**Va à l’essentiel**

**Va à l’essentiel** dans ce que tu donnes,

Sois vrai, sois sincère. Donne aux autres ce que tu peux.

**Va à l’essentiel** dans ce que tu as,

Sois heureux des objets que tu possèdes. Oublie qu’il y a mieux, qu’il y a plus neuf, plus cher, qu’il y a un numéro 6 et 7. Profite de ce que tu as reçu plutôt que de te mettre toujours dans l’attente d’autre chose.

**Va à l’essentiel** du moment.

Ecoute, regarde, émerveille-toi, réfléchis. Ne t’imagine pas toujours ce qui serait mieux ou différent, ne te hâte pas vers le prochain événement, profite du temps qui passe.

**Va à l’essentiel** de ce que tu es.

Sois authentique et fidèle envers toi-même. Ne t’invente pas une vie. Ta vie est précieuse. Ta personne est unique, ce que tu ressens est important.

**Va à l’essentiel** de la vie.

Choisis tes valeurs. Enlève les préjugés, dépoussière les rumeurs, secoue les modes, les aprioris. Protège les relations avec ta famille, tes amis. Garde auprès de toi les personnes qui ont du sens.

**Va à l’essentiel**. Déleste-toi de toutes ces lourdeurs qui embrouillent ta vie et gâchent ton chemin.

**Laurence Fourrier**