

## Fiche de lecture

### Les principes toltèques

**Auteur :** Don Miguel Ruiz, mexicain, il fait des études de médecine pour devenir chirurgien. À la suite d'une expérience de mort imminente, il se consacre à faire découvrir la sagesse ancestrale.

**Genre :** A partir de 4 principes à appliquer, ce livre peut contribuer à avoir une communication plus saine entre membres d'un même groupe et au sein des familles.

**Thème principal :** « Pour un mode de vie en harmonie avec soi-même et les autres. » Pour communiquer sans se poser en juge ou en victime. Diminuer l'agressivité et s'en protéger.

**Thèmes év.** Par chapitres

- 1. Que votre parole soit impeccable.
- 2. N'en faites pas une affaire personnelle.
- 3. Ne faites pas de suppositions.
- 4. Faites toujours de votre mieux.

**Divers :** Quant à moi, ce livre devrait être lu en alternance ou suivi par la lecture des livres de Olivier Clerc et Mélissa Monnier : Les 4 accords toltèques transmis à mon enfant et/ou de Florence Millot : Les principes toltèques appliqués aux enfants. Ils sont très concrets.