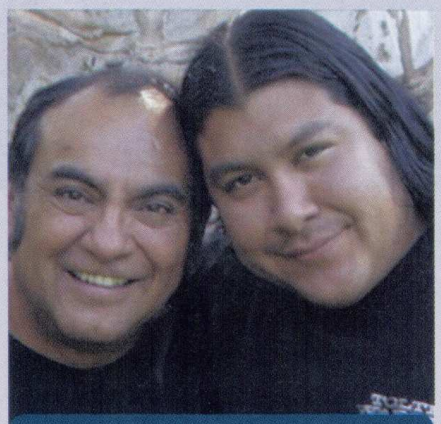
El quinto acuerdo

Miguel Ruiz nos aconseja no creer todas las historias que construimos, porque cada cual vive en su película. Lo que llamamos realidad no existe; es sólo una creación de la mente

En *Los cuatro acuerdos,* un libro delicioso, fácil de leer y que ha ayudado a millones de personas a mejorar su vida, Miguel Ruiz ya nos hablaba de la domesticación del ser humano, la educación para la socialización, que nos lleva a establecer una serie de acuerdos o creencias que se constituyen en una base firme desde la que le damos forma a nuestra idea del mundo, de las demás personas y de la propia identidad. Y esto no es malo ni bueno en sí mismo, sino simplemente necesario para la comunicación y para la convivencia. El problema tiene lugar cuando estos acuerdos adoptados se convierten en causa de infelicidad. En ese caso, deberíamos prestar atención a nuestras experiencias de sufrimiento, contemplarlas, comprenderlas e intentar identificar las creencias que hay detrás de ellas y que nos conducen a sufrir gratuitamente como en un círculo vicioso.



Los autores

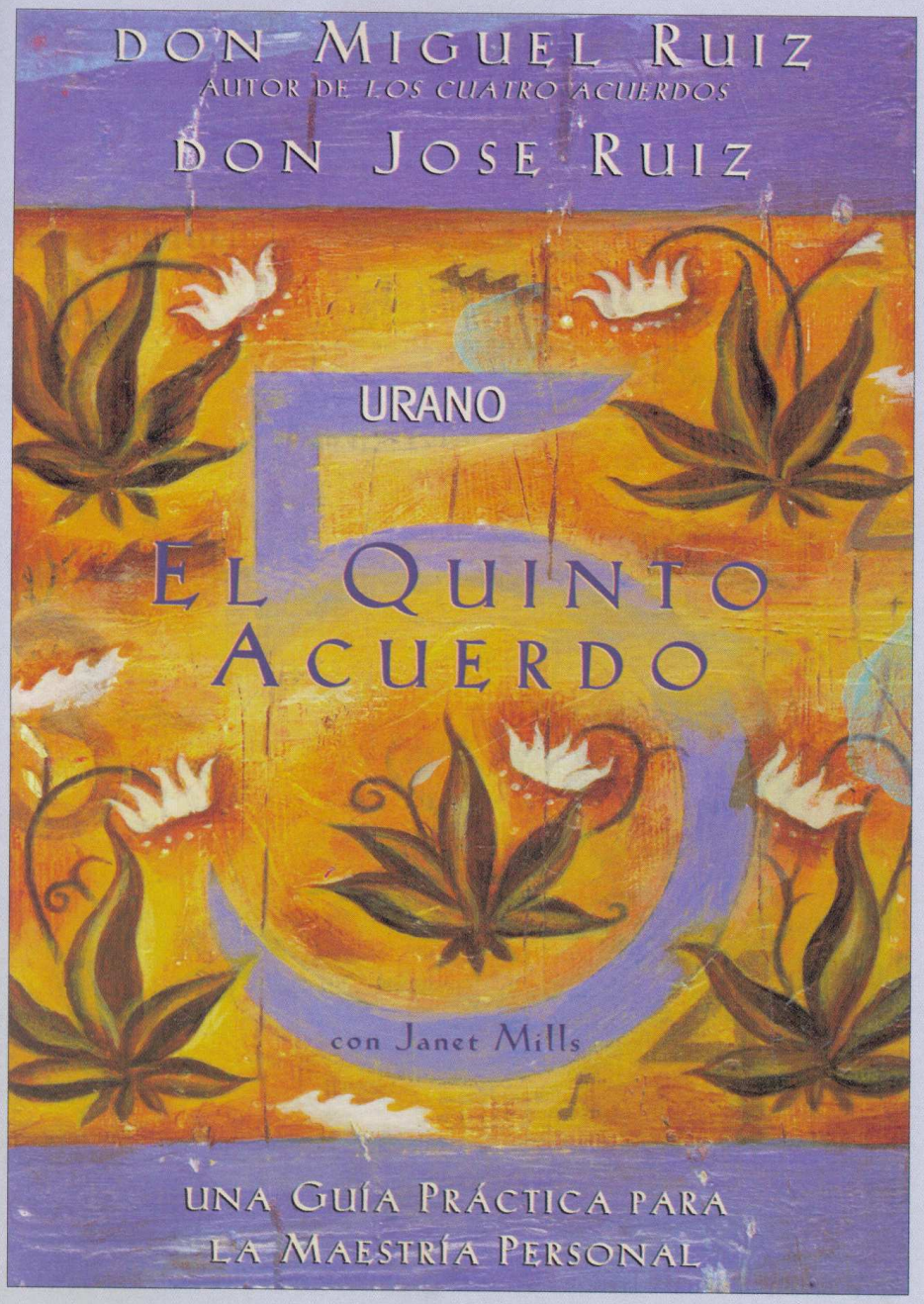
Miguel Ruiz es autor de *Los cuatro acuerdos, La maestría del amor* y *La voz del conocimiento* (Urano), bestsellers internacionales traducidos a docenas de lenguas. Difunde su sabiduría ancestral tolteca viajando por los lugares sagrados de todo el mundo. **José Ruiz** es su hijo, aprendiz y sucesor del linaje nagual. Durante los últimos años también viaja e imparte clases y talleres sobre las enseñanzas de los antiguos toltecas.

