

Un libro de sabiduría tolteca

DON MIGUEL RUIZ

DON JOSE RUIZ

CON JANET MILLS

El quinto acuerdo

Una guía práctica para la maestría personal

EDICIONES URANO

Argentina - Chile - Colombia - España
Estados Unidos - México - Perú - Uruguay - Venezuela

¿Recuerdas cuando Dios y Adán se comunicaban y hablaban juntos? Dios crea la realidad y nosotros creamos la realidad con la palabra. La realidad virtual que creamos es un reflejo de la realidad, es nuestra interpretación de la realidad mediante el uso de la palabra. Nada puede existir sin la palabra, porque la palabra es lo que usamos para crear todo lo que conocemos.

Si lo adviertes, estoy cambiando todos los símbolos a propósito, a fin de que puedas ver que las distintas expresiones significan exactamente lo mismo. Los símbolos pueden cambiar, pero el significado es el mismo en todas las tradiciones diferentes que existen en el mundo entero. Si escuchas el intento que está *detrás* de los símbolos, comprenderás lo que estoy tratando de expresar. La impecabilidad de la palabra tiene tanta importancia porque la palabra eres *tú*, el mensajero. La palabra es el mensaje que transmites, no sólo a todos los demás y a todas las cosas que te rodean, sino también el mensaje que te transmites a ti mismo.

Te estás contando una historia, pero ¿es la verdad? Si utilizas la palabra para crear una historia en la que te juzgas y te rechazas a ti mismo, entonces estás utilizando la palabra en tu contra y no estás siendo impecable. Cuando eres impecable no te dices: «Soy viejo. Soy feo. Soy gordo. No soy lo bastante bueno. No soy lo bastan-

mismo, el modo en el que ves toda la realidad. Lo que pintas es tu vida y la apariencia que tenga dependerá de la manera en que utilices la palabra. Cuando comprendas esto, tal vez empieces a entender que la palabra es una herramienta poderosa para la creación. Cuando aprendas a utilizar esa herramienta con conciencia podrás hacer historia con la palabra. ¿Qué historia? La historia de tu vida, por supuesto. Tu historia.

EL PRIMER ACUERDO:

SÉ IMPECABLE CON TUS PALABRAS

Esto nos lleva al primer y más importante de los Cuatro Acuerdos: *sé impecable con tus palabras*. La palabra constituye tu poder de creación y ese poder puede utilizarse en más de una dirección. Una dirección es la impecabilidad, en la que la palabra engendra una preciosa historia: tu cielo personal en el mundo. La otra dirección es la del uso erróneo de la palabra, que destruye todo lo que te rodea y crea tu infierno personal.

La palabra, como símbolo, tiene la magia y el poder de la creación, porque puede reproducir una imagen, una idea, un sentimiento o una historia entera en tu imaginación. Sólo con oír la palabra *caballo* se puede reproducir una imagen completa en tu mente. Ése es el poder de un sím-

Como ves, el problema no es realmente el conocimiento; el problema es creer en una *distorsión* del conocimiento: a eso es a lo que llamamos una *mentira*. ¿Qué es la verdad y qué es la mentira? ¿Qué es real y qué es virtual? ¿Ves la diferencia o te crees a esa voz en tu cabeza cada vez que habla y distorsiona la verdad mientras te asegura que las cosas son realmente como crees que son? ¿Es *realmente* verdad que no eres un buen ser humano y que nunca serás lo bastante bueno? ¿Es *realmente* verdad que no te mereces ser feliz? ¿Es *realmente* verdad que no eres digno de ser amado?

¿Recuerdas cuando un árbol dejó de ser sólo un árbol? Una vez que has aprendido una lengua, interpretas el árbol y juzgas el árbol según todas las cosas que sabes. Es entonces cuando el árbol se convierte en un árbol bonito, en un árbol feo, en un árbol alarmante, en un árbol maravilloso. Bien, pues haces lo mismo contigo mismo. Te interpretas y te juzgas según todas las cosas que sabes. Es entonces cuando te conviertes en un ser humano bueno, un ser humano malo, un ser humano culpable, un ser humano loco, un ser humano poderoso, un ser humano débil, un ser humano bello, un ser humano feo. Eres lo que crees que eres. Así que la primera pregunta es: «¿Qué crees que eres?».

