



Se défaire de notre jugement de l'autre...

Situations évoquant un jugement pour moi. Ce qui me dérange chez l'autre.	Lesquels de mes besoins, valeurs, règles personnelles cette situation vient déranger ?	Qu'est-ce que le fait de juger l'autre m'apporte (de positif) dans cette situation ? Pourquoi je sens le besoin de juger l'autre ?	Que ferait et que dirait l'Amour dans cette situation ?	Comment puis-je voir la situation autrement sans porter de jugement ?	Quel comportement ou quelle pensée puis-je choisir d'avoir pour ne plus juger de la situation	Comment est-ce que je me sens en pensant à cette nouvelle façon de penser ou me comporter ?





Ne vous inquiétez pas à propos de ce que les pensent de vous. Ils sont trop occupés à s'inquiéter de ce que vous pensez d'eux...

