

Extrait 1

Si ce livre aide une seule personne, juste une... alors tout aura un sens. Ce livre, c'est mon histoire. Mais vous y trouverez peut-être la vôtre. Et j'espère qu'il vous donnera l'envie d'oser vivre, d'oser vous choisir, d'oser être pleinement vous. Alors... osons vivre.

Extrait 2

Vivre dans la lumière ou s'arrêter dans la nuit : il n'y a pas de vérité universelle, seulement la vôtre. Mais si la vie brûle encore en vous, même faiblement, alors laissez cette étincelle vous guider. Pas parce qu'il faut. Pas parce qu'on vous le dit. Mais parce que vous l'avez choisi et que cette envie est plus forte que tout.

Extrait 3

La situation ne changera jamais totalement. Mais on peut l'adoucir, lui montrer une autre face du tableau, écrire différemment le scénario, lui prouver qu'on peut vivre, qu'on peut mettre des couleurs vives dans nos journées et nos épreuves. Qu'on peut avancer, rire même du pire, aimer même au milieu du chaos. Être là, vraiment là.

Extrait 4

« Arrêtez de remettre vos envies à demain. Faites ce qui vous fait vibrer. Exprimez-vous, ouvrez votre bouche, votre cœur, vos rêves. »

Extrait 5

« Salut. Tu te trouves moche ? Tu laisses ça te gâcher la journée ? Ça te rend triste, tendue, presque désagréable avec toi-même ? Parfait. Profite. Parce que dans quelques mois, tu auras un cancer. Il ne va pas s'arrêter à ta peau. Il va te prendre ton énergie, ton temps, ta liberté. Il va t'épuiser au point que tu ne reconnaîtras plus tes journées. Il va te faire rater des moments que tu ne récupéreras jamais. Tes rides... ce sera le cadet de tes soucis. Mais tranquille. Continue de te détester tous les jours. Bonne journée. »