Si utilizas tu conciencia, verás todo lo que crees y es

Tu historia se basa en todo lo que sabes sobre ti, y cuando digo esto, te estoy hablando a ti, conocimiento, lo que tú crees que eres, no a *ti*, ser humano, lo que *realmente* eres. Como puedes ver, establezco una distinción entre tú y *tú* porque uno de los dos es real y el otro no lo es. *Tú*, el ser humano físico, eres real; *tu* eres la verdad. Tú, conocimiento, no eres real; *tu* eres virtual. Solo existes por los acuerdos que estableciste contigo mismo y con los seres humanos que te rodeaban. Tú, conocimiento, provienes de los símbolos que oyes en tu cabeza, de todas las opiniones de la gente a la que amas, de la gente a la que no amas, de la gente a la que conoces, y, sobre todo, de la gente a la que nunca conocerás.

¿Quién está hablando en tu cabeza? Supones que eres tú. Pero, si tú eres quien hablas, entonces ¿quién está escuchando? Tú, conocimiento, eres el que está hablando en tu cabeza y diciéndote lo que eres. *Tú*, el ser humano, estás escuchando, pero *tu*, el humano, existías mucho antes de que tuvieras el conocimiento. Existías mucho antes de que entendieses todos esos símbolos, antes de que aprendieses a hablar y, al igual que antes de que cualquier niño o niña aprenda a hablar, eras completamente auténtico. No fingías ser lo que no eres. Incluso sin siquiera saberlo, confiabas plenamente en ti mismo; te amabas enteramente a ti mismo. Antes de que adqui-



3

Tu historia

El primer acuerdo:

Sé impecable con tus palabras

Durante miles de años los seres humanos han intentado comprender el universo, la naturaleza y principalmente la naturaleza *humana*. Resulta maravilloso observar a los seres humanos en acción por todo el mundo, en todos los lugares y en todas las distintas culturas que existen en este bello planeta Tierra. Los seres humanos hacemos un gran esfuerzo para comprender, pero durante ese proceso, también hacemos muchas suposiciones. Como artistas que somos, distorsionamos la verdad y creamos asombrosas teorías; creamos filosofías enteras y las religiones más sorprendentes; creamos historias y supersticiones sobre todas las cosas, incluidos nosotros mismos. Y éste es exactamente el punto principal: *las creamos nosotros*.

a la información que percibimos desde nuestro interior y desde el exterior. Los toltecas comprendieron que cada uno de nosotros es exactamente como Dios, pero que en lugar de crear, lo que hacemos es recrear. ¿Y qué es lo que recreamos? Lo que percibimos. Eso es lo que llega a ser la mente humana.

Si somos capaces de entender lo que es la mente humana y lo que la mente humana hace, podemos empezar a separar 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 enteramente en la conciencia y empieza por la conciencia de uno mismo. En primer lugar, ser consciente de aquello que es real, después ser consciente de aquello que es virtual, lo cual significa aquello que creemos sobre aquello que es real. Con esta conciencia, sabemos que podemos cambiar lo que es virtual mediante un cambio en lo que creemos. Lo que es real no lo podemos cambiar y lo que creemos no tiene importancia.

a utilizar nuestra magia en contra de nosotros mismos, en contra de la creación, en contra de los de nuestra propia especie. Ser consciente significa abrir los ojos para ver la verdad. Cuando vemos la verdad, los vemos como tal y como es, no tal como creemos que es, no tal como desearíamos que fuera. La conciencia abre la puerta a millones de posibilidades, y si sabemos que somos los artistas de nuestra propia vida, podemos elegir entre todas esas posibilidades.

