

The background of the cover is a photograph of a vast field of red poppies in full bloom. The field stretches to the horizon under a dramatic sky at sunset or sunrise. The sun is a bright yellow orb on the left, casting a warm glow. A long, white, curved streak, resembling a comet or a meteor, arcs across the upper left portion of the sky. The overall mood is peaceful and inspiring.

UNE VIE AUTHENTIQUE

Les Enseignements de Joshua

Par: Gary Temple Bodley

Traduction Libre Audrey Bérubé

" Avant votre naissance, vous avez défini des intentions pour cette expérience de vie. Vous aviez l'intention de vous aimer et de vous accepter vous-même, tous les autres et les conditions qui existent dans le moment. Vous aviez l'intention d'expérimenter la véritable liberté et l'abondance; pas le manque ni la limitation. Vous aviez l'intention de vous développer à travers des expériences dans la joie, pas dans la souffrance. Vous aviez l'intention d'explorer qui vous êtes vraiment; plutôt que qui vous n'êtes pas. Vous aviez l'intention de découvrir le but de votre âme. Vous aviez l'intention de devenir la version authentique de vous-même. C'est le but de la vie ". - *Joshua*

Table des Matières

Avant-propos par Gary Temple Bodley	4
Introduction	8
Chapitre Un	
- La Réalité physique	14
Chapitre Deux	
- L'Art de l'Analyse	29
Chapitre Trois	
- La Persona	47
Chapitre Quatre	
- L'Illusion Causée par la Peur	68
Chapitre Cinq	
- Le Véritable Pouvoir de l'Action Inspirée	83
Chapitre Six	
- La Vie Que Vous Aviez l'Intention de Vivre	111
Chapitre Sept	
- Le Mécanisme Magique du Désir	129
Chapitre Huit	
- Découvrir Votre Pouvoir Personnel	141
Chapitre Neuf	
- Une Approche à la Vie Centrée sur Soi-Même est une Approche Authentique à la Vie	162
Chapitre Dix	
- Le Pouvoir de l'Alignement	188
Chapitre Onze	
- Ce Que vous Voulez Vraiment	206
Chapitre Douze	
- Le Pouvoir de la Question : « Pourquoi » ?	224
Chapitre Treize	
- Une Vie Mélangée (Mixte) Est une Vie Authentique	234

Avant-Propos par Gary Temple Bodley

Une Vie Authentique est le cinquième livre de Joshua et il résume cinq années des Enseignements de Joshua. C'est l'aboutissement de tout ce que nous avons appris jusqu'à présent. Certes, il y a encore beaucoup à venir, mais pour l'instant, ce livre est l'information la plus actuelle et la plus complète que nous ayons concernant les Lois universelles, le mécanisme de la réalité physique, pourquoi nous sommes ici, et surtout, comment créer les vies que nous désirons vraiment.

Il n'est pas surprenant que la plupart d'entre nous ne reçoivent pas tout ce que nous voulons de la vie. La plupart d'entre nous sont trop stressés alors que nous essayons de vivre selon l'ancienne approche à la vie. Nous avons tous appris à être bons, à respecter les règles et à travailler dur. Nous avons tous cherché à être heureux en acquérant des biens, un statut, de l'argent, la sécurité, le sexe, etc. À un moment donné, nous avons réalisé que la recherche de tout cela n'est ni satisfaisante ni gratifiante et ne semble jamais rendre personne heureux. Vous pourriez supposer qu'une fois que vous aurez obtenu les choses que vous voulez, vous serez heureux, mais c'est une illusion et cela va à l'encontre de la conception de base de ce système. Ce n'est pas que nous ne pouvons pas être heureux ou qu'il est difficile d'obtenir ce que nous voulons, c'est que nous procédons d'une manière qui ne peut pas fonctionner en fonction de la conception du système.

Nous n'avons tout simplement pas l'information de base qui nous permettra de sortir de l'approche dualiste de la vie et d'adopter une approche plus efficace. Connaissez-vous cette idée de dualité ? C'est la croyance que les choses sont soit bonnes ou mauvaises, soit justes ou fausses. Cette croyance est basée sur la victimisation. Si vous croyez que de mauvaises choses peuvent vous arriver, alors vous devez opérer en tant que victime. Vous devez vous protéger des mauvaises choses qui échappent à votre contrôle. Mais si vous avez étudié la Loi de l'Attraction, alors vous comprenez que fondamentalement, vous êtes le créateur de votre réalité.

Vous ne pouvez pas être le créateur et la victime en même temps. Vous êtes soit l'un, soit l'autre. Si vous êtes une victime, alors en raison de la Loi de l'Attraction, vous devez faire l'expérience de la vie en tant que victime. Si vous opérez en tant que créateur, alors vous devez assumer la responsabilité personnelle de tout ce que vous avez créé. Ce n'est pas toujours facile, car vous allez croire que certaines choses que vous avez créées sont mauvaises ou erronées et que vous n'auriez pas créé ces choses si vous étiez un bon créateur. C'est la dichotomie de la Loi de l'Attraction. C'est le grand point d'achoppement. C'est pourquoi vous vous sentez coincé dans la Loi de l'Attraction. Si vous étiez un bon créateur, vous auriez certainement créé quelque chose de mieux que cela !

