



54

Sorcirènes

Saoirse et Merow, les sorcirènes, nous rappellent que peu importe où nous en sommes dans notre vie, il reste toujours de belles choses à vivre et de belles personnes à rencontrer. C'est statistique, très factuel : même si aujourd'hui nous traversons des moments particulièrement difficiles, il existera toujours des instants plus calmes, voire des moments plaisants. Et si l'on considère le nombre d'êtres humains vivant sur Terre, la probabilité de rencontrer des personnes avec qui nous pourrions partager de jolis moments est très élevée.

**Sorcières de la
confiance en l'avenir
Witches of Future-faith**

Saoirse and Merow, the Mermaid Witches, remind us that no matter where we are in our lives, there are always beautiful things left to experience and beautiful people left to meet. This is statistical, very factual: even if we are going through particularly difficult times today, there will always be calmer moments, or even pleasant ones. And if we consider the number of human beings living on Earth, the probability of meeting people with whom we can share beautiful moments is very high.

Comment faire / Tips

- A la fin d'une journée émotionnellement difficile, il est utile de se rappeler que cette journée est terminée, qu'elle ne sera plus à vivre et que nous nous rapprochons de jours plus agréables.
- On peut faire une liste de projets plus ou moins élaborés que l'on pourrait vouloir réaliser dans les mois ou années à venir. Puis dans cette liste, on peut se demander ce qui peut être mis en œuvre le plus facilement et commencer à le planifier. Les jolis moments peuvent également se provoquer.

- At the end of an emotionally difficult day, it is helpful to remember that this day is over, that it will not be lived again, and that we are moving closer to more pleasant days.

- We can make a list of more or less elaborate projects that we might want to carry out in the coming months or years. Then, from this list, we can ask ourselves what can be implemented most easily and start planning it. Beautiful moments can also be created.

Pour approfondir / To learn more

À VENIR
SOON