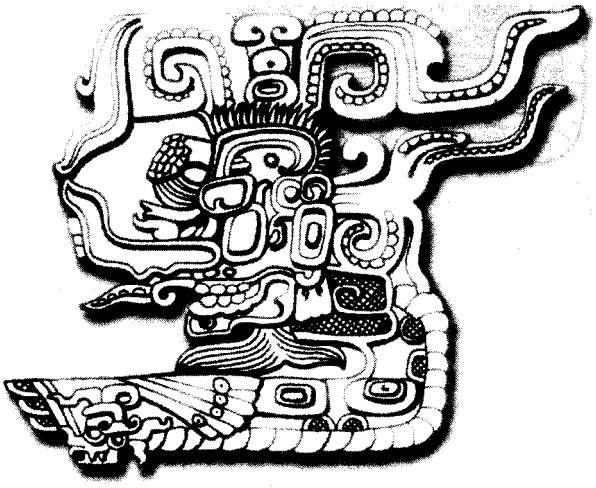
Le quatrième accord toltèque :

Faites toujours de votre mieux



Il ne reste plus qu'un seul accord, mais c'est celui qui transforme progressivement les trois autres en habitudes solidement ancrées en nous. Le quatrième accord concerne l'application des trois premiers : *faites toujours de votre mieux.*

Quelles que soient les circonstances, faites toujours de votre mieux, ni plus, ni moins. Mais rappelez-vous que votre mieux ne sera jamais pareil même d'une fois à l'autre. Tout est vivant, tout change constamment, par conséquent votre mieux sera parfois à un haut niveau et d'autres fois à un moins bon niveau. Les matins où vous vous réveillez frais et débordant d'énergie, votre mieux sera meilleur que lorsque vous êtes fatigué en fin de soirée. Il sera aussi différent selon que vous êtes en bonne santé ou malade, sobre ou ivre.Votre mieux variera selon que vous êtes en pleine forme et heureux, ou irrité, en colère, ou encore jaloux.

Selon votre humeur, votre mieux peut changer d'un instant à l'autre, d'une heure à la suivante, d'un jour au lendemain. Il évoluera aussi au fil du temps. Lorsque vous prendrez l'habitude de mettre en pratique ces nouveaux accords, votre mieux deviendra encore meilleur qu'il n'était.

Indépendamment de toute évaluation qualitative, continuez à faire de votre mieux : ni plus ni moins. Si vous vous acharnez à vouloir faire davantage que votre mieux, vous dépenserez plus d'énergie qu'il n'en faut et en fin de compte

votre mieux s'avérera insuffisant. Lorsque vous en faites trop, vous vous videz de votre énergie et vous agissez contre vous-même, avec pour conséquence qu'il vous faut

davantage de temps pour atteindre votre but. Mais si vous faites moins que votre mieux, vous vous exposez aux frustrations, au jugement personnel, à la culpabilité et aux regrets.

Faites donc simplement de votre mieux, quelles que soient les circonstances de votre vie. Peu importe que vous soyez fatigué ou malade, si vous faites toujours de votre mieux, il vous est impossible de vous juger. Et si vous ne vous jugez pas, il n'est pas possible de subir la culpabilité, la honte et l'auto-punition. En faisant toujours de votre mieux, vous romprez un grand sort auquel vous avez été soumis.

Il était une fois un homme qui voulait transcender sa souffrance. Il se rendit à un temple bouddhiste pour trouver un Maître qui puisse l'aider. Quand il trouva le Maître, il lui demanda : *“ Maître, si je médite quatre heures par jour, combien de temps me faudra-t-il pour atteindre la transcendance ? ”*

Le Maître le regarda et lui dit : “ *Si tu médites quatre heures par jour, peut-être parviendras-tu à transcender ton existence dans dix ans. ”*

Convaincu qu'il pouvait faire mieux que cela, l'homme lui demanda : “ *Oh, Maître, et si je méditais huit heures par jour combien de temps cela me prendrait-il ?*

Le Maître le regarda et lui répondit : “ *Si tu médites huit heures par jour, il te faudra probablement vingt ans. ”*

“ Mais pourquoi cela me prendrait-il plus longtemps si je médite plus ? ” interrogea l'homme.