Lo que estoy compartiendo contigo proviene de mi entrenamiento personal, de lo que yo denomino *subulucua Tolteca*. *Tolteca* es una palabra náhuatl que significa «artista». En mi opinión, ser un *tolteca* no tiene nada que ver con ninguna filosofía o lugar en el mundo. Ser un *tolteca* es sencillamente ser un artista. Un *tolteca* es un artista del espíritu, y como artistas que somos, nos gusta la belleza; no nos gusta lo que no es bello. Si nos convertimos en mejores artistas, nuestra realidad virtual se convierte en un reflejo mejor de la verdad y entonces podemos crear una obra maestra celestial con nuestro arte.

Hace miles de años, los toltecas crearon tres maestrías del artista: *la maestría de la conciencia, la maestría de la transformación y la maestría del amor, intento o fe*. Esta separación sirve únicamente para nuestra comprensión, pues-

una de las palabras en nuestra mente y en esta página son sólo un símbolo, pero cada una de ellas tiene el poder de nuestra fe, porque *creemos* en su significado sin ninguna duda. Los seres humanos construimos todo un sistema de creencias hecho de símbolos; construimos un edificio entero de conocimiento. Y entonces utilizamos todo lo que sabemos, que no es más que simbología, a fin de justificar lo que creemos, a fin de tratar de explicarnos, en primer lugar a nosotros mismos y después a todos los que nos rodean, la manera en la que nos percibimos a nosotros y la manera en la que percibimos el universo entero.

Si cobramos conciencia de esto, resulta fácil comprender que todas las distintas mitologías, religiones y filosofías del mundo, todas las distintas creencias y maneras de pensar, no son más que acuerdos que establecemos con nosotros mismos y con otros seres humanos. Son nuestra creación, pero ¿acaso son verdaderas? Todo lo que existe es verdadero: la tierra es verdadera, las estrellas son verdaderas, el universo entero ha sido siempre verdadero. Pero los símbolos que utilizamos para construir lo que sabemos son sólo verdad porque lo decimos nosotros.



Si centramos nuestra atención en el modo en que se ha creado cada palabra, descubrimos que cualquiera que sea el significado que le asignamos a dicha palabra, se lo damos sin una verdadera razón. Unimos palabras de la nada; las inventamos. Los seres humanos inventamos cada sonido, cada letra, cada símbolo gráfico. Oímos un sonido como el de «A» y decimos: «Éste es el símbolo para ese sonido». Dibujamos un símbolo que represente el sonido, unimos el símbolo y el sonido y le damos un significado. Por consiguiente, todas las palabras en nuestra mente tienen un significado, pero no porque sea real, no porque sea la verdad. No es más que un acuerdo que establecemos con nosotros mismos y con las demás personas que aprenden la misma simbología.

Si viajamos a un país en el que la gente habla una lengua distinta, de repente nos damos cuenta de la importancia y el poder del acuerdo. Un *árbol* es sólo un *árbol*, el *sol* es sólo el *sol*, la *tierra* es sólo la *tierra* si estamos de acuerdo. Ένα δέντρο είναι μονάχα ένα δέντρο, ο ήλιος είναι μονάχα ο ήλιος, η γη είναι μονάχα η γη, αν συμφωνούμε. Ein Baum ist nur ein Baum, die Sonne ist nur die Sonne, die Erde ist nur die Erde wenn wir uns darauf verständigt haben. 樹只是樹，太陽只是太陽，土地就是土地，只要我們也這樣想。 A tree is only a tree, the sun is only the sun, the earth is only the earth if

maestro en una lengua no es fácil, pero en un momento determinado, nos descubrimos *pensando* con los símbolos que aprendemos.

Cuando ya vamos a la escuela, a los cinco o seis años, entendemos el significado de conceptos abstractos como correcto e incorrecto, ganador y perdedor, perfecto e imperfecto. En la escuela continuamos el aprendizaje de la lectura y la escritura de los símbolos que ya sabemos y el lenguaje escrito nos permite acumular más conocimiento. Continuamos dando sentido a más y más símbolos hasta que pensar se convierte en algo que hacemos no sólo sin esfuerzo, sino automáticamente.

