

**DON MIGUEL RUIZ**

En collaboration avec Janet Mills



# LA VOIX DE LA CONNAISSANCE

Un guide pratique vers la paix intérieure



Traduit de l'anglais (USA) par Olivier Clerc

**JouVence**

# Sommaire

Note du traducteur, Olivier Clerc	9
Remerciements	11
Les Toltèques	13

## Chapitre 1

<b>Adam et Ève</b> - Leur histoire d'un point de vue différent	17
<i>Points à méditer</i>	28

## Chapitre 2

<b>Découverte d'une vérité toute simple</b>	31
<i>Points à méditer</i>	41

## Chapitre 3

<b>Le mensonge de notre imperfection</b>	45
<i>Points à méditer</i>	58

## Chapitre 4

<b>Une nuit dans le désert</b> - Une rencontre avec l'infini	61
<i>Points à méditer</i>	70

## Chapitre 5

**Le Conteur** - Explorer les personnages de l'histoire 73

*Points à méditer* 91

## Chapitre 6

**Deux règles pour apprivoiser la Voix** 95

*Points à méditer* 113

## Chapitre 7

**Les émotions sont réelles, la voix du savoir ne l'est pas** 115

*Points à méditer* 128

## Chapitre 8

**Bon sens et foi aveugle** - Retrouver notre foi  
et notre libre arbitre 131

*Points à méditer* 150

## Chapitre 9

**Transformer le narrateur** - Les Quatre Accords Toltèques,  
vos outils favoris 153

*Points à méditer* 171

## Chapitre 10

**Écrire son histoire avec amour** - La vie est une histoire  
d'amour ininterrompue 175

*Points à méditer* 194

## Chapitre 11

### Ouvrir nos yeux spirituels - Une réalité d'amour

nous entoure 197

*Points à méditer* 212

## Chapitre 12

### L'Arbre de Vie - Quand l'histoire revient à la case de départ

215

*Points à méditer* 231

Prières 233

*Prière pour le Créateur* 234

*Prière pour un ange* 235

À propos des auteurs 237



# Note du traducteur, Olivier Clerc

En conformité avec la pensée de don Miguel Ruiz, et avec les premiers titres de lui parus dans la même série que celui-ci, j'ai choisi de retraduire les occurrences de « *The Voice of Knowledge* » par « La Voix du Savoir », et non « La Voix de la Connaissance », comme l'indiquait la première édition française de ce livre en 2009. D'un commun accord avec l'éditeur, nous avons toutefois décidé de conserver le titre *La Voix de la connaissance*, le livre étant connu ainsi du grand public.

Nous avons en français deux mots pour restituer « *knowledge* ». Le mot « savoir » reflète exactement ce dont parle ici don Miguel, c'est-à-dire d'un savoir extérieur, livresque, abstrait, d'une voix qui parle sans cesse dans notre tête. À l'inverse, le mot « connaissance » – que Paul Claudel aimait à faire dériver de co-naissance, « naître avec » – est souvent utilisé pour désigner ce que l'on connaît de tout son être, ce que la vie elle-même nous a appris. La connaissance, pourrait-on dire, c'est le vécu incarné, c'est ce qui nous appartient en propre, ce que l'on a fait sien en vivant les choses. À ce titre, ce mot semble inadéquat à restituer avec exactitude ce dont Miguel Ruiz nous parle ici. C'est bien du *savoir* qu'il traite, et non de la connaissance elle-même.

# Remerciements

**J**e tiens à exprimer ma gratitude à Janet Mills, qui est la mère de ce livre. Je souhaite également remercier Gabrielle Rivera, Gail Mills et Nancy Carleton, qui ont généreusement mis leur temps et leur talent au service de la réalisation de ce livre.

# Les Toltèques

Il y a des milliers d'années, à travers tout le sud du Mexique, les Toltèques étaient connus comme des « femmes et hommes de connaissance ». Les anthropologues les ont décrits comme une nation ou une race, mais en réalité c'était des scientifiques et des artistes formant une société vouée à explorer et préserver la connaissance spirituelle et les pratiques des anciens. Maîtres (*naguals*) et étudiants se réunissaient à Teotihuacan, l'ancienne cité des pyramides située au-delà de Mexico City, connue comme le lieu où « l'Homme devient Dieu ».

