



Pour vous accompagner au quotidien vers la sagesse toltèque, quoi de mieux que ce coffret-oracle signé don Miguel Ruiz ? Le leader spirituel vous offre un code de conduite simple pour **transformer votre existence en profondeur.**

48 cartes vous sont proposées afin de **travailler chacun des quatre accords** au quotidien : que votre parole soit impeccable ; quoi qu'il arrive, n'en faites pas une affaire personnelle ; ne faites pas de suppositions et faites toujours de votre mieux.



Don Miguel Ruiz est fils de guérisseuse du Mexique et petit-fils de nagual (chaman). Après des études de médecine, une rencontre avec la mort (NDE) et une expérience extracorporelle ont transformé sa vie. Depuis, il se consacre à la sagesse ancestrale des Toltèques. Il est l'auteur des best-sellers internationaux *Les Quatre Accords toltèques*, *Le 5^e Accord toltèque*, *La Maîtrise de l'amour* et *La Voix de la connaissance*.

Don Miguel Ruiz

**L'ORACLE
DES QUATRE
ACCORDS
TOLTÈQUES**

Livret explicatif

JouVence

Sommaire

Introduction	6
Prélude à un nouveau rêve	7
Le paradis sur Terre	9

Le premier accord toltèque :

<i>Que votre parole soit impeccable</i>	15
1. Parlez avec intégrité.	15
2. Prenez conscience de la puissance de votre parole... ..	16
3. Révélez vos véritables intentions.	17
4. Composez un rêve magnifique.	18
5. Ne vous jugez pas et ne vous reprochez rien.	19
6. Exprimez votre amour.	20
7. Substituez la peur par l'amour.	21
8. Entretenez votre foi.	22
9. Évertuez-vous à connaître la vérité.	23
10. Devenez un mage blanc.	24
11. Renoncez au besoin d'avoir raison.	25
12. Créez le paradis sur Terre.	26

Le deuxième accord toltèque :

Quoi qu'il arrive, n'en faites pas une affaire personnelle

13. Protégez-vous de l'opinion d'autrui.	27
14. Transformez votre vie.	28
15. Votre vérité vous appartient.	29

16. Ne vous prenez pas au sérieux..	30
17. Ayez conscience que chacun vit dans son propre rêve..	31
18. Percevez les autres tels qu'ils sont.	32
19. Refusez le poison émotionnel des autres.. . . .	33
20. Ignorez les opinions d'autrui.	34
21. Cessez de vous juger.	35
22. Regagnez votre liberté..	36
23. Aimez-vous comme vous êtes et respectez-vous. . .	37
24. Prémunissez-vous contre le poison.	38

Le troisième accord toltèque :

<i>Ne faites pas de suppositions</i>	39
25. Permettez à votre vie de se transformer.. . . .	39
26. Ne prêtez pas d'intentions à autrui.. . . .	40
27. Posez des questions..	41
28. Mettez fin aux rumeurs et à la médisance.. . . .	42
29. Communiquez honnêtement et ouvertement. . .	43
30. Laissez derrière vous la tristesse et les drames. . .	44
31. Ayez le courage de demander ce que vous voulez.	45
32. Ne cherchez pas à changer les autres.. . . .	46
33. Communiquez clairement.	47
34. Discernez la vérité.	48
35. Soyez vous-même avec les autres..	49
36. Soyez vigilant face aux suppositions inconscientes.	50

<i>Le quatrième accord toltèque :</i>	
<i>Faites toujours de votre mieux</i>	51
37. Votre « mieux » varie en permanence.	51
38. Faites de votre mieux, ni plus ni moins.	52
39. Vivez l'instant présent.....	53
40. Concrétisez vos idées.	54
41. Honorez-vous.....	55
42. Œuvrez sans attendre de récompense.	56
43. C'est en pratiquant que l'on devient maître de son art.	57
44. Lâchez prise et libérez-vous du passé.....	58
45. Chérissez votre corps et prenez-en soin.....	59
46. Manifestez votre propre divinité.....	60
47. Agissez pour le mieux parce que tel est votre désir.....	61
48. Prenez votre vie en main et savourez-la.....	62
 <i>Les Toltèques</i>	63
<i>L'auteur</i>	64

Introduction

Les quatre accords toltèques sont de puissants principes destinés à nous ramener au cœur de ce que nous sommes vraiment, à savoir l'amour. Le véritable amour est inconditionnel, mais le problème c'est que nous apprenons à aimer à certaines conditions.