Ahora los símbolos que hemos aprendido captan nuestra atención por sí mismos. Lo que nos está hablando es lo que conocemos, y escuchamos lo que nuestro conocimiento nos dice. Yo lo denomino *la voz del conocimiento* porque el conocimiento nos está hablando en nuestra cabeza. En muchas ocasiones oímos la voz con distintas entonaciones; oímos la voz de nuestra madre, la de nuestro padre, las de nuestros hermanos y hermanas, y la voz no deja de hablar nunca. La voz no es real; es una creación nuestra. Pero *creemos* que es real porque le damos vida mediante el poder de nuestra fe, lo que significa que creemos, *sin ponerlo en duda*, lo que la voz nos está diciendo. Éste es el momento en el que las opi-

nión: lo que es bueno y lo que es malo, lo que es correcto y lo que es incorrecto, lo que es bonito y lo que es feo. Como si fuéramos un ordenador, nos descargan toda esa información en la cabeza. Somos inocentes, *creemos* lo que nuestros padres u otros adultos nos dicen; estamos *de acuerdo* con ellos y la información se almacena en nuestra memoria. Todo lo que aprendemos entra en nuestra mente por acuerdo, y permanece en nuestra mente por acuerdo, pero primero todo pasa por la atención.

La atención es de suma importancia en los seres humanos porque es la parte de la mente que nos permite concentrarnos en un único objeto o pensamiento dentro de una gran variedad de posibilidades. Mediante la atención, la información externa es transmitida al interior y viceversa. La atención es el canal que utilizamos para enviar y recibir mensajes de un ser humano a otro. Es como un puente entre una mente y otra; abrimos el puente con sonidos, signos, símbolos, con el tacto..., con cualquier acontecimiento que capte la atención. Así es como enseñamos y así es como aprendemos. Si no captamos la atención de alguien no es posible enseñarle nada, y no podemos aprender nada si no prestamos atención.

Mediante nuestra atención los adultos nos enseñan a crear una realidad entera en nuestra mente con el uso de símbolos. Tras enseñarnos una simbología a través

aun más importante, para comunicarnos con los mismos. Los símbolos pueden ser los gestos que hacemos al hablar, movimientos que hacemos con la mano o el manual y otros signos de naturaleza física. Los símbolos para objetos, ideas, números y relaciones. Pero la introducción del sonido es simplemente el primer paso, lo que significa que aprendemos a utilizar los símbolos para hablar.

Los seres humanos que nos preceden ya tienen un nombre para todo lo que existe y nos enseñan el significado de los sonidos. A esto lo llaman *meta*; a aquellas las llaman *silla*. También tienen nombres para cosas que únicamente existen en la imaginación, como las sirenas o los unicornios. Cada palabra que aprendemos es un símbolo para algo real o imaginario y existen miles de palabras para aprender. Si observamos a niños de entre uno y cuatro años, comprobaremos el esfuerzo que hacen al tratar de aprender una simbología entera. Representa un gran esfuerzo del que normalmente no nos acordamos porque nuestra mente todavía no ha madurado, pero con la repetición y la práctica, finalmente aprendemos a hablar.

Una vez que aprendemos a hablar, los seres humanos que se ocupan de cuidarnos nos enseñan lo que saben y esto significa que nos programan con conocimientos. Los seres humanos con los que vivimos tienen una gran



I

Al principio Todo está en el programa

Desde el momento en que naces, transmites un mensaje al mundo. ¿Cuál es ese mensaje? El mensaje eres *tú*, ese niño. Es la presencia de un *ángel*, un mensajero del infinito en un cuerpo humano. El infinito, un poder absoluto, crea un programa sólo para ti y todo lo que necesitas para ser lo que eres está en el programa. Naces, creces, te emparejas, envejeces y al final retornas al infinito. Cada célula de tu cuerpo constituye un universo propio. Es inteligente, es completa y está programada para ser lo que quiera que sea.