Le Maître lui répondit : “ *Tu n'es pas là pour sacrifier ta joie ni ta vie. Tu es là pour vivre, pour être heureux et pour aimer. Si tu fais de ton mieux en méditant deux heures, mais que tu y consacres huit heures à la place, tu ne feras que te fatiguer, tu passeras à côté de ton objectif et tu n'apprécieras pas ton existence. Fais de ton mieux, et peut-être apprendras-tu que, peu importe la durée de ta méditation, tu peux vivre, aimer et être heureux. ”*

Si vous faites de votre mieux, vous vivrez votre existence intensément. Vous serez productif, vous serez bon envers vous-mêmes, parce que vous vous donnerez à votre famille, à votre communauté, à toute chose. C'est dans l'action que vous serez intensément heureux. Lorsque vous faites toujours de votre mieux, vous passez à l'action. Faire de votre mieux signifie agir parce que vous en avez envie, et non parce que vous en attendez une récompense. La plupart des gens font exactement l'inverse : ils n'agis-sent que lorsqu'ils espèrent une récompense, ne prenant aucun plaisir à ce qu'ils font. Voilà pourquoi ils ne font pas de leur mieux.

Par exemple, la plupart des gens vont chaque jour au travail en ne pensant qu'au jour de paie et à l'argent que leur travail va leur rapporter. Ils attendent avec impatience le vendredi ou le samedi, selon le jour où ils sont payés et où ils peuvent prendre du temps pour eux. Ils ne travaillent que pour la récompense et, du coup, font de la résistance. Ils essayent d'éviter d'agir et, par conséquent, ne font pas de leur mieux.

Ils travaillent dur toute la semaine, peinant à leur tâche, subissant leur activité, non parce qu'ils le veulent, mais parce qu'ils pensent y être obligés. Ils doivent travailler pour payer leur loyer et subvenir aux besoins de leur famille. Ils vivent donc avec toute cette frustration et, lorsqu'ils reçoivent enfin leur argent, ils sont malheureux. Ils ont deux jours de repos pour faire ce qu'ils veulent, mais que font-ils ? Ils essaient de s'évader. Ils se saoulent parce qu'ils ne s'aiment pas. Ils n'aiment pas leur vie. On se fait du tort de multiples manières lorsqu'on n'aime pas qui l'on est.

Inversement, si vous agissez simplement pour le plaisir d'agir, sans attendre de récompense, vous découvrirez que vous apprécierez tout ce que vous ferez. Vous en serez récompensé, mais vous ne serez plus attaché à la récompense. Vous pourriez même obtenir plus pour vous-même que vous ne l'auriez imaginé sans attendre de récompense. Si on aime ce qu'on fait, si on fait constamment de son mieux, alors on jouit pleinement de la vie. On s'amuse, on ne s'ennuie pas, on n'est pas frustrés.

Lorsque vous faites de votre mieux, vous ne laissez aucune chance à votre Juge intérieur de vous culpabiliser ou de vous critiquer. Si vous avez fait de votre mieux et qu'il essaie de vous juger selon le Livre de la Loi, vous savez quoi répondre : *"J'ai fait de mon mieux."* Vous n'avez aucun regret. Voilà pourquoi on doit toujours agir pour le mieux. Ce n'est pas un accord facile à conclure et à respecter, mais il va vraiment vous libérer.

Lorsque vous faites de votre mieux, vous apprenez à vous accepter. En étant conscient vous pouvez apprendre de vos erreurs. Cela signifie vous exercer, regarder honnêtement les résultats de vos actions, et continuer de vous exercer. Ceci accroit votre conscience.

Vous n'avez pas l'impression de travailler dur, en faisant de votre mieux, parce que vous prenez plaisir à ce que vous faites. Vous savez que vous agissez pour le mieux lorsque vous appréciez les activités auxquelles vous vous adonnez ou que vous les accomplissez de telle sorte qu'il n'en résulte aucune conséquence négative pour vous.Vous faites de votre mieux parce que vous le voulez, et non parce qu'il le faut, ni pour essayer de faire plaisir au Juge, ni à qui que ce soit d'autre.

