

## Vivre la fête des sens !

Et si, au lieu de penser, réfléchir, analyser, on se mettait à sentir, écouter, humer, goûter : vivre la fête des sens !

Et si on abordait l'existence non par les problèmes, les blessures, les peurs mais par l'ouverture de notre être aux sensations de plaisir, à la sensualité, à la beauté.

Et si nous apprenions à être plus présents à l'instant présent, à recevoir, à goûter, à apprécier le monde qui nous entoure, à aimer la vie.

Alors quelle formidable joie de vivre !

Quel ressourcement pour notre vitalité !

Quel chant de reconnaissance à la vie !.

Texte de présentation de Claire Galland  
pour le Stage de Marelles 2007