Tú estás programado para ser *tú*, seas lo que seas, y lo que tu mente *piense* que eres no afecta en lo más mínimo al programa. El programa no está en la mente pensante. Está en el cuerpo, en lo que denominamos el ADN, y al

en mi primer libro porque los primeros Cuatro Acuerdos ya constituían un desafío bastante grande en aquel momento. El quinto acuerdo está hecho con palabras, por supuesto, pero su significado y su intención van más allá de las palabras. El quinto acuerdo consiste, en definitiva, en ver toda tu realidad con los ojos de la verdad, *sin* palabras. El resultado de poner en práctica el quinto acuerdo es la aceptación completa de ti mismo exactamente como eres y la aceptación completa de todos los demás exactamente como son. La recompensa es tu felicidad eterna.

Hace muchos años empecé a enseñar algunos de los conceptos de este libro a mis aprendices, pero llegó un momento en que dejé de hacerlo porque nadie parecía entender lo que intentaba decir. Aunque compartí el quinto acuerdo con mis aprendices, descubrí que nadie estaba preparado para asimilar las enseñanzas subyacentes a este acuerdo. Años después, mi hijo, don Jose, empezó a compartir esas mismas enseñanzas con un grupo de estudiantes y tuvo éxito allí donde yo había fracasado. Tal vez la razón por la cual don Jose triunfó fue porque tenía una fe absoluta en compartir el mensaje. Su misma presencia expresó la verdad y desafió las creencias de las personas que asistían a sus clases. Cambió enormemente sus vidas.



Introducción

de don Miguel Ruiz

Los Cuatro Acuerdos fue publicado hace muchos años. Si has leído el libro, ya sabes lo que estos acuerdos pueden conseguir. Tienen la capacidad de transformar tu vida al romper miles de acuerdos limitadores que has hecho contigo mismo, con otras personas, con la vida misma.

La primera vez que lees *Los Cuatro Acuerdos*, su magia empieza a obrar. Alcanza una profundidad mucho mayor que las palabras que lees. Sientes que ya conoces todas las palabras del libro. Lo sientes, pero quizá nunca llegaste a expresarlo con palabras. La primera vez que lees el libro, éste desafía tus creencias y te lleva al límite de tu entendimiento. Rompes muchos acuerdos limitadores y superas muchos retos, pero entonces descubres nuevos desafíos. Cuando lees el libro por segunda vez, parece



Los toltecas

Hace miles de años los toltecas eran conocidos en todo el sur de México como «mujeres y hombres de conocimiento». Los antropólogos han definido a los toltecas como una nación o una raza, pero, de hecho, eran científicos y artistas que formaron una sociedad para estudiar y conservar el conocimiento espiritual y las prácticas de sus antepasados. Formaron una comunidad de maestros (naguales) y estudiantes en Teotihuacan, la antigua ciudad de las pirámides en las afueras de Ciudad de México, conocida como el lugar en el que «el hombre se convierte en Dios». A lo largo de los milenios los naguales se vieron forzados a esconder su sabiduría ancestral y a mantener su existencia en secreto. La conquista de los europeos, sumada a un agresivo mal uso del poder per-



Agradecimientos

Los autores desean expresar su más sincera gratitud a las siguientes personas: Janet Mills, la madre de este libro; Judy Segal, por todo su amor y apoyo; Ray Chambers por iluminar el camino; Oprah Winfrey y Ellen DeGeneres, por compartir el mensaje de *Los Cuatro Acuerdos* con tanta gente; Ed Rosenberg y el general de División Reimer por su reconocimiento de *Los Cuatro Acuerdos* en la medalla al reto de las Fuerzas Aéreas de Estados Unidos; Gail Mills, Karen Kreiger y Nancy Carleton por contribuir generosamente con su tiempo y su talento a la realización de este libro; y Joyce Mills, Maiya Champa, Dave McCullough, Theresa Nelson y Shkiba Samimi-Amri por su dedicación y su apoyo permanente a las enseñanzas de los toltecas.

Índice

Agradecimientos.....	13
Los toltecas.....	15
Introducción.....	17

I.^a PARTE

1. Al principio	23
<i>Todo está en el programa</i>	23
2. Símbolos y acuerdos.....	35
<i>El arte de los seres humanos</i>	35
3. Tu historia	47
<i>El primer acuerdo: Sé impecable con tus palabras</i> .	47