Si vous entreprenez une action parce que vous le devez, il est impossible de l'effectuer au mieux. Alors autant ne pas la faire. Non, faites de votre mieux parce qu'agir ainsi vous rend heureux. Lorsque vous le faites simplement pour le seul plaisir que vous y trouvez, vous n'agissez que parce que vous aimez cela.

Etre dans l'action, c'est vivre pleinement. L'inaction est notre manière de nier la

vie. L'inaction, c'est rester assis devant la télévision chaque jour pendant des années, parce que vous avez peur d'être vivant et de prendre le risque d'exprimer qui vous êtes. C'est passer à l'action que d'exprimer qui vous êtes. Vous pouvez avoir beau-coup de grandes idées dans votre tête, mais ce qui fait la différence c'est le passage à l'acte. Si vous ne passez pas à l'action pour. concrétiser vos idées, il n'y aura aucune manifestation, aucun résultat, et aucune récompense.

L'histoire de Forrest Gump en fournit un bon exemple. Il n'avait pas de grandes idées, mais il pas-sait tout de suite à l'acte. Il était heureux parce qu'il faisait toujours de son mieux, quelle que fût son activité. Il a été richement récompensé alors qu'il n'attendait rien.

Agir, c'est être vivant. C'est prendre le risque de sortir de votre coquille et d'exprimer votre rêve. Ce n'est pas la même chose que d'imposer son rêve à autrui, car chacun a le droit d'exprimer son rêve.

Toujours faire de son mieux. C'est une excellente habitude à développer que de toujours faire de son mieux. Je fais de mon mieux dans tout ce que je fais et vis. Faire de mon mieux est devenu un rituel dans ma vie, car j'ai fait le choix d'en faire un rituel. C'est une croyance, comme d'autres croyances que j'ai choisies. Je fais de chaque chose un rituel, et je fais toujours de mon mieux. Prendre une douche est un rituel pour moi, et j'en profite pour dire à mon corps combien je l'aime. Je sens l'eau sur mon corps et je l'apprécie. Je fais de mon mieux pour satisfaire les besoins de mon corps et pour recevoir ce qu'il a à me donner.

En Inde, les gens pratiquent un rituel que l'on appel-le une *puja,* au cours duquel ils prennent des idoles représentant Dieu sous de nombreuses formes et les baignent, les nourrissent et leur expriment leur amour. Les idoles elles-mêmes n'ont guère d'importance. Ce qui compte, c'est la manière d'exécuter le rituel, la façon dont ces gens disent : “ *Je t'aime, mon Dieu ”*.

Dieu est la vie. Dieu est la vie en action. La meilleure façon de dire “ *Je t'aime, mon Dieu* ” est de vivre votre vie en faisant de votre mieux. La meilleure façon de dire *“ Merci, mon Dieu* ” est de se détacher .du passé et de vivre l'instant présent, ici et maintenant. Lorsque la vie vous prive soudain de quelque chose, détachez-vous en. Lorsque vous pratiquez le renoncement et que vous vous détachez du passé, vous vous donnez la possibilité d'être pleinement vivant dans l'instant. Se détacher du passé signifie être capable de savourer le rêve que vous vivez en ce moment même.

Si vous vivez dans un rêve passé, vous n'appréciez pas ce qui se passe maintenant, parce que vous souhaitez que le présent soit autre qu'il n'est. Nous n'avons pas de temps à perdre à regretter quelque chose ou quelqu'un, car nous sommes vivants. Ne pas apprécier ce qui se passe à l'instant même, c'est vivre dans le passé et n'être qu'à moitié vivant. Cela conduit à l'auto-apitoiement, à la souffrance et aux larmes.

Vous êtes né avec le droit d'être heureux. Vous êtes né avec le droit d'aimer, de vous réjouir et de partager votre amour. Vous êtes vivant, alors embrassez votre

vie et appréciez-la. Ne résistez pas à la vie qui s'exprime en vous, parce que c'est Dieu qui s'exprime ainsi. Votre seule existence prouve celle de Dieu. Elle prouve l'existence de la vie et de l'énergie.

