

## Surveille-toi, toi-même

**Je soupçonne les autres quand je ne retrouve pas mes affaires.**

Il me manque des linges de toilette et mes provisions de nourriture diminuent trop vite. Je soupçonne la femme de ménage d'être à l'origine de ces petits larcins. Cette situation me dérange et me touche, d'autant plus qu'elle est devenue une amie. Je vais me montrer plus attentive et la surveiller un peu.

*Au lieu de la surveiller, surveille-toi toi-même.*

Surveiller quoi ?

*Ta susceptibilité qui, avec le temps, t'a écartée de ton être.*

Qu'est-ce que ma susceptibilité vient faire là ?

*Elle est signe qu'il y a en toi une faiblesse que ton orgueil t'empêche de reconnaître. Elle te rend méfiante.*

Ce n'est pas grave d'être un peu méfiante.

*La méfiance détruit ta sécurité et peut t'installer dans une crainte permanente de tout.*

C'est normal de devenir méfiante quand des choses disparaissent.

*La méfiance n'est jamais justifiable. Elle diminue ta capacité naturelle à communiquer et te fais répondre à tes émotions, donc t'affaiblit intérieurement.*

Je dois, une fois encore, surveiller mes émotions.

*Quand tu es en contact avec une personne, tu dois pouvoir lui donner immédiatement le bénéfice du doute et voir ses bonnes intentions, sinon le principe d'amour qui te nourrit à ton insu se retire, car tu n'es plus intelligente dans ta sensibilité.*

C'est plus facile d'aller vers la méfiance.

*Cette tendance doit être stoppée immédiatement pour ne pas t'isoler et diminuer l'affection que tu portes à ton amie.*

En faisant de l'ordre dans la cuisine, je m'aperçois qu'il manque des verres. J'appelle aussitôt mon amie pour lui demander où ils sont et découvre qu'elle a une manière particulière de ranger les choses qu'elle trouve plus esthétique. J'en profite pour faire discrètement le tour de ce que je crois manquer et les vides se combler sans problème. Je retrouve la paix et ma bonne relation.