

# Les quatre accords Toltèques



## **Que votre parole soit impeccable**

*Parlez avec intégrité,  
ne dites que ce que vous pensez.  
N'utilisez pas la parole contre vous-même,  
ni pour médire autrui.*

## **Ne réagissez à rien de façon personnelle**

*Ce que les autres disent et font  
n'est qu'une projection de leur propre réalité, de leur rêve.  
Lorsque vous êtes immunisé contre cela,  
vous n'êtes plus victime de souffrances inutiles.*

## **Ne faites aucune supposition**

*Ayez le courage de poser des questions et d'exprimer vos vrais désirs.  
Communiquez clairement avec les autres pour éviter  
tristesse, malentendus et drames.  
A lui seul, cet accord peut transformer vos vies.*

## **Faites toujours de votre mieux**

*Votre "mieux" change d'instant en instant,  
quelles que soient les circonstances,  
faites simplement de votre mieux et vous éviterez  
de vous juger, de vous culpabiliser et d'avoir des regrets.*