jolis moments sans essayer de contrôler la pérennité de ce qui nous entoure et se concentrer sur le plaisir de l'instant, comme l'enfant ressent le plaisir de construire son château de sable sans se soucier des vagues qui le feront disparaître.

Sorcière de l'éphémère Witch of the ephemeral

Amal's power reminds us that many things do not last, have an end, and that we keep nothing forever. She invites us to embrace the beautiful moments without trying to control the permanence of what surrounds us and to focus on the pleasure of the instant, just as a child feels the pleasure of building their sandcastle without worrying about the waves that will make it disappear.

Comment faire / Tips

- Lorsque nous vivons des moments que nous savons éphémères, nous pouvons éviter de trop utiliser notre téléphone portable pour prendre des photos ou vidéos et essayer plutôt de prendre des photos avec son esprit, de mémoriser des images et le plaisir qu'elles suscitent.
 - On peut également faire le tri chez soi, accepter de se séparer des objets que l'on n'utilise plus depuis longtemps en gardant à l'esprit que la disparition de ces objets ne change rien à notre bonheur.
 - Il est également possible de s'investir volontairement dans des réalisations éphémères telles que le land-art, des châteaux de sables...
- When we experience moments that we know are fleeting, we can avoid overusing our mobile phone to take photos or videos and instead try to take pictures with our minds, to memorize images and the pleasure they evoke.*
- We can also declutter our homes, agreeing to part with objects we haven't used for a long time, keeping in mind that the disappearance of these objects changes nothing about our happiness.*
- It is also possible to voluntarily invest ourselves in ephemeral creations such as land art, sandcastles, etc.*

Pour approfondir / To learn more

À VENIR
SOON