

-Si on vous offre un cadeau et que vous ne le prenez pas, à qui appartient-il ?

-Sûrement à celui qui l'a offert.

Dès lors, si vous refusez les insultes et les commentaires, ils ne vous appartiennent pas : ils reviennent à ceux qui les ont dits...

RESTEZ À L'ÉCART DE CEUX QUI CRITIQUENT

Les personnes qui critiquent doivent être responsables de leurs commentaires mais, de même, si nous acceptons leur négativité, nous devons en prendre la responsabilité.

Dans toute action, il existe à la fois le fait même et la perception que nous en avons. On ne peut pas changer la manière dont les gens parlent ou agissent, mais on peut modifier la façon dont on réagit à leur comportement. On a toujours le choix. Si on ne veut pas laisser de place à la négativité, on peut la refuser. Si nous la refusons, elle ne nous appartient pas.