Anthony Hopkins :

Laisse partir les gens qui ne sont pas prêts à t'aimer.

C'est la chose la plus difficile que vous aurez à faire dans votre vie et ce sera aussi la chose la plus importante.

Arrête d'avoir des conversations difficiles avec des gens qui ne veulent pas changer.

Arrête d'apparaître pour les gens qui n'ont aucun intérêt à ta présence.

Je sais que votre instinct est de faire tout ce qui est en votre pouvoir pour gagner l'appréciation de ceux qui vous entourent, mais c'est une impulsion qui vole votre temps, votre énergie, votre santé mentale et physique.

Lorsque vous commencez à vous battre pour une vie avec joie, intérêt et engagement, tout le monde ne sera pas prêt à vous suivre dans cet endroit.

Cela ne signifie pas que vous devez changer ce que vous êtes, cela signifie que vous devez laisser partir les gens qui ne sont pas prêts à vous accompagner.

Si vous êtes exclu, insulté, oublié ou ignoré par les gens à qui vous donnez votre temps, vous ne vous rendez pas service en continuant à leur offrir votre énergie et votre vie.

La vérité c'est que tu n'es pas pour tout le monde et tout le monde ne sont pas pour toi.

C'est ce qui rend si spécial quand vous trouvez des gens avec qui vous avez de l'amitié ou de l'amour partagé.

Tu sauras combien c'est précieux parce que tu as vécu ce qui ne l'est pas.

Il y a des milliards de personnes sur cette planète et beaucoup d'entre elles vous les trouverez à votre niveau d'intérêt et d'engagement.

Peut-être que si tu arrêtes d'apparaître, ils ne te rechercheront pas.

Peut-être que si tu arrêtes d'essayer, la relation s'arrêtera.

Peut-être que si vous arrêtez d'envoyer des messages, votre téléphone restera sombre pendant des semaines.

Cela ne veut pas dire que tu as ruiné la relation, ça veut dire que la seule chose qui la soutenait était l'énergie que toi seul donnais pour la maintenir.

Ce n'est pas de l'amour c'est de l'attachement.

C'est donner une chance à ceux qui ne le méritent pas !

Tu mérites beaucoup plus.

La chose la plus précieuse que vous ayez dans votre vie est votre temps et votre énergie car les deux sont limités.

Aux gens et aux choses que tu donnes ton temps et ton énergie définira ton existence.

Lorsque vous réalisez cela, vous commencez à comprendre pourquoi vous êtes si anxieux lorsque vous passez du temps avec des gens, des activités ou des espaces qui ne vous conviennent pas et ne devraient pas être près de vous.

Tu commenceras à réaliser que la chose la plus importante que tu puisses faire pour toi-même et pour tous ceux qui t'entourent est de protéger ton énergie plus férocement que tout autre chose.

Fais de ta vie un refuge sûr, où seules les personnes « compatibles » avec toi sont autorisées.

Tu n'es responsable de sauver personne.

Tu n'es pas responsable de les convaincre de s'améliorer.

Ce n'est pas ton travail d'exister pour les gens et de leur donner ta vie !

Vous méritez de vraies amitiés, de vrais engagements et un amour complet avec des gens sains et prospères.

La décision de prendre de la distance avec des personnes nocives vous donnera l'amour, l'estime, le bonheur et la protection que vous méritez.