



## - SÉRÉNITÉ -

État d'une personne qui manifeste calme, tranquillité, confiance et équanimité face aux secousses et aux tourments de l'existence. L'être considère la situation telle qu'elle se présente, sans se laisser happer...

Par son expérience et sa sagesse acquise, la personne demeure dans l'équilibre et l'acceptation des émotions qui la traverse. Elle reste disponible, reliée à la nature et aux autres, pour trouver des ressources adéquates et faire des choix pertinents. Elle expérimente les événements avec conscience et elle agit avec liberté et indépendance d'esprit, ce qui procure bien-être et apaisement.