

Communication parfaite



Soyez parfait quand vous communiquez vers les autres, par la parole, par l'écrit, par les gestes et par la pensée. Exprimez puissamment la vérité avec délicatesse afin de contribuer à développer l'amour entre les êtres.

Soyez parfait quand vous recevez une communication : écoutez avec tous vos sens et soyez immunisé contre tout ce qui ne vous paraîtrait pas parfait. N'interprétez pas, mais osez interroger et dialoguer pour clarifier.

Soyez parfait dans l'échange : que chacun s'exprime à son tour, avec modération et en pleine conscience ; que chacun écoute à son tour, sans interrompre l'autre et en pleine conscience. Construisez avec vos interlocuteurs des relations respectueuses enrichies de vos différences.

Recommandations inspirées des [Accords Toltèques](#), du [Leadership de Pleine Conscience](#) et de [The Work](#).

Comment parvenir à intégrer ces recommandations dans sa communication ? En les relisant et en s'observant régulièrement, autant de fois que cela sera nécessaire.

Didier