Les quatre accords toltèques nous aident à aimer de nouveau inconditionnellement, à commencer par nous-mêmes, puis tous nos frères et sœurs. Si vous savez respecter votre parole, si vous ne vous sentez jamais visé, si vous ne faites pas de suppositions et si vous faites toujours de votre mieux, vous allez transformer votre univers personnel et commencer à vous aimer de manière inconditionnelle.

Il sera ensuite plus facile d'aimer les autres sans poser de conditions, vous serez plus heureux et votre entourage en tirera également profit. Vos efforts toucheront tout le monde, car lorsque vous êtes heureux, les personnes qui vous côtoient sont également heureuses et cela les incite à modifier à leur tour leur propre univers.

Pour mettre en pratique les principes figurant dans *Les Quatre Accords toltèques* et vous accompagner au quotidien vers la sagesse toltèque, j'ai créé ce coffret-oracle contenant 48 cartes et un livret explicatif. Je souhaite vous offrir un

code de conduite à la fois simple et puissant pour atteindre la liberté et le bonheur véritable.

Douze cartes correspondent à chacun des quatre accords : (1) que votre parole soit impeccable ; (2) quoi qu'il arrive, n'en faites pas une affaire personnelle ; (3) ne faites pas de suppositions ; (4) faites toujours de votre mieux. Ces cartes vous aideront à transformer votre existence, à mesure que vous recouvrirez la conscience et la sagesse de votre moi authentique !

Avec tout mon amour et ma gratitude,
Don Miguel Ruiz

Prélude à un nouveau rêve

Vous avez conclu des milliers d'accords avec vous-même, avec les autres, avec le rêve de votre vie, avec Dieu, avec la société, avec vos parents, votre conjoint, vos enfants. Mais les plus importants sont ceux que vous avez passés avec vous-même. Au moyen de ces accords, vous vous dites qui vous êtes, ce que vous sentez, ce que vous croyez, et comment vous comporter.

Le résultat est ce que vous appelez votre personnalité. Dans ces accords, vous dites : *Voilà ce que je suis. Voilà ce que je crois. Il y a des choses que je peux faire, d'autres non.*

Ceci est la réalité, cela est imaginaire ; ceci est possible, cela impossible.

Un seul de ces accords ne pose guère de problèmes, mais nombreux sont ceux qui vous font souffrir et échouer dans la vie. Si vous voulez connaître une existence faite de joie et de plénitude, il vous faut trouver le courage de rompre ceux de vos accords qui sont fondés sur la peur, et revendiquer votre pouvoir personnel. Les accords dérivés de la peur nous font dépenser énormément d'énergie, tandis que ceux découlant de l'amour nous aident à conserver cette énergie et même à en avoir davantage.

Chacun d'entre nous est né avec une certaine quantité de pouvoir personnel que nous reconstruisons chaque jour en nous reposant. Malheureusement, nous épuisons tout ce pouvoir personnel à conclure nos accords puis à les tenir, de sorte que nous nous sentons impuissants. Nous avons tout juste assez d'énergie pour survivre chaque jour, car presque tout notre pouvoir sert à respecter les accords qui nous maintiennent dans le rêve de la planète. Comment pouvons-nous changer le rêve de notre vie alors que nous n'avons pas le pouvoir de modifier le plus infime de nos accords ?

Si nous sommes capables de voir que nos accords dirigent notre existence, et si nous n'aimons pas le rêve de notre vie, alors il nous faut changer ces accords. Quand nous serons enfin prêts à le faire, il existe quatre accords

toltèques très puissants qui nous aideront à rompre les autres accords issus de la peur qui nous vident de notre énergie.

Chaque fois que vous rompez un accord, tout le pouvoir que vous avez mis à le créer vous revient. Si vous adoptez ces quatre nouveaux accords toltèques, ils produiront suffisamment de pouvoir personnel pour que vous puissiez changer toute la structure de vos anciens accords.

Il vous faut une volonté très forte pour adopter ces quatre accords toltèques, mais si vous parvenez à commencer à vivre avec eux, les transformations qui s'opéreront dans votre vie seront étonnantes. Vous verrez le drame de l'enfer disparaître sous vos yeux. Au lieu de vivre dans le cauchemar de l'enfer, vous créerez un nouveau rêve : votre rêve de paradis personnel.

Le paradis sur Terre

J'aimerais que vous oubliiez tout ce que vous avez appris au cours de votre existence. Ici commence une nouvelle compréhension, un nouveau rêve.

