

« Trop souvent, quand nous nous sentons agressés, nous ne voyons que deux possibilités : soit nous agressons à notre tour, soit nous nous laissons faire. Et pourtant, il est possible de ne pas nous laisser faire, d'agir, mais sans agresser à notre tour. Il n'y a pas que le choix entre être dur et être faible, mais aussi celui d'être fort. Cependant, pour mettre cela en pratique, il faut d'abord être conscient que cette voie existe, et surtout apprendre comment la rendre concrète.

Plus nombreux nous serons à nous engager sur cette voie, moins de violence, de souffrances et de tragédies il y aura dans le monde, et plus de bien-être, de bonheur et d'énergie constructive. »

*Pat Patfoort*