

## **La vie est un miracle**

Notre vraie demeure est le maintenant

Vivre dans le présent est un miracle

Le miracle n'est pas de marcher sur l'eau.

Le miracle est de marcher sur la terre verte,  
en ce moment,  
d'apprécier la paix et la beauté qui nous entourent  
maintenant.

Le simple fait d'apprendre à toucher cette paix  
nous guérit et nous transforme.

Il nous faut simplement découvrir comment ramener  
notre corps et notre esprit dans l'instant présent.

Ainsi nous pouvons toucher ce qui nous apporte  
la paix, la guérison et la transformation.

Thich Nhat Hanh