

## VERS UNE GÉNÉRATION PAIX

Aujourd'hui, beaucoup d'entre nous vivent pressés, collés à des écrans, courant entre le travail, les courses et les obligations. On se parle moins, on se voit moins, et parfois, on a l'impression que la technologie dirige notre vie. Les machines font beaucoup de chose à notre place, et on oublie un peu le plaisir simple d'être humains.

Mais il y a toujours une chance de changer cela. On peut apprendre à se *programmer* soi-même, en décidant de **choisir la lumière** au bout du chemin. De cette manière on peut **partager** plus de temps avec les autres, **sourire** et voir ce qui compte vraiment. On peut apprendre à écouter, à aider et à apprécier les petits moments.

Avec un peu d'*anticipation*, on peut imaginer des moments différents : un dîner avec des amis, une promenade dans le parc, des discussions où l'on se sent vraiment **ensemble**. Petit à petit, on peut changer nos habitudes, laisser les écrans de côté, rire, parler, et retrouver le plaisir d'être proche des autres. On peut *transmuter* la fatigue ou le stress, en joie ou en amour.

Le temps continue comme un *continuum*, et chaque petit geste compte. C'est ainsi que nous pouvons **croire en demain** et garder espoir. Même si le monde bouge vite, chaque petit geste d'attention et de chaleur, accompagné de respect, crée un **futur plus lumineux**. Ensemble, on peut construire une vraie **génération paix** et des moments remplis de chaleur.

Elena ȘOAITĂ, 16 ans