

Les 4 mantras

selon Thich Nhat Hanh

"Mon amour, je
suis là pour toi."

"Mon amour, je sais que
tu es là et je suis
tellement heureux·se."

"Mon amour, je sais que
tu souffres.
C'est pourquoi je suis là
pour toi."

"Mon amour, je souffre.
J'essaie de faire de mon mieux.
S'il te plaît, aide-moi."