

Les mots doux de l'Autorité Ego manifestee

12 petits papiers à découper, plier, piocher... et expérimenter.

CITATION « Une promesse juste commence par un vrai désir de t'engager. »	CITATION « Ta volonté est précieuse : elle n'a pas vocation à prouver ta valeur en permanence. »	MINI CHALLENGE Avant de promettre quelque chose aujourd'hui, demande-toi : « Est-ce que je veux vraiment m'engager là-dedans ? »
MINI CHALLENGE Exprime un désir clairement, à voix haute, sans l'habiller de ce que tu penses devoir vouloir.	MANTRA Je choisis mes engagements avec soin.	MANTRA Je n'ai pas besoin de prouver ma valeur par ma volonté.
SOIS COMME... Sois comme un contrat choisi. Ta parole gagne en puissance lorsque tu signes seulement ce que tu veux réellement tenir.	SOIS COMME... Sois comme un sprinteur. Ta volonté peut être puissante, mais elle n'est pas faite pour courir un marathon sans récupération.	CONSEIL Écoute ce que tu entends sortir de ta propre bouche : tes mots spontanés autour de « je veux » ou « je ne veux pas » peuvent être très révélateurs.
CONSEIL Ne gaspille pas ta volonté dans des engagements pris pour impressionner, rassurer ou démontrer que tu es capable.	CONSEIL Informers les personnes concernées par ce que tu vas faire peut réduire les résistances sans transformer ton choix en demande de permission.	CONSEIL Respecte les temps où ta volonté n'a rien à prouver ni à produire. Sa puissance ne se mesure pas à une disponibilité constante.