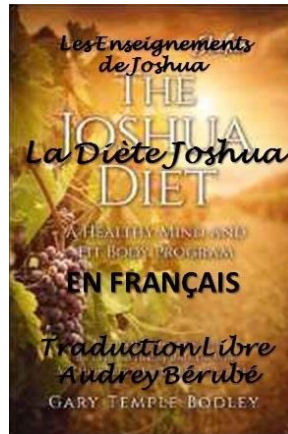


## ***Voici des Extraits d'Enseignements par Chapitre (16) du Livre : « La Diète Joshua »***



**Par : Gary Temple Bodley Traduction Libre : Audrey Bérubé**

### **Extrait Chapitre 1 :**

#### **Le Point de Départ**

Vous êtes le créateur de « vous » et vous pouvez créer ce que vous voulez. Vous avez la capacité d'être, de faire et d'avoir tout ce que vous voulez dans cette réalité. L'univers cède à vos désirs aussi longtemps que vous comprenez comment votre point de concentration crée votre réalité. Puisque vous avez créé votre corps, vous ne devez pas en avoir de l'aversion. C'est la création que vous avez choisie, même si vos choix ont été faits inconsciemment. Dans ce livre, nous espérons vous montrer comment faire des choix conscients qui modèleront votre corps (et votre vie entière) d'une manière que vous préférez.

## **Extrait Chapitre 2 :**

### **Les Déclencheurs Émotionnels et Les Poids d'Équilibre**

Quand vous donnez naissance à un désir, l'univers va travailler pour manifester ce désir dans votre réalité. Pour que cela se produise, vous devez changer. Vous voyez, la version de vous qui existe en ce moment est représentée par votre vibration. Tout ce que vous avez dans votre vie en ce moment, y compris votre corps physique, correspond à votre vibration. Si cela existe dans votre vie, c'est une correspondance pour vous. Si cela n'existe pas, vous n'êtes pas encore une correspondance à cela. Pour devenir une correspondance vibratoire à quoi que ce soit que vous n'avez pas, vous devez changer votre vibration. Votre vibration est composée des pensées que vous pensez, les croyances que vous détenez, vos sentiments intérieurs, et votre approche à la vie. Pour changer votre vibration pour obtenir ce que vous voulez, vous devez changer ces choses.

## **Extrait Chapitre 3 :**

### **Comment la Puissance De Vos Croyances Forme Votre Réalité**

Vous avez vécu avec vos croyances pendant longtemps. Votre réalité est créée par les pensées que vous pensez et les croyances auxquelles vous êtes attaché. Parce que la Loi de l'Attraction répond à vos croyances, qu'elles soient bénéfiques ou limitantes, vous voyez des preuves qui suggèrent que les croyances sont valides et en faisant ainsi, vos croyances deviennent plus rigides. Ce n'est pas que les croyances soient vraies, c'est juste que la réalité physique est créée autour de vous afin qu'elle se conforme à vos croyances. Par conséquent, ce que vous croyez devient votre réalité et de cette manière, vos croyances deviennent réelles aussi. Elles deviennent solidifiées.

## **Extrait Chapitre 4 :**

### Puissance de l'Esprit Versus Puissance de Volonté

Pour arrêter de manger pour apaiser vos émotions négatives, vous devez trouver un ensemble d'outils mentaux qui feront l'affaire. Il y a plusieurs outils que vous pouvez utiliser qui vous aideront à trouver un soulagement. Non seulement est-il préférable pour votre corps d'utiliser un outil mental plutôt que de rechercher de la nourriture, mais c'est mieux pour votre santé émotionnelle et votre bien-être aussi. Vous devez prendre un nouveau regard sur le problème qui cause cette douleur émotionnelle d'une autre perspective et lorsque vous trouvez la perspective juste, vous sentirez le soulagement.

Voici comment cela fonctionne : (cela vous sera expliqué).

## **Extrait Chapitre 5 :**

### Vous Êtes Digne de Tout Ce Que Vous Désirez

Si vous vous sentez digne, vous avez accès à des pensées, idées et inspiration qui correspondent à comment vous vous sentez à propos de vous-même. Si vous vous sentez digne, vous maintiendrez probablement un état d'être émotionnel élevé. Si vous comprenez votre perfection, vous ne glisserez pas si facilement dans un état d'être émotionnel inférieur. Quand vous réalisez votre dignité et votre perfection comme vous êtes tout de suite dans ce moment même, vous vous sentirez bien de plus en plus la plupart du temps. Se sentir bien s'aligne avec les forces de l'univers. Se sentir bien vous amène dans l'état de permettre. Se sentir bien crée un environnement où l'univers fait correspondre comment vous vous sentez avec ce que vous obtenez. Se sentir bien ouvre la porte à tout ce que vous voulez.

