



ÉTINCO ENTENTE !

© Étinco ® 'Une manière d'Être heureux !

Étinco reconnaît d'emblée que l'immobilisme est à l'opposé de l'évolution. Puisque aujourd'hui je considère comme vraies des valeurs qui pourraient me sembler fausses demain, je me réserve donc le privilège d'adapter, de modifier et même de rejeter en tout ou en partie ce que contient le blog Étinco si ma qualité de vie peut en bénéficier. En tenant compte de mes capacités actuelles pour gérer mon cerveau.

- 1) MOI (votre prénom)... Je m'engage à choisir moi-même ce que j'ai le goût de vivre sans devoir m'obliger à le justifier auprès des autres... sauf si les conséquences de ce choix peuvent leur créer un préjudice.
- 2) MOI (votre prénom)... Je m'engage à exprimer clairement mes attentes, mes désirs et mes besoins aux personnes concernées plutôt que de les obliger à deviner ce que j'attends d'elles..
- 3) MOI (votre prénom)... Je m'engage à satisfaire moi-même mes besoins puisque je suis la seule personne que ça intéresse vraiment... à moins que quelqu'un d'autre y trouve aussi son avantage.
- 4) MOI (votre prénom)... Je m'engage à admettre que l'ampleur de mes déceptions et de mes souffrances sera proportionnelle à l'intensité de mes attentes face aux autres et face à la vie elle-même.
- 5) MOI (votre prénom)... Je m'engage à reconnaître que mon attitude, face aux gens et aux événements, dépend seulement de ma façon de les percevoir et du pouvoir que je leur donne.
- 6) MOI (votre prénom)... Je m'engage à tenir compte qu'une réaction trop émotive face à la victime d'aujourd'hui pourrait me transformer en son bourreau de demain.
- 7) MOI (votre prénom)... Je m'engage à résister aux personnes ou aux organisations qui utilisent la manipulation émotionnelle pour m'inciter à faire leur volonté plutôt que la mienne.
- 8) MOI (votre prénom)... Je m'engage à assumer pleinement l'impact que peuvent avoir mes croyances, mes paroles, mes comportements, mes ententes et mes CHOIX, tant sur ma qualité de vie que sur celle des autres.
- 9) MOI (votre prénom)... Je m'engage à éloigner toutes sources physiques, psychologiques, morales ou spirituelles que je perçois actuellement comme restrictives pour mon bien-être.
- 10) MOI (votre prénom)... Je m'engage à laisser les autres ÊTRE ce qu'ils choisissent D'ÊTRE, VIVRE ce qu'ils choisissent de VIVRE et CROIRE ce qu'ils choisissent de CROIRE dans la mesure où les conséquences n'impliquent qu'eux-mêmes.

JE VOUS SOUHAITE UN BELLE VISITE PAS PAR PAS

Amicalement M. Yvon Sénécal

Fondateur du centre Étinco Tous droits réservés no- 500-15- 019654