

@BIBLIOTEQUEANDO



LOS CUATRO ACUERDOS

Don Miguel Ruiz

SINOPSIS DEL LIBRO

@BIBLIOTEQUEANDO



Hemos aprendido a vivir según el punto de vista de los demás. Estas percepciones son malos acuerdos que tenemos en la mente que nos auto-limitan, **nos roban la alegría y crean sufrimiento innecesario**

El libro ofrece 4 acuerdos, basados en la antigua sabiduría tolteca, con los que puedes **transformar tu vida** en una nueva experiencia de libertad, felicidad y amor.



ACUERDO #1 SE IMPECABLE CON TUS PALABRAS

Las palabras son lo más poderosa que tiene el ser humano. Pero son un arma de doble filo. **Pueden crear algo hermoso, o destruirlo.**



Las palabras son como la magia y **todo ser humano es un mago** que con ellas puede hechizar a alguien, o liberarlo de un hechizo.

La mente humana es como un campo fértil, y las palabras son semillas. Las opiniones crecen a ser verdades en nuestra mente. Por lo tanto...



ACUERDO #1 SE IMPECABLE CON TUS PALABRAS

Ser impecable con las palabras significa **no usar palabras contra ti mismo ni los demás**. Expresarte negativamente significa pecar contra ti mismo ya que reflejas lo malo de tí mismo.



¿Cuántas veces te has dicho a ti mismo que eres estúpido, feo, malo en algo? Cada vez que lo haces, estás haciendo un mal acuerdo y eligiendo cumplirlo. Tus palabras transforman tu forma de pensar y afectan las opiniones de los demás, así que **elígelas sabiamente**.

ACUERDO #2 NO TE TOMES NADA PERSONALMENTE

Estamos atrapados en "la importancia personal" y creemos que el mundo gira alrededor nuestro. Por lo tanto asumimos que somos responsables de todo!



Así que si alguien te dice "eres un estúpido" eso es un reflejo de ellos, no de ti. No lo tomes personal porque eso significaría que estas de acuerdo, y esas palabras ahora son malas semillas en tu mente. **El no tomar nada personal, es un truco de magia para desaparecer a la tristeza.** Se libre.

ACUERDO #3 NO HAGAS SUPOSICIONES

Solemos suponer sobre todo, y muy frecuentemente **suponemos mentiras** que siembran malas semillas en la mente.



Si le dices "hola" a un amigo y no responde, quizás supongas que está enojado contigo, pero **no puedes suponer que los demás ven la vida como tu la ves.**

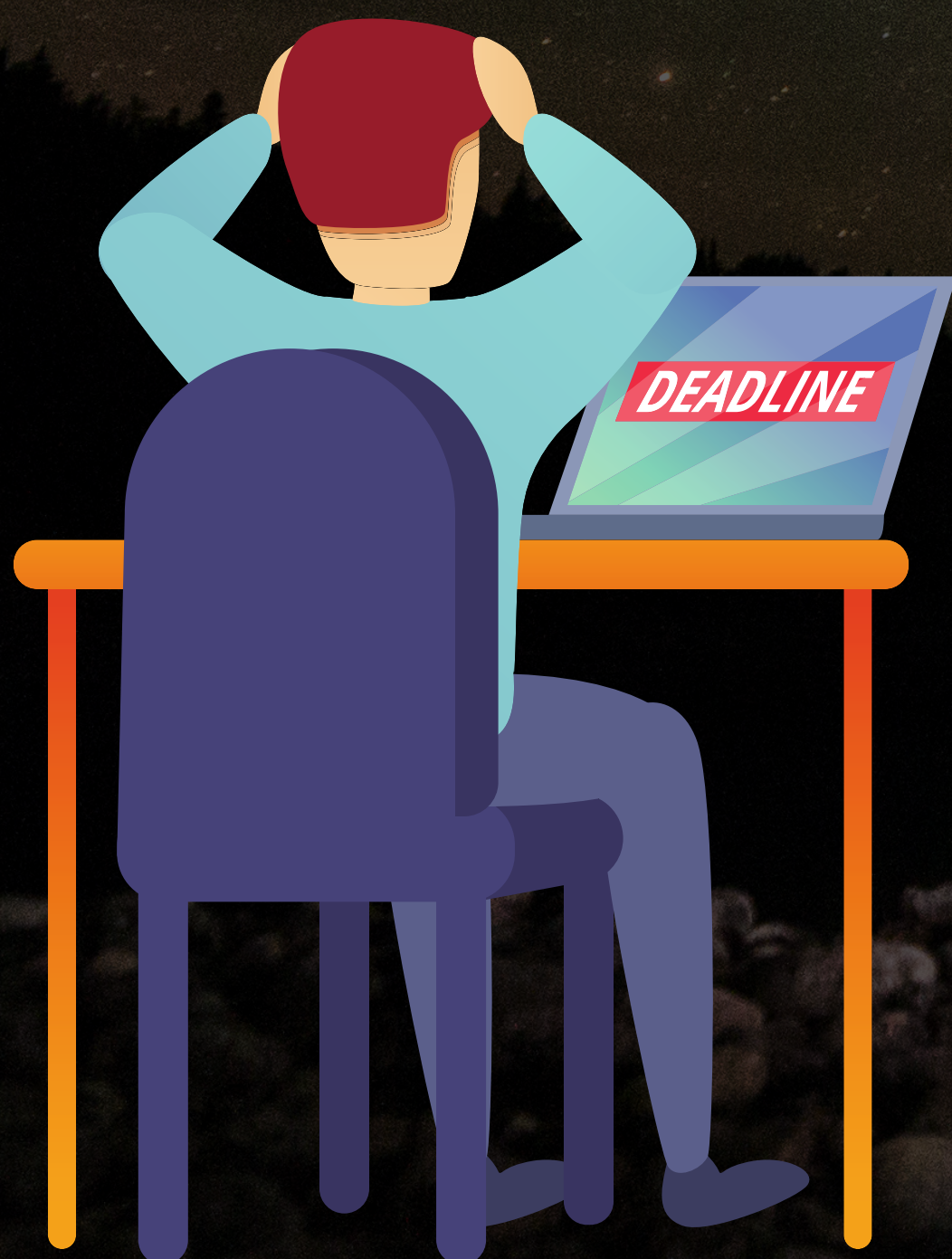
Debes reemplazar las suposiciones con preguntas. Te pueden decir que sí, o que no, pero siempre tendrás derecho a preguntar. La comunicación clara, muestra la verdad y te deja usar **palabras impecables.**



ACUERDO #4 HAZ SIEMPRE LO MÁXIMO QUE PUEDAS

Dar lo mejor de ti depende de la situación en la que te encuentres, pero siempre da lo mejor que puedas.

El dar lo máximo evita que te juzgues a ti mismo, y te da una paz mental independientemente de los factores o resultados externos.



Para poder dar lo mejor de ti, **debes actuar por el amor a esa cosa, no por una recompensa externa.** La gente que odia su trabajo pero les gusta su salario, viven deprimidos. Cuando haces lo máximo que puedes siempre vives muy feliz.

CONCLUSIÓN DEL LIBRO

Desde el momento en que nacemos, **estamos hechos para ajustarnos a las reglas de la sociedad**. Esto nos impide encontrarnos a nosotros mismos, pero **al usar estos cuatro acuerdos es posible reemplazar las reglas sociales** ¿Por qué no intentas romper uno de los miles de acuerdos que tienes ahora mismo? Tal vez te digas a ti mismo que no eres bueno pintando, usa los cuatro acuerdos y saca las acuarelas.

