

## OUTIL 37 Les 5 accords toltèques

### Présentation

Créés par le neurochirurgien et chaman Miguel Ruiz, les accords toltèques sont un code de bonne conduite pour vivre en harmonie avec soi et les autres. C'est un outil de management précieux qui contribue à briser les croyances limitantes et à développer l'intelligence collective. Il est édifié sur les 5 principes suivants :

1. « Que votre parole soit impeccable » : « La parole vous permet d'exprimer votre pouvoir créateur. Parlez avec intégrité, ne dites que ce que vous pensez, n'utilisez pas la parole contre vous-même ou les autres ».
2. « N'en faites pas une affaire personnelle » : « Ce que les autres disent et font n'est qu'une projection de leur propre réalité et de leur rêve personnel. Lorsque tu es immunié contre ça, tu n'es plus victime de souffrances inutiles ».
3. « Ne faites aucune supposition » : « Ayez le courage de poser des questions et d'explorer vos vrais desirs et besoins. Communiquez clairement avec les autres pour éviter tristesse, malentendus, et drames. À lui seul, cet accord peut transformer votre vie ».
4. « Faites toujours de votre mieux » : « Votre "mieux" change d'instant en instant, quelles que soient les circonstances, faites simplement de votre mieux. Ainsi vous éviterez de vous juger, de culpabiliser et d'avoir des regrets ».
5. « Soyez sceptique, mais apprenez à écouter » : « Ne vous croyez pas vous-même, ni personne d'autre. Utilisez la force du doute pour remettre en question tout ce que vous entendez : est-ce vraiment la vérité ? Écoutez l'intention qui sous-tend les mots et vous comprendrez le véritable message ».

### Intérêt des 5 accords toltèques

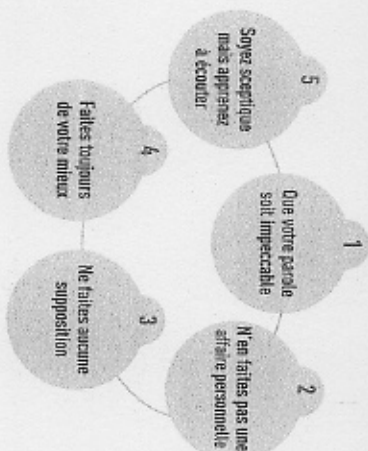
- Sortir des postures nocives pour une relation.
- Contribuer à une communication plus confiante.
- Permettre aux équipes d'avancer vers plus d'harmonie et de puissance collective.

### Pour l'utiliser

- Formuler des demandes plutôt que des reproches.
- Adopter une posture d'observateur, écouter ce que l'autre dit de lui-même derrière les mots qu'il emploie.
- Communiquer clairement ses besoins.
- Renoncer à vouloir avoir raison sur tout et tout le monde.
- Célébrer les ressources en présence.
- Exiger les accords toltèques comme modèles de déroulement des réunions.

118

### LES 5 ACCORDS TOLTÈQUES



### Exemple d'application

Les collaborateurs d'une agence immobilière ont participé à un séminaire consacré à la cohésion. Au-delà des exercices de team-building qui leur ont permis de vivre des temps de qualité et d'apprendre sur leur manière de travailler en équipe, ils ont également bénéficié d'une conférence sur la psychologie positive et les neurosciences afin de mieux comprendre le fonctionnement du cerveau et des relations. L'une des clés présentées était « Les 5 accords toltèques ». L'équipe du secteur Nord a trouvé cet outil concret et, profitant de l'élan dynamique du séminaire, a décidé de mettre ce nouveau code relationnel en application :

- Dans un premier temps, les collaborateurs ont recensé les actions qui pourraient être mises en œuvre à partir des 5 accords toltèques, et ce à tous les niveaux : gestes métiers, recrutement, réunions, entretiens individuels, pauses café...  
- Ensuite, ils ont créé une charte relationnelle, appelée « Happy at work grâce aux 5 accords toltèques », constituée d'une liste d'actions concrètes liées à des savoir-faire et des savoir-être relationnels. Jan, un des agents de nettoyage et dessinateur amateur a illustré cette charte sous forme de BD humoristique et colorée.

Affichée dans tous les bureaux, elle joue un rôle d'ancrage au quotidien et permet de s'y référer à la moindre médisance, dès que quelqu'un se sent attaqué, se dévalorise ou dévalorise un collègue, ou manque simplement d'écoute.

### POINTS DE VIGILANCE

- Faire faire la petite voix intérieure négative.
- Avoir réglé au préalable les rancunes éventuelles.

119