Una nueva forma de actuar en la vida

En su primer libro, que se convirtió en un bestseller internacional y llegó a considerarse como un manual de aplicación en escuelas, empresas o cárceles, cambiando la vida de muchas personas, Miguel Ruiz nos animaba a abandonar los viejos acuerdos establecidos en la primera infancia y consolidados a lo largo de nuestra vida. ¿Cómo hacerlo? ¿Cómo salir de la inercia de las viejas creencias y hábitos de comportamiento? Mediante la aplicación de otros nuevos acuerdos que nos conduzcan a nuevas formas de conducta, hasta convertirse en hábitos que desbanquen a los anteriores. Estos cuatro acuerdos provienen de la antigua sabiduría tolteca (México) y pueden resumirse en:

1. Sé impecable con tus palabras.
2. No te tomes nada como ofensa personal.
3. No hagas suposiciones.
4. Haz siempre lo máximo que puedas en cada situación.

Texto: **Marié Morales**



¿Por qué lo recomendamos?

- **Porque es la continuación y cierre definitivo de *Los cuatro acuerdos,*** bestseller y referente de autoayuda internacional.
- **Porque el autor pertenece a una familia tradicional de chamanes** mexicanos descendientes de los toltecas, como su abuelo, su madre, él mismo y su hijo, coautor del libro y sucesor del linaje.
- **Porque este quinto acuerdo incide en el poder de las palabras** y nos anima a contemplarlas como meras herramientas para la comunicación, y no como reflejo de la realidad.
- **Porque nos ayuda a no confundir las palabras con la realidad** y a percibir la vida que existe más allá de las creencias personales.
- **Porque el autor se ha consolidado como referente mundial,** citado a menudo por varias personalidades.

El tema

El libro nos ofrece una nueva perspectiva de "los cuatro acuerdos" y uno más, nuevo y definitivo, para transformar nuestra vida en un cielo personal. El quinto acuerdo ("Sé escéptico pero aprende a escuchar") es una consecuencia lógica de los anteriores, y nos ayuda a no confundir la verdad con las historias que nos contamos. Paralelamente, el autor nos presenta las tres maestrías toltecas: la conciencia, la transformación y el amor (o la fe).

EDITORIAL: Urano.

PÁGINAS: 223 **PRECIO:** 13 €

Sé escéptico, pero aprende a escuchar

Estos nuevos acuerdos resultan fáciles de comprender cuando leemos la exposición que hace Miguel Ruiz, pero no tan fáciles de integrar en la vida cotidiana, donde los viejos hábitos están fuertemente arraigados. En su último libro, el autor nos da nuevos argumentos y una visión más ac-

tualizada y profunda de los cuatro acuerdos, para completarlos con el más profundo de todos, el quinto acuerdo: descubrir que la creencia de "realidad" que nos esclaviza, nos obsesiona y tanto nos hace sufrir, no existe como tal, sino que se trata de una mera película elaborada por nuestra mente.
"Sé escéptico, pero aprende a escuchar" es el quinto acuerdo, la nueva creencia que nos ayudará a liberarnos de los engaños que nos tiranizan, pero al mismo tiempo nos permitirá escuchar la película de los demás y comunicarnos con ellos, no sólo desde el personaje que nos cuentan y se cuentan a sí mismos, sino también desde el ser que realmente son, más allá de sus palabras y creencias personales.

