

Le troisième Accord toltèque :

Ne faites pas de suppositions



Le troisième accord toltèque est de *ne pas faire de suppositions.*

Nous avons tendance à faire des suppositions à propos de tout. Le problème est que nous croyons ensui-te qu'elles sont la vérité. Nous serions prêt à jurer qu'elles sont vraies. Nous faisons des suppositions sur ce que les autres font ou pensent, fort de quoi nous en faisons une affaire personnelle, puis nous leur en voulons et nous leur communiquons du poison émotionnel par nos propos. Voilà pourquoi chaque fois qu'on fait des suppositions, qu'on prête des intentions à autrui, on crée des problèmes. Nous faisons des suppositions quant aux raisons d'agir d'autrui, nous les interprétons de travers, nous en faisons une affaire personnelle, et nous finissons par créer tout un drame pour rien du tout.

Toute la tristesse et les drames auxquels vous avez été confrontés dans votre vie

proviennent de cette habitude de faire des suppositions, de prêter des intentions à autrui et de prendre les choses personnelle-ment. Le rêve de l'enfer tout entier découle de ces comportements.

Rien qu'en faisant des suppositions et en prenant tout ce qui nous arrive personnellement, nous créons énormément de poison émotionnel, parce qu'ensuite nous médisons sur la base de ces suppositions. Souvenez-vous : la médisance est notre manière de communiquer dans le rêve de l'enfer, en échangeant du poison les uns avec les autres. Comme on a peur de demander des explications, on prête des intentions à autrui, on fait des suppositions que l'on croit être vraies ; puis, on défend ces suppositions et on donne tort à l'autre.

Il vaut toujours mieux poser des questions que de faire des suppositions, parce que celles-ci nous programment à souffrir.

Le grand *mitote* qui encombre l'esprit humain provoque beau-coup de chaos et nous conduit à tout comprendre et interpréter de travers. On ne voit et entend que ce que l'on veut bien voir et entendre. On ne perçoit pas les choses telles qu'elles sont. On prend l'habitude de rêver sans lien avec la réalité. On rêve littéralement les choses dans notre imagination. Lorsque nous ne comprenons pas une chose, nous faisons une supposition quant à sa signification, et, lorsque la vérité se fait jour, la bulle de notre rêve éclate, et nous découvrons que les choses n'étaient pas du tout comme nous le pensions.

Exemple : vous êtes dans un centre commercial et vous apercevez une personne que vous aimez bien. Celle-ci vous regarde et vous sourit, puis s'en va. Cette scène se prête à de nombreuses suppositions. Celles-ci peuvent déboucher sur tout un scénario imaginaire. Vous allez vous mettre à croire ce que vous imaginez et à vouloir le rendre réel. Tout un rêve va prendre naissance à partir des intentions que vous prêtez à cette personne et vous pouvez croire : “ *Ahh, elle m'aime beaucoup* ”. Partant de ce présupposé, une relation commence à se construire dans votre tête. Peut-être même allez-vous jusqu'à imaginer un mariage. Mais cette histoire imaginaire n'existe que dans votre tête, dans votre rêve personnel.

Faire des suppositions à propos de nos relations est le moyen sûr de s'attirer des problèmes. Par exemple, nous supposons généralement que notre partenaire sait ce que nous voulons ; nous croyons donc ne pas avoir besoin de le lui dire. Nous pensons qu'il va faire ce que nous désirons, parce qu'il nous connaît bien. Et s'il ne le fait pas, nous nous sentons blessé et lui reprochons : “ *Tu aurais dû le savoir.* ”

Autre exemple : vous décidez de vous marier et vous supposez que votre partenaire considère le mariage de la même façon que vous. Puis vous commencez à vivre ensemble et vous découvrez que tel n'est pas le cas. Il en résulte beau-coup de conflits, mais vous continuez de ne pas clarifier vos sentiments à propos du mariage.

Le mari rentre à la maison après son travail, sa femme est fâchée, mais il ne sait pas pourquoi. Peut-être sa femme lui a-t-elle prêté certaines intentions. Sans rien

lui dire de ce qu'elle voulait, elle a supposé qu'il la connaissait assez pour savoir ce qu'elle désirait, comme s'il pouvait lire dans son esprit. Elle est donc irritée parce qu'il n'a pas comblé pas ses attentes.

Les suppositions que nous faisons concernant nos relations provoquent beaucoup de bagarres, de difficultés, d'incompréhensions avec des gens que nous sommes censés aimer.

