

"Les quatre accords toltèques" - Don Miguel Ruiz – Editions Jouvence

Dans ce livre, avec clarté et simplicité, l'auteur médecin et chamane, montre en premier lieu comment nous vivons dans un monde d'illusions fait des pensées collectives qui nous ont précédés.

Pourtant ce que nous croyons à travers ces pensées est la source de la création de notre monde. Notre expérience va où se porte notre attention et notre attention se porte sur ce que nous pensons vrai, sur ce qu'on nous a dit, bien que nous n'ayons pas choisi au départ de notre vie les choses auxquelles nous avons ainsi donné notre accord.

Il explique comment nous avons été domestiqué par la peur et que les idées reçues ont maintenant force de Loi contre laquelle nous ne pouvons nous rebeller sans craindre d'être puni. Seulement notre véritable punition en réalité est que de cette façon nous ne permettons pas à la vie de circuler car nous essayons de nous accorder aux attentes fondées sur les idées des autres qui ne sont pas nous, ce qui fait que nous échouons et alors nous imaginons à quel point nous sommes imparfaits et à cause de cela nous nous rejetons, nous ne nous donnons plus le droit d'être nous-même et encore moins d'être heureux de l'être.

Ce livre nous invite alors à rompre ces anciens "accords" avec des pensées fausses et avec la peur qui nous éloignent de nous-même et nous propose pour cela quatre nouveaux "accords" qui nous permettront de combattre ce "parasite" qui nous ronge et auquel nous nous croyons identifié.

Ces quatre accords invite d'une part à développer une pensée pure et sans péché, c'est à dire une pensée qui ne produit rien contre soi ou contre les autres, d'autre part de ne rien prendre de manière personnelle afin de ne pas se laisser influencer ou affecter par des croyances extérieures erronées car ce n'est pas ce que nous sommes, puis de ne jamais faire de suppositions qui risquent d'envenimer les situations mais d'oser poser les questions, de chercher la vérité, enfin de faire toujours de son mieux et de prendre plaisir à ce que l'on fait, de s'engager à agir selon les premiers accords en étant pleinement soi-même car c'est la meilleure façon de faire de son mieux.

Ainsi, il nous propose d'arrêter de vivre dans le passé et de prendre conscience que le drame de notre vie vient de ce que nous croyons et de comprendre que la plupart de nos croyances sont fausses. Il nous invite alors à désapprendre ce que l'on sait, oublier ce qu'on a appris car nous savons que nous pouvons penser autrement, nous libérer et faire de nos vies notre création à chaque instant présent pour être enfin qui nous sommes vraiment.