Le rêve que vous vivez est votre propre création. C'est votre perception de la réalité et vous pouvez la changer à tout moment. Vous avez le pouvoir de créer l'enfer, comme vous pouvez créer le paradis. Pourquoi ne pas rêver

un autre rêve ? Pourquoi ne pas utiliser votre esprit, votre imagination et vos émotions pour rêver le paradis ?

Utilisez simplement votre imagination, et quelque chose d'extraordinaire se produira. Imaginez que vous êtes capable de voir le monde avec d'autres yeux, chaque fois que vous le voulez. Chaque fois que vous ouvrez les yeux, vous voyez le monde autour de vous de manière différente.

Fermez vos yeux maintenant, puis ouvrez-les et regardez dehors.

Vous verrez alors de l'amour émaner des arbres, de l'amour descendre du ciel, de l'amour jaillir de la lumière. Vous percevrez de l'amour dans tout ce qui vous entoure.

C'est un état de béatitude. Vous percevez directement l'amour en toute chose, y compris en vous-même et ceux qui vous entourent. Même lorsque les gens sont tristes ou en colère, vous parvenez à voir que, derrière ces sentiments, ils propagent de l'amour.

Au moyen de votre imagination et de votre nouvelle perception, j'aimerais que vous vous voyiez en train de vivre une nouvelle vie, un nouveau rêve, une vie dans laquelle vous n'avez pas à justifier votre existence et où vous êtes libre d'être qui vous êtes vraiment.

Imaginez que vous avez la permission d'être heureux et de jouir pleinement de votre vie. Votre existence est libre de tout conflit avec vous-même et avec autrui.

Imaginez que vous vous aimez tel que vous êtes. Vous aimez votre corps tel qu'il est, et vos émotions telles qu'elles sont. Vous savez que vous êtes parfait comme vous êtes. Si je vous demande d'imaginer ces choses, c'est qu'elles sont toutes possibles ! Vous pouvez vivre en état de grâce, en état de béatitude, vivre le rêve du paradis. Mais pour vivre ce rêve, vous devez tout d'abord comprendre ce qu'il est.

Seul l'amour peut vous mettre dans cet état de béatitude. Être en béatitude, c'est comme être en amour. Être en amour est comme être en béatitude. Vous flottez dans les nuages. Vous percevez de l'amour où que vous alliez. Il est tout à fait possible de vivre ainsi en permanence.

D'autres l'ont fait, qui ne sont pas différents de vous. Ils vivent dans la béatitude parce qu'ils ont modifié leurs accords et vivent un autre rêve.

Dès que vous sentirez ce qu'est vivre en état de béatitude, vous adorerez cela. Vous saurez que le paradis sur Terre est une réalité, qu'il existe vraiment. Quand vous saurez qu'il existe, qu'il est possible d'y demeurer, il ne tiendra qu'à vous de faire l'effort d'y arriver. Il y a deux mille ans, Jésus a parlé du royaume des cieux, du règne de l'amour, mais quasiment personne n'était prêt à entendre cela. Les gens disaient : De quoi parlez-vous ? Mon cœur est vide, je ne ressens pas l'amour dont vous parlez ; je n'ai pas la paix que vous avez. Ne réagissez pas comme cela. Imaginez simplement que ce message d'amour est possible et vous découvrirez qu'il vous appartient.

Juge, attaché à la Victime. La souffrance vous donne un sentiment de sécurité, car elle vous est si familière.

Mais il n'y a vraiment aucune raison de souffrir. La seule raison pour laquelle vous souffrez est que vous l'avez choisi. Si vous regardez votre vie, vous trouverez de nombreuses excuses pour souffrir, mais vous ne trouverez aucune bonne raison. La même chose vaut pour le bonheur.

La seule raison pour laquelle vous êtes heureux est parce que vous en faites le choix. Le bonheur, tout comme la souffrance, est un choix.

Il est possible que nous ne puissions échapper à la destinée humaine, mais nous avons un choix : souffrir de cette destinée ou en jouir. Souffrir, ou aimer et être heureux. Vivre en enfer, ou vivre au paradis. Mon choix est de vivre au paradis.

Quel est le vôtre ?

Le premier accord toltèque : Que votre parole soit impeccable

I. Parlez avec intégrité.



*Si elle réussit à capter notre attention,
une parole peut pénétrer notre esprit
et changer toute une croyance, pour le meilleur
comme pour le pire.
Alors, évitez de vous servir de la parole
contre vous-même ou pour médire d'autrui.*