## **Extrait Chapitre 6:**

### **Votre Approche À la Vie et Comment La changer**

Ceci un univers attractif. Tout vient à vous. Tout est neutre. Vous choisissez ce qui vient en prêtant attention à cela. Vous décidez ce qui est bon ou mauvais par votre choix de perspective. Si vous choisissez une perspective limitée, vous verrez comment quelque chose est erroné (n.d.t. mal, mauvais, faux). Toutefois, lorsque vous choisissez de regarder quelque chose à partir de la perspective supérieure, vous choisissez de voir que ce n'est pas erroné après tout. Ceci est l'approche à la vie qui créera une atmosphère de permission. Lorsque vous êtes dans l'état de permettre (pas de faire), tout ce que vous voulez commencera à couler à vous.

## **Extrait Chapitre 7:**

### **Apprendre à Tirer Parti des Forces Universelles pour Créer la Vie que Vous Voulez**

Les forces universelles sont relativement puissantes. Ces mêmes forces ont créés des mondes, des étoiles et des galaxies. Si ces forces peuvent créer des merveilles galactiques, imaginez le pouvoir qu'elles peuvent exercer dans votre vie. Lorsque vous apprenez à utiliser les forces universelles à votre avantage, les choses se produisent facilement. Lorsque vous vivez en opposition à ces Lois, tout est plus difficile. Votre approche à la vie détermine comment ces forces travaillent pour vous ou contre vous. Encore une fois, tout dépend de vous.

## **Extrait Chapitre 8 :**

### **Le Changement Fait à l'Intérieur Crée une Nouvelle Réalité à l'Extérieur**

Vous créez de l'intérieur vers l'extérieur. Cependant, lorsque vous réagissez d'abord aux conditions extérieures, vous permettez aux conditions qui existent de créer votre réalité. C'est pourquoi vous pouvez vous sentir coincé ou impuissant. Si vous réagissez le plus souvent aux conditions avec appréciation et joie, alors vos conditions s'amélioreront pour le mieux. Cependant, si vous réagissez aux conditions de votre vie avec dédain et colère, vos conditions changeront pour augmenter ces sentiments négatifs. Les conditions empireront.

## **Extrait Chapitre 9 :**

### **Comment vos Pensées Affectent votre Poids (et Tout le Reste)**

Dans cette réalité, rien n'est plus puissant que la pensée. Les pensées que vous pensez créent la vie que vous vivez. C'est aussi simple que cela. C'est la conception fondamentale du système de la réalité physique. Vous êtes ici pour pratiquer vos pouvoirs de création en choisissant des pensées qui s'alignent sur ce que vous voulez. Chaque pensée que vous pensez est un point de création. Chaque pensée affecte ce que vous créez. Chaque pensée a le pouvoir d'ajouter au momentum (n.d.t. élan, impulsion) ou à le ralentir. Vous attirez des pensées et puis vous les pensez. Vous avez un contrôle total sur les pensées que vous pensez, bien que vous puissiez croire autrement.

## **Extrait Chapitre 10:**

### **L'Intention supporte le Focus**

L'intention est l'un des outils les plus puissants de l'univers. L'intention amène votre attention sur ce qui est voulu. (---) Changez votre perspective. S'il y a des choses que vous devez faire que vous n'aimez pas, changez la façon dont vous pensez à leur sujet. Regardez-les d'un angle plus puissant. Voyez l'avantage des choses que vous n'aimez pas faire. Trouvez quelque chose de positif en elles pour que vous puissiez vous sentir bien à leur sujet. C'est le travail. Le travail n'est pas de faire quoi que ce soit pour que dans l'avenir vous puissiez être heureux. Le travail est d'être heureux. S'il y a quelque chose que vous devez faire, alors faites-le d'une manière qui vous fait vous sentir aussi bien que vous le pouvez à ce sujet. Si vous ne devez absolument pas à le faire, alors ne le faites pas.

## **Extrait Chapitre 11 :**

### **Devenir un Permetteur**

Tout ce que vous voulez vient à vous. Si vous avez l'intention de vous sentir bien autant et aussi souvent que vous le pouvez, vous entrez dans l'état de permettre. Qu'entendons-nous par là? L'état de permettre est celui où vous êtes dans un lieu de non-résistance. Vous ne trouvez rien de mal avec les conditions présentes. Vous vous sentez bien. Vous allez avec le courant. Vous permettez à toutes les choses d'être comme elles sont. Vous n'êtes pas inquiet. Vous ne vous inquiétez pas pour l'avenir. Vous avez la foi que tout fonctionne pour vous. Vous êtes curieux de savoir ce qui va suivre. Quand quelque chose se produit et que vous ressentez une émotion négative, vous réalisez que c'est un événement de manifestation conçu pour modifier vos croyances limitantes et ainsi vous ne réagissez pas négativement à la situation, mais plutôt vous vous en approchez avec intérêt et vous vous y penchez.

## **Extrait Chapitre 12 :**

### **Expérimentation**

Certaines personnes liront ce livre et résonneront avec certains concepts. Tout ce que nous disons résonnera avec vous si vous le permettez. Cependant, vous avez certaines croyances qui entreront en conflit avec certains points de ce que nous avons à dire et sur ces sujets, soit vous ne changerez pas vos croyances, ou ne comprendrez pas ce que nous disons vraiment, ou vous les passerez entièrement. Mais si vous lisez ce livre d'une couverture à une autre, vous serez changé par celui-ci. Votre vibration augmentera et vous verrez les choses d'une nouvelle perspective. (---) Chaque fois que votre vibration augmente, vous devenez un match (n.d.t. une correspondance) à de nouvelles idées et pensées.