Au fil des millénaires, les *naguals* ont été contraints de dissimuler la sagesse ancestrale et de la préserver dans l'ombre. La conquête européenne, couplée à l'abus de pouvoir personnel de quelques apprentis, rendit nécessaire de protéger la connaissance de ceux qui n'étaient pas préparés à l'utiliser avec discernement ou qui risquaient d'en user de manière abusive, à des fins personnelles.

Fort heureusement, la connaissance ésotérique des Toltèques s'est transmise et incarnée au fil des générations à travers diverses lignées de *naguals*. Bien qu'elle soit restée dans le secret durant des centaines d'années, les prophéties anciennes avaient annoncé la venue d'un âge au cours duquel il serait nécessaire de redonner la sagesse au peuple. Aujourd'hui, don Miguel Ruiz, *nagual* de la

lignée des Chevaliers de l'Aigle, a été instruit pour partager avec nous les puissants enseignements des Toltèques.

La connaissance toltèque émerge de la même unité de vérité que les traditions ésotériques du monde entier. Bien qu'elle ne soit pas une religion, elle honore tous les maîtres spirituels qui ont enseigné sur Terre. Bien qu'elle comprenne une dimension spirituelle, elle est plus justement décrite comme étant un mode de vie qui se distingue par la facilité d'accès au bonheur et à l'amour qu'elle procure.



# Chapitre 1



## ADAM ET ÈVE Leur histoire d'un point de vue différent



Il existe une belle et ancienne légende, dont pratiquement tout le monde a déjà entendu parler : c'est l'histoire d'Adam et Ève. C'est l'une de mes histoires préférées, parce qu'elle explique de façon symbolique ce que je m'efforce de dire avec des mots. Cette histoire se fonde sur une vérité absolue, même si je ne la comprenais pas, enfant. C'est l'un des plus grands enseignements jamais donnés, mais je pense que la majorité des gens se méprennent à son sujet. Je vais donc vous raconter cette histoire d'un point de vue différent, peut-être du point de vue même de la personne qui l'a créée.

Cette histoire nous concerne, vous et moi. Elle parle de nous. Elle concerne toute l'humanité parce que, comme vous le savez, l'humanité n'est qu'un seul être vivant : homme, femme, nous ne sommes qu'un. Dans cette histoire, nous nous appelons Adam et Ève, comme les tout premiers humains.



Quand l'histoire commence, nous étions encore innocents, c'était avant de fermer nos yeux spirituels, c'est-à-dire voici des milliers d'années. Nous vivions alors au Paradis, dans le Jardin d'Éden, qui représentait le paradis sur Terre. Le paradis existe quand

nos yeux spirituels sont ouverts. C'est un lieu de paix et de joie, de liberté et d'amour éternel.

Pour nous – Adam et Ève –, tout n'était qu'amour. Nous nous aimions et nous respections, et nous vivions en parfaite harmonie avec toute la création. Notre relation à Dieu, notre Créateur, était une parfaite communion d'amour, ce qui veut dire que nous communions avec Lui à chaque instant, et que Lui communiait avec nous. Il était inconcevable d'avoir peur de Dieu, de celui qui nous avait créés. Notre Créateur était un Dieu d'amour et de justice, et nous placions en Lui notre foi et notre confiance. Dieu nous a donné une liberté totale et nous faisons usage de notre libre arbitre pour aimer toute la création et en éprouver de la joie.

*La vie était magnifique au Paradis.  
Les premiers humains voyaient toutes choses  
avec les yeux de la vérité, telles qu'elles  
étaient, et nous aimions tout. Voilà comment  
nous étions à l'origine, et cela ne requérait  
aucun effort.*

Bien sûr, la légende dit qu'au milieu du Paradis se trouvaient deux arbres. L'un était l'Arbre de Vie, qui donnait vie à tout ce qui existe, et l'autre l'Arbre de la Mort, mieux connu sous le nom de l'Arbre du Savoir. L'Arbre du Savoir était un bel arbre avec des fruits juteux. Très tentant. Et Dieu nous a dit : « Ne vous approchez pas de l'Arbre du Savoir. Si vous en mangez le fruit, vous mourrez. »

Bien sûr, pas de souci ! Sauf que notre nature nous poussait à explorer, alors, bien entendu, nous sommes allés vers cet arbre. Si vous vous rappelez l'histoire, vous devinez qui vivait dans cet arbre. L'Arbre du Savoir était le domicile d'un grand serpent rempli de poison. Il symbolise ce que les Toltèques nomment un *Parasite*, et vous imaginez bien pourquoi.

