

Désengage-toi de la vision des autres

Mes complexes m'empoisonnent la vie.

Rêche au toucher et picotée de minuscules points rosés, ma peau ressemble à celle d'une poule déplumée. Je ne m'en étais pas aperçue avant que ma copine me l'ait fait remarquer. Je l'examine attentivement et dois me résoudre à l'évidence : j'ai bien une peau de poule, mais seulement celle de mes bras et de mes jambes. Ma peau était absente. Maintenant, je la vois tout le temps et j'en souffre. Je la cache tout ce que je peux, mais l'éteindre ce n'est pas facile. Je rage contre ma mère, mon père, le Bon Dieu et ses saints. Ma sœur me dit que j'ai un complexe. C'est quoi un complexe ?

Le complexe est la fausse et sombre image que tu as peinte de toi suite à ta réaction au monde extérieur. C'est un petit virus qui t'empoisonne la vie, et ce virus est l'insatisfaction que tu as vis-à-vis de toi-même.

Si je n'avais pas cette peau, je ne recevrais pas de remarques désobligeantes.

Tu écoutes et tu crois tout ce qu'on te dit.

Un complexe, c'est comme une blessure au doigt, on se cogne toujours dessus sans faire exprès. Chaque regard des autres sur ma peau me fait souffrir.

C'est aussi le regard des autres qui est à son origine.

J'avoue que ma peau était belle et douce avant qu'elle ne devienne une peau de poule pour les autres. La pierre ponce, le gant de crin, les crèmes, les brûlures au soleil, tout y passe pour tenter de lui donner un aspect normal.

Elle est normale ! C'est toi qui la déforme ! C'est dans ta tête que tu dois la changer !

Je ne sais pas comment changer la vision que j'ai de ma peau. Je vais demander à mon petit copain comment il la voit. C'est lui le mieux placé pour en juger. Sans même avoir eu besoin de formuler ma demande, il me déclare un soir, qu'il n'a jamais connu une fille avec une peau aussi douce. Choc à l'envers, choc à l'endroit ! Je m'en sors plutôt bien !

Tu n'es pas encore sortie d'affaire.

Rabat-joie !

Tu n'as pas encore compris pourquoi tu as pu être victime de cette petite maladie de ton esprit. Plus tu t'identifies à l'extérieur, plus ton équilibre devient instable.

Pourquoi ?

Obsalette

et son double

Parce que tu donnes aux autres des qualités que tu crois ne pas avoir. Apprends à te désengager intérieurement des autres. Le tableau que tu as peint de toi et que tu as cru être ta réalité n'est qu'un manque d'intelligence qui t'empêche de comprendre le but de ton expérience.

C'est quoi le but de cette peau de poule, à part m'empoisonner la vie ?

C'est de t'apprendre à faire appel à un autre palier d'intelligence en toi qui puisse t'éclairer objectivement sur ce malaise psychologique avec toi-même et te faire voir le jour et non la nuit de ton être.

Toi ?

Moi !

Ma peau a retrouvé sa douceur d'antan.