

Choisir mon look, c'est ma liberté



Apprendre à s'accepter est une route que nous pouvons choisir et qui nous emmène vers le contentement.

C'est l'été et voici que les propositions de régimes, et de chirurgie esthétique fleurissent un peu partout. Toutes sortes de moyens de plus en plus sophistiqués sont proposés dans les pages de pub des journaux féminins:

- Maigrissez de 5 kilos en 8 jours (pour enlever un peu de rondeur par ci ou par là)
- Mincissez, regalbez, sculptez votre corps
- Se patcher pour retrouver un ventre plat.
- Administrez vous quelques injections pour diminuer votre masse osseuse
- Et votre accessoire autobronzant qui change tout pour votre beauté.
- Et j'en passe

Une amie me parlait il y a quelque jours, qu'elle s'administrerait des injections pour diminuer sa masse grasseuse ! Et il y a les séances de bronzage en vue de l'été à la plage !

Ce qui me gêne profondément, c'est que ce sont les médias qui imposent les critères d'acceptabilité quant à la morphologie, la coupe de cheveux, le bronzage, l'habillement... et j'arrête là ma liste !

Mes 1,60 m font de moi une " petite " ! Longtemps, j'étais en admiration devant une de mes amies qui mesure 1,90m. Je trouvais cela très esthétique et athlétique. Les kilos superflus passaient inaperçus chez elle.

Vint un jour, où nous en avons parlé. Mon amie a énuméré tous les inconvénients liés à sa taille :

- elle trouve beaucoup plus pénible de se baisser
- elle se tient rarement droite
- elle a dû réaménager sa cuisine pour avoir le plan de travail à sa hauteur
- il lui est plus difficile de trouver à s'habiller dans le prêt à porter etc, etc...

Bref, ma façon de voir n'était pas du tout objective !

J'en ai conclu qu'il me faut apprendre à ne pas idéaliser ce que je n'ai pas ou ce que je ne suis pas !
Alors, pourquoi tant d'acharnement à nous focaliser et parfois jusqu'à fabuler sur nos " défauts " ?
Cherchons à connaître et à compter nos atouts, et sachons les regarder comme des cadeaux.
Cultivons la reconnaissance !

Ps 139 : " Tu as fait de moi une créature merveilleuse ".

en partenariat avec : www.famillejetaime.com

Simone .

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !



1 PARTAGES