

## Défi 51 : EGOISTE VERSUS GENEREUX

"Un avare qui garde son argent ressemble à un homme qui a du pain devant lui et qui ne mange pas »

Proverbe oriental

Que croyez-vous que font ceux qui ont horreur de passer pour des radins ? Ils ont tendance à en faire trop vis-à-vis des autres. En réalité, ils sont déjà des radins. Avec qui ? Avec eux-mêmes en étant bien plus généreux avec les autres.

DEFI :

Pour être en paix avec ces facettes que beaucoup rejettent :

Posez-vous cette question : qu'est-ce qui vous fait dire que vous êtes généreux ? Quand donnez-vous aux autres ? Quand faites-vous quelque chose pour les autres ? Observez tout au long de la journée les moments de générosité et d'égoïsme ou de radinerie. Que remarquez-vous ?

Puis lisez à voix haute ces deux phrases, les pieds bien ancrés, face à un miroir en observant les sensations du corps :

- 1) je suis un radin et **c'est ok**
- 2) je suis altruiste avec et SANS penser aux autres

Etre égoïsme est parfois approprié dans certaines situations. Si vous êtes fatigué, la meilleure chose à faire est de prendre soin de vous. Quand on agit en conscience, ce n'est pas contre les autres mais au service de sa vie, de la vie.