Cette idée découle d'un manque d'information de base et d'une perspective limitée. Elle est enracinée dans la croyance que vous êtes imparfait, que vous devez être meilleur et que vous n'êtes pas très bon pour créer la vie que vous préférez. Joshua nous dit qu'il y a plus que cela dans l'histoire. Il y a certaines choses que vous ne comprenez pas encore sur vous-même. Il y a des facettes du système de la réalité physique qui restent à découvrir. Une fois que vous comprenez comment les choses fonctionnent vraiment et qui vous êtes vraiment, tout cela commencera à avoir un sens pour vous.

Le fait est que cette réalité vous donnera tout ce que vous voulez vraiment tant que vous trouverez le moyen de devenir une correspondance vibratoire avec elle. Tout est vibration et vous attirez des choses et des expériences dans votre réalité en fonction de la vibration que vous offrez. Pourtant, vous ne comprenez pas vraiment comment modifier votre vibration afin de devenir une correspondance avec ce que vous voulez plutôt que toutes les choses que vous ne voulez pas. C'est le sujet de ce livre.

Vivre authentiquement implique de vivre la vie d'une manière qui s'aligne consciemment et délibérément avec qui vous êtes vraiment et sur ce que vous voulez vraiment. C'est ça. Il ne s'agit pas de dire ce que vous pensez ou d'être votre propre personne (bien qu'il y ait un peu de cela dans le mélange), il s'agit de naviguer dans sa vie d'une manière courageuse. Vous ne modifiez pas votre comportement en fonction de peurs irrationnelles et de croyances limitantes. Vous devenez authentique en traitant vos peurs et en analysant vos croyances. Ce faisant, vous devenez moins limité par la

peur et plus ouvert à l'inspiration et à la guidance. Joshua explique tout cela d'une manière pratique et pleine de bon sens. À la fin de ce livre, vous comprendrez pourquoi vous êtes ici dans cette réalité physique, ce que vous êtes ici pour faire (et ne pas faire), et comment créer la vie de vos rêves. Vous réaliserez comment vos émotions fonctionnent pour vous guider vers où vous voulez aller et loin de tout ce que vous ne voulez pas. Vous ne craignez plus vos émotions négatives. Vous comprendrez comment cette réalité est conçue pour vous apporter tout ce dont vous avez besoin quand vous en avez besoin. Vous apprendrez à tirer parti des lois de l'univers pour créer réellement la vie que vous préférez.

Ce qui est ironique, c'est que beaucoup d'entre nous croyons que nous savons comment naviguer dans cette vie. Pourtant, on ne nous a jamais dit comment fonctionnait le système. Si vous ne savez pas comment il fonctionne, vous ne pourrez pas le faire fonctionner pour vous. C'est pourquoi vous vous débâtez. C'est pourquoi votre vie n'est peut-être pas encore celle que vous voulez vraiment. La seule chose qui manque, c'est l'information et la perspective. Joshua fait un travail formidable en illustrant la conception du système et en expliquant comment aborder la vie afin de la faire fonctionner pour vous.

Ce livre est un travail canalisé, comme tous les livres de Joshua avant celui-ci. Il m'a été littéralement dicté mot à mot. Depuis que j'ai rejoint Joshua dans ce partenariat en 2013, nous avons écrit cinq livres ensemble, répondu à des milliers de questions, organisé de nombreux événements et ateliers, et animé un podcast à succès appelé Joshua Live. Au cours de cette période, ma vie et celle de beaucoup d'autres personnes ont radicalement changé. Nos perspectives ont changé et nos réalités ont changé. La vie est tellement plus douce maintenant. Elle est remplie de joie. Le stress a été réduit à quelque chose qui est presque inexistant. La façon dont je regarde à peu près toutes les facettes de ma vie a changé. Tout est devenu plus facile et plus amusant. J'ai trouvé mon but et ma passion dans la vie et je suis si heureux de partager cela avec vous.

Chaque mot de ce livre a été écrit pendant que je canalisais les informations de Joshua. Je peux vous dire que ce ne sont pas mes mots, ils viennent d'un autre endroit et d'un autre niveau d'intelligence. Je ne veux pas que vous me

croyiez et je ne me soucie pas que vous le fassiez. Lisez les mots et faites votre propre jugement. Je soupçonne que si vous permettez à vos croyances d'être ouvertes et malléables, vous résonnerez avec tout dans ce livre. Cela aura du sens pour vous. Vous vous sentirez comme si vous vous en souveniez. Vous vous sentirez bien lorsque vous lirez ces nouvelles idées, car elles ne sont pas nouvelles. Vous avez compris tout cela avant votre naissance, mais on vous a enseigné une approche complètement différente de la vie. La nouvelle approche aura plus de sens pour vous et j'espère que vous vous rendrez compte que c'est la façon de tirer parti des forces universelles pour créer la vie que vous préférez. C'est ce que j'ai fait et c'est ce que beaucoup d'autres personnes font en ce moment. Vous pouvez le faire aussi !