L'histoire dit que le serpent qui vivait dans l'Arbre du Savoir était un ange déchu qui était autrefois le plus beau d'entre eux. Comme vous le savez, un ange est un messager qui transmet le message de Dieu : un message de vérité et d'amour. Mais, on ne sait pour quelle raison, cet ange déchu ne transmettait plus la vérité ; autrement dit, il délivrait un message inexact. Son message à lui était un message de peur, et non d'amour ; c'était un mensonge, et non plus la vérité. D'ailleurs, l'histoire décrit cet ange déchu comme le Prince des Mensonges, ce qui veut dire qu'il mentait en permanence. Chaque mot qui sortait de sa bouche était un mensonge.

Toujours selon cette histoire, le Prince des Mensonges vivait dans l'Arbre du Savoir, et le fruit de cet arbre, qui était justement

le *savoir*, était contaminé par des mensonges. Nous sommes donc allés vers cet arbre et nous avons eu la plus incroyable des conversations avec le Prince des Mensonges. Nous étions innocents. Nous ne savions pas. Nous faisons confiance à tout le monde. Et il y avait là le Prince des Mensonges, le premier narrateur, un type très intelligent. C'est là que l'histoire devient un peu plus intéressante, parce que le serpent avait aussi toute une histoire le concernant.

L'ange déchu parla, parla et parla encore, et nous l'avons écouté, écouté, et écouté encore. Comme vous le savez, quand nous sommes enfants et que nos grands-parents nous racontent des histoires, nous avons hâte d'entendre tout ce qu'ils nous disent. Nous apprenons, nous sommes séduits, et nous voulons en savoir davantage. Mais c'était le Prince des Mensonges qui parlait là. Cela ne fait donc aucun doute : il nous mentait. Et nous avons été séduits par ses mensonges. Nous avons *cru* à l'histoire racontée par cet ange déchu, et ce fut là notre grande erreur. C'est ce que signifie manger du fruit de l'Arbre du Savoir. Nous lui avons donné notre accord et nous avons cru que ses paroles étaient vraies. Nous avons *cru* à ses mensonges ; nous y avons investi toute notre *foi*.

# Innocence

En croquant la pomme, nous avons mangé  
les mensonges qui étaient mêlés au savoir.

Qu'arrive-t-il quand on mange un mensonge ? On le croit et – badaboum ! – ce mensonge vit désormais en nous. C'est facile à comprendre. Notre cerveau est un terrain fertile pour les concepts, les idées et les opinions. Si quelqu'un nous dit un mensonge et qu'on y croit, celui-ci prend racine dans notre cerveau. Une fois planté là, il peut devenir grand et fort, comme un arbre. Un seul petit mensonge peut s'avérer très contagieux et se répandre de personne à personne, sitôt que nous le partageons avec autrui. Donc, ces mensonges ont pénétré notre cerveau et ont reproduit tout un Arbre du Savoir dans notre tête, constitué de tout ce que nous savons. Mais que savons-nous au juste ? Principalement des mensonges.

L'Arbre du Savoir est un symbole puissant. La légende dit que quiconque mange du fruit de l'Arbre du Savoir connaîtra le bien et le mal ; il saura la différence entre ce qui est juste et ce qui est faux, ce qui est beau et ce qui est laid. Il accumulera tout ce savoir, puis se mettra à juger. Eh bien, c'est ce qui s'est produit dans notre tête. Et le symbolisme de la pomme signifie que tout concept, tout mensonge, est pareil à un fruit rempli de pépins. Lorsqu'on pose un fruit sur un sol fertile, ses pépins donnent naissance à un autre arbre. Cet arbre produit à son tour de nouveaux fruits, et c'est aux fruits que l'on connaît l'arbre.