Dans chaque relation on peut se laisser aller à supposer que les autres savent ce que nous pensons sans avoir à formuler nos besoins. Ils vont faire exactement ce que nous voulons parce qu'ils nous connaissent bien. Et s'ils ne le font pas, nous en sommes blessés et pensons : “ *Comment peuvent-ils faire une chose pareille ? Ils devraient quand même savoir.* ” Ainsi un drame se produit parce qu'on fait une supposition, avant d'en empiler d'autres par dessus.

Il est très intéressant de voir comment l'esprit humain fonctionne. Nous avons besoin de tout justifier, de tout expliquer, de tout comprendre, afin de nous rassurer. Il y a des millions de questions auxquelles nous cherchons les réponses, car il y a tant de choses que notre esprit rationnel ne peut expliquer. Peu importe que la réponse soit correcte ; le seul fait de trouver une réponse nous rassure. C'est pour cela que nous faisons des suppositions.

Les gens nous disent une chose : nous faisons des suppositions sur ce que sont leurs motivations. Ils ne nous disent rien ? Nous faisons alors d'autres suppositions destinées à combler notre besoin de savoir et à remplacer celui de communiquer. Même lorsqu'on entend quelque chose qu'on ne comprend pas, on fait des suppositions sur ce que cela signifie, puis on les croit. Nous ne cessons de supposer, parce que nous n'avons pas le courage de poser des questions.

La plupart du temps ces suppositions sont effectuées très vite et inconsciemment, parce que nos accords nous incitent à communiquer de cette manière. L'un d'eux stipule qu'il est dangereux de poser des questions : un autre dit que si les autres nous aiment, ils doivent savoir ce que nous voulons et comment nous nous sentons. Et, du moment qu'on croit quelque chose, on part du principe qu'on a raison, au point qu'on est prêt à détruire une relation pour défendre sa position.

On suppose que tout le monde voit la vie comme nous la voyons. On suppose que les autres pensent comme nous pensons, qu'ils ressentent les choses comme nous les ressentons, qu'ils jugent comme nous jugeons. Voilà la supposition la plus importante que font les humains. C'est la raison pour laquelle nous craignons d'être nous-mêmes avec les autres, car nous pensons qu'ils vont nous juger, nous maltraiter et nous critiquer, comme nous le faisons nous-mêmes. C'est pourquoi, avant même que les autres puissent nous rejeter, nous nous sommes déjà rejetés nous-mêmes. Voilà comment fonctionne l'esprit humain.

On fait également des suppositions sur soi-même, ce qui provoque beaucoup de conflits intérieurs : “ *Je pense que je suis capable de faire telle chose.* ” Vous supposez cela, puis vous découvrez que ce n'est pas le cas. Vous vous surestimez ou vous vous sous-estimez tout le temps, parce que vous ne prenez pas le temps de vous poser des questions et d'y répondre. Peut-être vous faut-il en savoir

davantage sur telle situation ? Ou peut-être devez-vous arrêter de vous mentir sur ce que vous voulez vraiment.

Souvent, lorsque vous démarrez une relation avec quelqu'un que vous aimez, vous devez le justifier. Vous ne voyez en lui que ce que vous voulez bien voir, et vous niez l'existence d'aspects que vous n'aimez pas. Vous vous mentez à vous-même afin de vous donner raison. Puis vous faites des suppositions, l'une d'entre elles étant : “ *Mon amour va transformer cette per-sonne* ”. Mais ce n'est pas vrai. Votre amour ne changera personne. Si les autres se transforment, c'est parce qu'ils veulent changer et non parce que vous en avez le pouvoir. Puis un incident se produit entre vous deux, et vous vous sentez blessé. Vous voyez tout d'un coup ce que vous refusiez de voir avant, désormais amplifié par votre poison émotionnel. Il vous faut maintenant justifier votre douleur émotionnelle en rendant l'autre responsable de vos choix.