No confundas los símbolos con la realidad

Desde el punto de vista de la cultura tolteca, el ser humano es un creador (tolteca: artista) en continua creación. La mente está continuamente creando la realidad en la que vives, y la manifiesta y comunica a través de símbolos. Uno de esos símbolos es el lenguaje; cada palabra es un símbolo de lo que sentimos, creemos y queremos transmitir.
El problema surge cuando nos creemos tanto los símbolos que nos identificamos con ellos y les damos entidad de realidad. La propuesta del quinto acuerdo es que utilicemos los símbolos (el lenguaje) como meras herramientas de comunicación, sin dejarnos atrapar por ellas ni mucho menos permitir que limiten nuestra percepción del mundo y la conciencia de lo que somos. Todas las palabras, conceptos y creencias son limitadoras en sí mismas porque no acogen toda la realidad y nos impiden percibir la experiencia completa.

No te creas la película que te cuentas

Imagina que vas al cine y eliges una película. Entras en la sala y ves que hay una única persona mirando la pantalla. Te acercas a ella y ves que eres tú. En la pantalla apareces tú, tu madre, tu padre, tu pareja, tus hijos e hijas, familiares y amistades. La persona que observa la pantalla está tan implicada con la historia que ni siquiera advierte tu presencia en la sala.
Al cabo de un rato decides cambiar de película, sales de la sala y entras en otra en la que también hay un único espectador: es tu madre. Miras la película y también te ves a ti, tu madre y tu padre, tu pareja... Los mismos personajes que en la anterior. Pero son otros, diferentes. ¿Ése que sale en la pantalla eres tú? Tan diferente. Y a tu madre, ni la reconoces en su película.
Cambias de sala y en la siguiente el único espectador es tu pareja. Los mismos personajes y algunos otros que ni conoces. ¡Pero ese que te interpreta a ti no tiene nada que ver contigo! Casi te enfadas y sales de la sala.
De la misma manera, en la película que ven tu hijo y, en otra sala, tu hija, están los mismos personajes pero muy diferentes. ¿Cómo es posible que piensen que ésa persona eres tú?

SÉ ESCÉPTICO PERO APRENDE A ESCUCHAR

Tras ver todas esas películas, decides regresar a la primera sala para ver tu propia película otra vez. Te ves a ti mismo actuar en tu película, pero ya no te crees nada de lo que estás viendo, ya no te crees tu propia historia porque sabes que es sólo un cuento. Ahora sabes que toda la actuación que hiciste a lo largo de toda tu vida fue inútil, porque nadie te percibe como tú quieres ser percibido. Todo el drama que ocurre en tu película en realidad no es advertido por las personas que te rodean, porque la atención

Crea una película que te haga feliz.

de las demás personas está centrada en su propia película. Te das cuenta de que cada persona vive en su propia película y todas sus opiniones sobre ti parten de ella. No tiene nada que ver contigo. Y entonces comprendes que ni siquiera sabes quién eres tú mismo, porque has estado actuando durante tanto tiempo que te has convertido en un maestro del fingimiento...

Y a partir de ahora decides ser escéptico y no dar crédito a lo que te digan los demás, y ni siquiera a lo que te digas tú mismo, porque no son más que las voces de personajes en sus propias películas. Pero aprendes a escuchar, para comunicarte con esos personajes y, sobre todo, para identificar y comunicarte con el ser que existe detrás de cada uno de los personajes. Incluido tú mismo.

Dado que la mente humana siempre está creando una realidad virtual (una película) voluntaria o involuntariamente, con o sin conciencia, la sabiduría tolteca nos anima a que lo hagamos con conciencia, porque es la única manera de elegir libremente nuestra experiencia y de disfrutar de nuestra creación.
De la misma manera, esta realidad virtual está en continua transformación, tanto si la aceptamos como si nos resistimos a ella. Si practicamos el arte de la transformación, pronto estaremos facilitando la transformación misma y, así, la utilizaremos para expresar y manifestar muestra felicidad y nuestro amor.

Las tres maestrías

Desde el punto de vista tolteca, sólo si desarrollamos las tres maestrías (de la conciencia, de la transformación y del amor) seremos auténticamente maestros en la creación del sueño de nuestra vida, y podremos ser felices.
Si somos capaces de entender lo que es la mente humana y lo que ésta hace, podremos empezar a discriminar la realidad de la realidad virtual, es decir, la percepción pura, que es verdad, de la simbología, que es arte. La maestría personal se basa en la conciencia y empieza por la conciencia de uno mismo.
Cada mente es un mundo. Y la clave consiste en ser capaces de ser conscientes de que vivimos en un mundo virtual, que está constituido por lo que creemos y nos contamos sobre lo que es real. Con esta conciencia, sabemos que podemos cambiar lo que es virtual mediante un cambio en lo que creemos y lo que nos contamos sobre la vida y sobre nosotros mismos. Lo que es real no lo podemos cambiar, y lo que creemos no tiene importancia. ●