Désormais, chacun de nous a son propre Arbre du Savoir, c'est-à-dire notre système de croyances personnel. L'Arbre du Savoir est la structure de tout ce que nous croyons. Chaque concept, chaque opinion forme une petite branche de cet arbre, jusqu'à nous retrouver avec un Arbre du Savoir au grand complet. Sitôt que cet arbre devient vivant dans notre cerveau, nous entendons l'ange déchu nous parler d'une voix forte. Ce même ange déchu, le Prince des Mensonges, vit désormais dans notre tête. D'un point de vue toltèque, un Parasite vivait dans le fruit ; nous avons mangé ce fruit et le Parasite a pénétré en nous. Désormais, c'est lui qui vit notre vie. Le narrateur, le Parasite, est né dans notre cerveau et il y survit, car nous le nourrissons de notre foi.

L'histoire d'Adam et Ève explique comment l'humanité a chuté du rêve du paradis dans le rêve de l'enfer ; elle nous indique comment nous sommes devenus ce que nous sommes aujourd'hui. Elle prétend habituellement que nous n'avons pris qu'une bouchée de la pomme, mais ce n'est pas vrai. Je crois que nous avons mangé tous les fruits de cet arbre et que nous sommes tombés malades d'avoir avalé tant de mensonges et de poison émotionnel. Les humains ont mangé jusqu'au dernier concept, à la dernière opinion, et jusqu'à la moindre histoire que ce menteur nous a racontée, même si ce n'était pas la vérité.

À ce moment-là, nos yeux spirituels se sont fermés et nous n'avons plus pu voir le monde avec les yeux de la vérité. Nous nous sommes mis à le voir d'une façon totalement différente et tout a changé pour nous. Avec l'Arbre du Savoir dans notre

tête, nous ne pouvions désormais percevoir que le savoir, nous ne percevions plus que des mensonges. Nous ne vivions plus au paradis, car les mensonges n'y ont aucune place. Voilà comment les humains ont perdu le Paradis : nous rêvons des mensonges. Nous avons créé tout le rêve de l'humanité, individuellement et collectivement, et ce rêve est tissé de mensonges.

*Avant que les humains mangent le fruit de l'Arbre du Savoir, nous vivions dans la vérité.*

Nous ne disions que la vérité. Nous connaissions l'amour, sans la moindre peur. Mais après avoir mangé de ce fruit, nous avons connu la culpabilité et la honte. Nous avons estimé que nous n'étions plus à la hauteur, et bien sûr nous avons porté le même jugement sur les autres. Avec le jugement sont venues la polarité et la séparation, ainsi que le besoin de punir et d'être puni. Pour la première fois, nous avons cessé d'être bons les uns envers les autres ; nous ne respectons plus la création de Dieu, et ne l'aimions plus. Désormais, nous souffrions : nous nous sommes alors mis à couvrir les autres et nous-mêmes de reproches, et à blâmer Dieu lui-même. Nous avons cessé de croire que Dieu était aimant et juste ; nous avons cru qu'Il allait nous punir et nous faire du mal. C'était un mensonge. Ce n'était pas

vrai, mais nous l'avons cru quand même, et nous nous sommes séparés de Dieu.

De ce point de vue là, il est facile de comprendre ce que l'on entend par *péché originel*. Cela n'avait rien à voir avec la sexualité. Ça, c'est un autre mensonge. Le péché originel, c'est d'avoir cru les mensonges du serpent dans l'arbre, de l'ange déchu. Le mot *péché* signifie « aller à l'encontre de ». Tout ce que nous disons et faisons contre nous-mêmes est un péché. Le péché n'a rien à voir avec les reproches ni la condamnation morale. Pécher, c'est croire à des mensonges et retourner ceux-ci contre soi-même. C'est de ce péché premier, de ce mensonge originel, que découlent tous les autres.

Combien de mensonges entendez-vous dans votre tête ? Qui juge, qui parle, qui est celui qui détient toutes ces opinions ? Si vous n'aimez pas, c'est parce que cette voix ne vous permet pas d'aimer. Si vous n'appréciez pas la vie, c'est parce que cette voix ne vous y autorise pas.

Et ce n'est pas tout : le menteur présent dans notre cerveau éprouve le besoin d'exprimer tous ces mensonges, de raconter son histoire. Nous partageons donc le fruit de notre Arbre avec les autres, car eux aussi



ont le même menteur en eux-mêmes, et ensemble nos mensonges gagnent en puissance. Désormais, nous pouvons haïr davantage. Désormais, nous pouvons faire plus de mal. Désormais, nous pouvons défendre nos mensonges et y obéir avec fanatisme. Les humains sont même capables de se détruire les uns les autres, au nom de ces mensonges. Qui donc vit notre vie ? Qui donc fait nos choix ? Je crois que la réponse est assez évidente.