## **Extrait Chapitre 13 :**

### **Comment Vous Vous Sentez Est La Seule Chose Qui Importe**

Comment vous vous sentez est la seule chose qui compte vraiment, parce que ceci est une réalité de feeling, et tout ce que vous faites toujours est de sentir quelque chose. Peu importe où vous êtes, avec qui vous êtes, ou ce que vous faites physiquement, tout ce que vous faites est de ressentir (feeling). Si vous pouvez créer l'intention et le désir de vous sentir bien, alors en raison de la Loi de l'Attraction, vous attirerez plus d'expériences et de choses avec lesquelles vous sentir bien. Votre seul travail est de travailler sur le fait de vous sentir bien autant et aussi souvent que vous le pouvez.

Vos sens vous apportent de la rétroaction sur le monde physique, mais ils ne provoquent pas comment vous vous sentez. Vous déterminez comment vous vous sentez par votre propre interprétation de la rétroaction que vous recevez.

## **Extrait Chapitre 14 :**

### **Qui Vous Êtes Vraiment**

Vivre comme « qui vous êtes vraiment » serait de vivre comme un « permetteur » vivrait. Vous ne forceriez pas les choses ou ne lutteriez pas pour vous frayer un chemin; vous permettriez à tout ce que vous voulez de venir à vous. Vous deviendriez un « receveur » et non un « faiseur ». Vous savez que cet univers est mis en place pour vous fournir tout ce que vous voulez et que la seule façon dont quelque chose ne vient pas à vous est si vous y résistez. Vous savez que le changement est non seulement bon, mais nécessaire et inévitable. Vous changez constamment. Il n'est pas nécessaire de résister au changement. Le changement vous permet de recevoir ce que vous voulez.

## **Extrait Chapitre 15 :**

### **Libérez Votre Esprit et Votre Corps Suivra**

La prise de conscience que vous êtes pris en charge, que tout arrive « pour » vous (n.d.t. et non « à » vous), et que tout se déroule toujours bien pour vous, vous donnera la facilité. La facilité crée un environnement de permission. Dans cet environnement, où vous avez un peu de stress, où vous comprenez qu'il n'y a aucun souci à se faire, où vous êtes capable de connaître le but de vos émotions, où vous n'essayez pas de changer les conditions dans le moment, où vous êtes concentré sur ce que vous voulez vraiment, vous devenez un « permetteur ». Tout ce que vous voulez coule vers vous dans cet état. Dans l'état de permettre, il y a peu de résistance. Chaque fois qu'une petite résistance se manifeste par une émotion négative, vous réagissez en allant à l'intérieur, en trouvant la peur et en pratiquant l'art de l'analyse.



## Extrait Chapitre 16 :

### Quoi faire ensuite

Nous comprenons que ce n'est pas un livre de régime typique. Nous réalisons aussi que vous préféreriez qu'on vous dise quoi faire. Pour vous, il peut sembler plus facile de suivre un ensemble d'instructions et de remplir un ensemble de tâches. Malheureusement, cela ne peut pas fonctionner. Il n'y a aucune instruction à suivre, ni aucune tâche à accomplir. Si nous vous avons donné certaines choses à faire qui vous conduiraient à la perte de poids, les résultats seraient les mêmes que tous les autres régimes. Rien ne peut fonctionner pour vous, sauf si cela résonne avec votre vibration et seulement lorsque vous avez changé votre vibration pour devenir une correspondance au corps mince que vous désirez. Donc alors, nous vous demandons une chose: êtes-vous une correspondance au corps mince que vous désirez? Êtes-vous en voie de devenir une correspondance? Êtes-vous en processus de modifier vos croyances limitantes? Êtes-vous en train de devenir un « permetteur » ? S'il en est ainsi, c'est très bon en effet et nous allons vous suggérer certaines choses que vous pourriez vouloir essayer si vous êtes inspiré à les faire.

\*\*\*\*\*

*\* Joshua est un groupe d'enseignants non-physiques canalisés par Gary Temple Bodley. Leurs enseignements pratiques offrent une meilleure compréhension du mécanisme de la réalité physique, la Loi de l'Attraction, et comment tirer profit de forces universelles pour améliorer nos vies. Le premier livre de Joshua «Une perception de la réalité», explique la nature de la réalité en utilisant un anglais simple dans un format facile à comprendre. Ce livre est la prochaine étape pour les personnes éveillées qui cherchent des niveaux plus élevés de conscience et d'éveil. Site (anglais) des auteurs : <http://theteachingsofjoshua.com>*

\*\* Notez que la transmission de ce Matériel a été préalablement autorisée par l'auteur Gary Temple Bodley

**Pour retourner à l'offre en cours : [Cliquez ici](#)**