Souriez, vous êtes vivants

Faire le vide en soi

Relâcher les tensions

Laisser entrer l’intime

S’installer dans le silence

Laisser tomber l’ailleurs

Les envies d’autre part

Vivre le temps présent

Et s’ancrer dans l’instant

Souriez, souriez, vous êtes vivants !

Souriez, souriez

Lâchez prise

Laisser partir les bruits

Du dehors, du dedans

Connectez-vous à vous

Rendez-vous avec vous

Respirez vous bien fort

Ecoutez votre cœur

Laissez vos paupières closes

Le bien-être s’installer

Souriez, souriez, vous êtes vivants !

Souriez, souriez

Lâchez prise