Nous savons maintenant ce qui se passe dans notre tête. Le narrateur y loge : il est la voix qui parle dans notre tête. Cette voix n'arrête pas de parler, de parler et de parler encore, et nous écoutons, nous écoutons encore et nous croyons le moindre de ses mots. Cette voix ne cesse de juger. Elle juge tout ce que nous faisons, ce que nous ne faisons pas, ce que nous ressentons, ce que nous ne ressentons pas, et tout ce que fait autrui. Elle ne cesse de radoter dans notre tête, et que raconte cette voix ? Des mensonges, principalement des mensonges.

Ces mensonges captent notre attention et nous ne voyons plus que cela. Voilà pourquoi nous ne discernons plus la réalité du paradis qui existe ici même, en cet instant même. Le paradis nous appartient, parce que nous en sommes les enfants. Alors que la voix qui parle dans notre tête ne nous appartient pas. À notre naissance, nous n'avions pas cette voix en nous. Elle ne s'y

*Quête de justice,  
de beauté,*

installe qu'après notre apprentissage : nous apprenons d'abord le langage, puis tous les différents points de vue, puis les jugements et les mensonges. Et même, au début, quand nous commençons à parler, nous ne disons que la vérité. Mais peu à peu, on nous programme l'Arbre du Savoir dans la tête, et le grand menteur finit par prendre le contrôle du rêve de notre vie.

Voyez-vous, dès l'instant où nous nous sommes séparés de Dieu, nous nous sommes mis en quête de Lui. Pour la première fois, nous avons recherché l'amour que nous croyions ne pas avoir. De même, nous nous sommes mis en quête de la justice, de la beauté et de la vérité. Cette quête a débuté voici des milliers d'années et les humains continuent de chercher le paradis que nous avons perdu. Nous sommes en quête de ce que nous étions avant de croire aux mensonges : authentiques, véridiques, aimants et joyeux. C'est la vérité que nous cherchons pour notre Soi.

Vous savez, ce que nous a dit Dieu était vrai : si nous mangeons le fruit de l'Arbre du Savoir, nous risquons de mourir. Nous l'avons mangé, et nous sommes morts. Nous sommes morts parce que notre moi authentique n'est plus là. Celui qui vit notre vie, c'est le grand menteur, le Prince des Mensonges, la voix qui parle dans notre tête. Vous appelez cela *penser*. Moi je l'appelle la voix du savoir.

*de vérité*

## POINTS À MÉDITER



Notre cerveau est un terrain fertile pour les concepts, les idées et les opinions. Si quelqu'un nous dit un mensonge et qu'on y croit, celui-ci prend racine dans notre cerveau. Un seul petit mensonge peut s'avérer très contagieux et se répandre de personne à personne sitôt que nous le partageons avec autrui.



Le savoir pénètre notre cerveau et reproduit sa structure dans notre tête, c'est-à-dire tout ce que nous savons. Avec tout ce savoir dans la tête, nous ne percevons que ce que nous croyons ; nous ne percevons que notre savoir. Et que savons-nous ? Principalement des mensonges.



Une fois que l'Arbre du Savoir est vivant dans notre cerveau, nous entendons l'ange déchu nous parler d'une voix forte. Cette voix n'arrête jamais de juger. Elle nous dit ce qui est juste ou faux,

ce qui est beau ou laid. Le narrateur est né dans notre tête et il y survit, car nous le nourrissons de notre foi.



Le paradis existe quand nos yeux spirituels sont ouverts, lorsque nous percevons le monde avec les yeux de la vérité. Une fois que les mensonges captent notre attention, nos yeux spirituels se ferment. Nous chutons du rêve du paradis et commençons à vivre le rêve de l'enfer.



Le paradis nous appartient, car nous sommes ses enfants. La voix qui parle dans notre tête ne nous appartient pas. Lorsque nous venons au monde, nous n'avons pas cette voix en nous. Nous commençons seulement à penser après avoir appris, d'abord le langage, puis les différents points de vue, puis les jugements et les mensonges. La voix du savoir se manifeste à mesure que nous accumulons du savoir.