

« Avec un client ou un étudiant, dans la majorité des cas, si tu avais bien écouté, si tu avais été assez attentif, tu aurais pu aider la personne à trouver des solutions. Parce que tu ne vas pas prendre les résolutions à sa place, mais, au moins, tu peux lui donner des outils pour que lui, il puisse aller trouver des solutions de par lui-même. »

« Lorsque je fais preuve de pensée bienveillante, je peux me dire: " Ah! je peux dormir tranquille ou je suis satisfaite de cette journée. J'ai bien fait ce qu'il fallait que je fasse." »

« Une pensée affective qui s'accomplit dans l'amour d'autrui, dans la conscience des forces et des faiblesses de ceux qui sont placés sous nos bons soins (patients, étudiants, etc.). »



« La pensée bienveillante, c'est prendre soin de la personne "profondément", pas seulement physiquement; c'est prendre en compte ses besoins psychologiques qui ne sont pas visibles à première vue. »

[En parlant d'une personne qui consomme de la drogue], « je soigne la personne que j'ai devant moi, puis si demain elle est prête à faire un mouv, si dans un an elle est prête à faire un mouv ou si c'est dans 5 ans qu'elle est prête à faire un mouv sur sa consommation, je vais être là. C'est ça être empathique, c'est d'être ouvert à l'autre; c'est de ne pas croire qu'on a toutes les bonnes réponses. »