Nous n'avons pas à savoir ni à prouver quoi que ce soit. Nous n'avons qu'à être, qu'à prendre le risque d'apprécier notre vie, c'est tout ce qui compte. Dites *“ non ”* lorsque vous voulez dire *“ non ”,* et “ *oui* ” quand vous voulez dire “ *oui* ”.Vous avez le droit d'être vous-mêmes. Et vous ne pouvez être vous-mêmes qu'en faisant de votre mieux. Lorsque vous ne le faites pas, vous niez votre droit à être vous-mêmes. Voilà une graine que vous devriez vraiment cultiver dans votre esprit.Vous n'avez pas besoin de connaissances ou de grands concepts philosophiques. Vous n'avez pas non plus besoin d'être accepté par les autres. Vous exprimez votre propre divinité en étant vivant et en vous aimant vous-mêmes ainsi qu'autrui. C'est une expression de Dieu que de dire : “ *Hé, je t'aime !* ”

Les trois premiers **accords toltèques** ne fonctionneront que si vous faites de votre mieux. Ne vous attendez pas à vous exprimer toujours avec une parole impeccable.Vos habitudes sont trop fortes et trop bien ancrées dans votre esprit. Mais vous pouvez faire de votre mieux. N'imaginez pas que vous ne prendrez plus jamais rien personnellement ; faites seule-ment de votre mieux. Ne croyez pas que vous ne ferez plus jamais la moindre supposition, mais vous pouvez parfaitement faire de votre mieux.

En faisant de votre mieux, l'habitude de mal utiliser votre parole, celle de faire une affaire personnelle de tout ce qui vous arrive et celle de faire des suppositions vont s'affaiblir et se manifester de moins en moins souvent. Vous n'avez pas à vous juger, à vous sentir coupable ou à vous punir, si vous n'arrivez pas à respecter ces **quatre accords toltèques.** Si vous faites de votre mieux, vous vous sentirez bien même en faisant encore des suppositions, même s'il vous arrive encore de réagir de façon personnelle, même si votre parole n'est pas tout le temps impeccable.

Si vous faites toujours de votre mieux, continuelle-ment, vous deviendrez un maître de la transformation. C'est la pratique qui fait le maître. En faisant de votre mieux, vous devenez un maître. Tout ce que vous savez, vous l'avez appris par la répétition. Vous avez appris à écrire, à conduire et même à marcher par la répétition. Vous êtes maître dans l'art de parler parce que vous vous êtes exercé. Agir, mettre en pratique, voilà ce qui fait la différence.

Dans votre quête de liberté personnelle et d'amour de soi, si vous agissez au mieux, vous découvrirez que ce n'est qu'une question de temps avant de trouver ce que vous cherchez. Il ne s'agit pas de rêvasser ou de rester assis en méditation durant des heures. Il vous faut vous lever et assumer votre humanité. Honorez l'homme ou la femme que vous êtes. Respectez votre corps, appréciez-le, aimez-le, nourrissez-le, lavez-le et soignez-le. Faites de l'exercice et adonnez-vous à des activités qui font du bien à votre corps. C'est une *puja* pour votre corps, et une communion entre vous et Dieu.

Vous n'avez pas besoin d'adorer des idoles représentant la Vierge Marie, le Christ ou Bouddha.Vous pouvez le faire si vous le souhaitez ; si cela vous fait du bien. Mais votre corps est une manifestation de Dieu, et si vous l'honorez, tout changera pour vous. Lorsque vous vous entraînez à exprimer votre amour à toutes les parties de votre corps, vous semez des graines d'amour dans votre esprit, et lorsque celles-ci croîtront, vous vous mettrez à aimer, honorer et respecter immensément votre corps.

Par la suite, chacun de vos actes devient un rituel pour honorer Dieu. L'étape d'après est de l'honorer par chacune de vos pensées, chacune de vos émotions, chacune de vos croyances, même avec ce qui est *“ juste ” ou “ faux ”*. Chaque pensée devient alors une communion avec Dieu et vous vivez un rêve exempt de jugements, de sentiments de victime et du besoin de médire ou de vous faire du tort.

