

Les cinq accords toltèques

1. Que votre parole soit impeccable

Parlez avec intégrité. Dites seulement ce que vous voulez vraiment dire. Évitez d'utiliser la parole pour parler contre vous-même ou pour médire d'autrui. Mettez la puissance de votre parole au service de la vérité et de l'amour.

2. Ne prenez rien de façon personnelle

De ce que les autres font, rien n'est à cause de vous. Ce que les autres disent et font est une projection de leur propre réalité, de leur propre rêve. Lorsque vous serez immunisé contre les opinions et les actions des autres, vous ne serez plus la victime de souffrances inutiles.

3. Ne faites aucune supposition

Trouvez le courage de poser des questions et d'exprimer ce que vous voulez vraiment.

Communiquez avec les autres, aussi clairement que vous le pouvez, pour éviter les malentendus, la tristesse, et les drames. Avec juste ce seul accord, vous pouvez complètement transformer votre vie.

4. Faites toujours de votre mieux

Votre "mieux" va changer d'instant en instant. Il sera différent selon que vous êtes en bonne santé ou malade. En toute circonstance, faites simplement de votre mieux - vous éviterez de vous juger vous-même, d'exercer de la violence envers vous-même, et d'avoir des regrets.

5. Soyez sceptique, mais apprenez à écouter

Ne vous croyez pas vous-même, ni personne d'autre. Utilisez la force du doute pour remettre en question tout ce que vous entendez : est-ce vraiment la vérité ? Écoutez l'intention derrière les mots et vous comprendrez le véritable message.