



Les 4 Accords Toltèques + Le 5^e Accord Toltèque : Don Miguel Ruiz

Résumé :

Origine & Philosophie

Les Accords Toltèques sont inspirés de la sagesse ancestrale des **Toltèques**, civilisation mexicaine du Xe au XIIe siècle.

Ces enseignements visent à :

- ✓ Retrouver la **liberté personnelle**
- ✓ Cultiver la **paix intérieure**
- ✓ Développer une **conscience éveillée** de soi et des autres





Les 4 Accords Toltèques

1) Que votre parole soit impeccable

- 🗣️ Parlez avec intégrité, évitez les jugements ou les critiques destructrices.
- 👉 La parole peut être un outil de magie... ou de poison.

2) Ne prenez rien personnellement

- 💬 Ce que les autres disent ou font parle d'eux, **pas de vous**.
- 👉 Se détacher émotionnellement libère de nombreuses souffrances.

3) Ne faites pas de suppositions

- ❓ Clarifiez, posez des questions, communiquez.
- 👉 Évitez les malentendus et les déceptions inutiles.

4) Faites toujours de votre mieux

- ⚖️ Ni plus, ni moins. En fonction de vos capacités **du moment**.
 - 👉 Pas de regrets, pas de culpabilité.
-

☀️ Le 5^e Accord Toltèque

5) Soyez sceptique, mais apprenez à écouter

- 🌱 Remettez en question ce que vous croyez — **et ce que les autres vous disent**.
 - 👉 Ne croyez rien aveuglément, mais restez **ouvert d'esprit**.
-





✓ Pourquoi lire ce livre ?

- ✓ Pour mieux communiquer
- ✓ Pour se libérer des émotions négatives
- ✓ Pour cultiver une relation plus saine avec soi-même et les autres
- ✓ Pour vivre avec plus de conscience et moins de souffrance

Une lecture simple mais **transformatrice**. À relire à chaque période de doute ou de remise en question.  Un guide de vie, bien plus qu'un simple livre.