Lorsque vous honorez ces quatre accords à la fois, il vous est impossible de vivre en enfer. Il n'y a vraiment pas moyen. Si votre parole est impeccable, si vous ne faites jamais une affaire personnelle de quoi que ce soit, si vous ne faites aucune supposition, si vous faites constamment de votre mieux, alors votre vie sera magnifique. Vous contrôlerez votre existence à cent pour-cent.

Les **quatre accords toltèques** représentent un résumé de la maîtrise de la transformation, qui est l'une des maîtrises enseignées par les Toltèques. Vous changez l'enfer en paradis. Le rêve de la planète se transforme en votre propre rêve de paradis. La connaissance est à votre disposition ; elle n'attend seulement que vous vouliez bien vous en servir. Les **quatre accords toltèques** sont là ; vous n'avez qu'à les adopter et respecter leur signification et leur pouvoir.

Faites simplement de votre mieux pour honorer ces accords. Vous pouvez conclure l'accord suivant aujourd'hui même : “ *Je choisis d'honorer les **quatre accords toltèques** ”*. Ils sont tellement simples et logiques que même un enfant peut les comprendre. Mais il vous faut une volonté très forte, une volonté puissante pour les respecter. Pourquoi ? Parce que, où que nous allions, notre chemin est jonché d'obstacles. Tout le monde essaie de saboter notre engage-ment de respecter ces accords, et tout semble organisé autour de nous pour nous inciter à les rompre. Le problème vient des autres accords qui font partie du rêve de la planète. Ils sont vivants et très puissants.

Voilà pourquoi il vous faut être un grand chasseur, un grand guerrier, capable de défendre ces **quatre accords** par votre vie. Votre bonheur, votre liberté, tout votre mode de vie en dépendent. Le but du guerrier est de transcender ce monde, d'échapper à cet enfer et de ne jamais y revenir. La récompense, comme l'enseignent les Toltèques, est de réussir à transcender l'expérience humaine de la souffrance, de devenir l'incarnation de Dieu. Voilà la récompense.

Nous devons vraiment utiliser la plus infime parcelle de notre pouvoir pour

réussir à tenir ces accords. Au début, je ne pensais pas que j'y parviendrais. J'ai chuté de nombreuses fois, mais je me suis relevé et j'ai continué d'avancer. Et je suis tombé à nouveau, mais j'ai toujours continué. Je ne me suis pas apitoyé sur moi-même. Cela m'était tout à fait impossible. Je me disais : *“ Même si je tombe, je suis assez fort, assez intelligent, donc j'y arriverai quand même ! ”* Alors je me relevais et je continuais. Chaque fois que je chutais, je me redressais et reprenais ma route, et chaque fois cela devenait de plus en plus facile. C'était pourtant très difficile, au début, très dur.

Alors, si vous aussi vous tombez, ne vous jugez pas. Ne donnez pas à votre Juge intérieur la satisfaction de faire de vous une victime. Non, soyez solide. Relevez-vous et renouvelez vos accords. *“ Bon, j'ai rompu mon accord d'avoir une parole impeccable. Je recommence à zéro. Je vais respecter les* ***quatre accords toltèques*** *juste durant cette journée. Aujourd'hui ma parole sera impeccable, quoi qu'il m'arrive je n'en ferai pas une affaire personnelle, je ne ferai aucune supposition, et je ferai de mon mieux. “*

Si vous rompez un accord, recommencez le lendemain, et à nouveau le jour suivant. Au début ce sera difficile, mais chaque jour deviendra un peu plus facile, jusqu'au jour où vous découvrirez que votre vie est régie par ces **quatre accords.** Et vous serez sur-pris de voir comment elle aura été transformée.

Vous n'avez pas besoin d'être religieux ou d'aller à l'église chaque jour. Votre amour et le respect que vous vous témoignez vont croître et se développer. Vous en êtes capable. Si moi je l'ai fait, vous pouvez également le faire. Ne vous souciez pas du futur ; gardez votre attention concentrée sur aujourd'hui et demeurez dans l'instant présent. Vivez simplement un jour à la fois. Faites toujours de votre mieux pour tenir ces accords, et bientôt tout cela deviendra facile. Aujourd'hui, un nouveau rêve commence.