On n'a pas à justifier l'amour ; l'amour est présent ou il ne l'est pas. L'amour véritable consiste à accepter les autres tels qu'ils sont sans essayer de les changer. Si nous essayons de les changer, cela signifie qu'on ne les aime pas vraiment. C'est pourquoi, de toute évidence, si vous décidez de vivre avec quelqu'un, si vous voulez conclure cet accord, il est préférable de le faire avec celui ou celle qui est exactement tel que vous le souhaitez. Trouvez quelqu'un que vous n'avez pas à changer. Il est beaucoup plus facile de dénicher quelqu'un qui soit déjà comme vous le souhaitez, plutôt que de vouloir le changer. De même, cette personne doit aussi vous aimer tel que vous êtes, sans avoir besoin de vous changer. Si elle a le sentiment qu'elle doit vous transformer, cela signifie qu'elle ne vous aime pas vraiment. Alors pourquoi rester avec quelqu'un, si vous n'êtes pas comme il ou elle le souhaite ?

Il faut pouvoir être qui l'on est, de façon à ne pas avoir à créer de fausse image de soi. Si vous m'aimez

tel que je suis : “ *OK, prenez-moi.* ” Si vous ne m'aimez pas comme je suis : “ *Alors, au revoir. Trouvez quelqu'un d'autre.* ” Cela peut vous sembler dur, et pourtant ce mode de communication signifie que les accords conclus avec autrui sont clairs et impeccables.

Essayez simplement d'imaginer le jour où vous arrêterez de prêter des intentions à votre partenaire, puis à toutes les autres per-sonnes présentes dans votre vie. Votre manière de communiquer changera complètement et vos relations ne souffriront plus des conflits engendrés par des hypothèses erronées.

Le meilleur moyen de vous empêcher de faire des suppositions est de poser des questions. Vérifiez que vos communications soient claires. Si vous ne comprenez pas, demandez. Ayez le cou-rage de poser des questions jusqu'à ce que tout soit aussi clair que possible, et même alors, ne pensez pas que vous savez tout ce qu'il y a à savoir sur telle situation. Lorsque vous aurez obtenu la réponse désirée, alors vous n'aurez plus besoin de faire des suppositions car vous saurez la vérité.

Utilisez votre voix pour demander ce que vous voulez. Chacun a le droit de vous dire “ *oui* ” ou “ *non* ”, et vous-même avez toujours le droit de demander.

Inversement, tout le monde peut vous interroger, et vous avez la possibilité de dire “ oui ” ou “ non ”.

Si vous ne comprenez pas quelque chose, il vaut mieux poser une question et être au clair plutôt que de faire des suppositions ou de prêter des intentions à autrui. Le jour où vous cesserez de le faire, vous communiquerez de façon propre et claire, libre de tout poison émotionnel. Si vous ne faites plus de suppositions, votre parole devient impeccable.

En communiquant clairement, toutes vos relations vont changer, non seulement avec votre partenaire, mais avec tout le monde. Vous n'aurez plus besoin de faire de suppositions, car tout deviendra clair. “ *Voici ce que je veux ; voilà ce que vous voulez.* ” Si nous communiquons ainsi, notre parole devient impeccable. Si tous les humains communiquaient de la sorte, avec une parole impeccable, il n'y aurait ni guerre, ni violence, ni incompréhension. Tous les problèmes humains se régleraient si nous avions simplement une communication claire et bonne.

Voilà donc quel est le **troisième accord toltèque** : ne faites aucune supposition. Formulé ainsi, cela semble facile, mais je suis conscient combien c'est difficile à mettre en oeuvre. La difficulté provient de ce qu'on fait généralement l'inverse. On a tous des habitudes dont on n'est même pas conscient. Les amener à la conscience et comprendre l'importance de cet accord est donc le premier pas à franchir. Mais la compréhension n'est pas suffisante. Une information ou une idée ne sont que des graines dans notre esprit. Ce qui va vraiment faire la différence, c'est l'action. Le fait de mettre une chose en pratique, jour après jour, renforce votre volonté, nourrit la graine et établit des fondements solides pour que se développe une nouvelle habitude. Après de nombreuses répétitions, ce nouvel accord deviendra une deuxième nature, et vous verrez la façon dont la magie de votre parole vous transformera de magicien noir en mage blanc.

Un mage blanc utilise la parole pour créer, donner, partager et aimer. En concluant ce seul accord, toute votre vie sera transformée.

Lorsque vous modifiez votre rêve, la magie arrive dans votre vie. Ce dont vous avez besoin vient à vous sans peine, car l'esprit se meut librement en vous. C'est ce que l'on appelle la maîtrise de l'intention, la maîtrise de l'esprit, la maîtrise de l'amour, la maîtrise de la gratitude, et la maîtrise de la vie. Voilà le but des Toltèques. Voilà le chemin qui conduit à la liberté personnelle.