Introduction

On vous a appris à être bon. On vous a demandé d'être quelqu'un de différent de qui vous êtes vraiment. Vos parents, vos professeurs, votre famille élargie, vos frères et sœurs, vos amis, votre culture et la société dans son ensemble vous l'ont demandé. On vous a appris à ne pas être mauvais. Cependant, il n'y a pas de bien ou de mal, il n'y a que le jugement du bien ou du mal. Il n'y a pas de bon ou de mauvais, il n'y a que le jugement du bon et du mauvais. Puisque le jugement est finalement dérivé de la peur, l'idée du bien est dérivée de la peur avec les concepts de bon, de mal et de mauvais. Une vie authentique est vécue libre des limitations imposées par la peur irrationnelle et libre de l'appel au jugement.

Qui vous êtes vraiment est un être illimité, d'amour pur positif et d'acceptation. Il n'y a pas de peur là-dedans. L'idée de l'illimité est celle d'un être qui est libre des effets limitants de la peur. Vous êtes venu à cette réalité physique pour vous développer à travers des expériences, y compris celles qui ont suscité la peur. Par conséquent, la peur est un élément du processus d'expansion et nous pourrions donc dire que la peur est nécessaire et par conséquent, juste. La peur peut être vue comme une bonne chose. La peur est ce qui rend la réalité physique tangible. Cependant, il existe deux types de peur et la distinction est assez importante dans la poursuite d'une vie authentique.

Il y a la peur rationnelle et elle est incorporée dans votre instinct de survie. Sans elle, vous ne tiendriez pas longtemps dans la réalité physique. Vous prendriez des risques qui pourraient vous blesser ou entraîner votre mort. La peur rationnelle est la peur de ce qui pourrait vous causer des dommages physiques ou la mort. La peur rationnelle est extrêmement utile dans certaines situations, par exemple lorsque vous souhaitez vous envoler du haut d'un grand immeuble sans parachute. La peur rationnelle vous empêche de faire ce qui pourrait vous conduire à la mort. Bien que cela puisse vous garder en vie, c'est limitant. Ça vous empêche d'essayer certaines activités qui, bien que dangereuses, peuvent aussi être amusantes ou excitantes.

La peur irrationnelle surgit beaucoup plus souvent que la peur rationnelle. Une peur irrationnelle est la peur autour de tout ce qui ne peut pas conduire à votre mort. C'est la peur de demander une augmentation, de demander un rendez-vous, de parler en public, ou de quoi que ce soit où l'activité est peu susceptible d'entraîner votre mort. Si vous ne pouvez pas mourir ou être blessé physiquement, alors la peur est irrationnelle. C'est très limitant, car cela vous empêche de faire les choses que vous devez faire quand vous en avez besoin. Cela vous amène à jouer trop prudemment. Cela vous amène à être différent de qui vous êtes vraiment. Vous ne pouvez pas vivre une vie authentique tout en succombant à la peur irrationnelle.

Une vie authentique est créée en analysant la peur telle qu'elle se présente et en la définissant comme rationnelle ou irrationnelle. Si la peur est rationnelle, alors l'activité est dangereuse et peut être évitée. Si la peur est irrationnelle, alors la peur est fausse et l'activité peut être complétée. L'action peut être prise. Une personne authentique connaît la différence entre la peur rationnelle et la peur irrationnelle.

Pour vivre une vie authentique, vous devez éliminer les effets limitants de la peur irrationnelle et agir en fonction de l'inspiration. La personne authentique vit une vie de permission et reçoit l'inspiration dans le moment. Lorsque l'inspiration pour agir est reçue, la peur se présente presque toujours. Une vie inauthentique est vécue en ressentant la peur et en ignorant l'inspiration. La peur est trop grande et la récompense pour prendre l'action semble être trop faible par contraste ou comparaison. L'action elle-même peut vous amener à franchir la limite de ce que la société juge approprié, ou de ce que vos parents pensent être bien, ou de ce que vos amis pourraient approuver, ou de ce que votre conjoint tolérera. Puisque vous croyez vous-même être bon, vous vous convainquez que l'action que vous êtes inspiré à prendre entre en conflit avec votre idée du bien et du mal, ou du vrai et du faux, et ainsi vous permettez à votre peur de vous arrêter. Vous vous limitez à cause d'une peur irrationnelle. Puisque vous êtes un être illimité d'amour pur positif et d'acceptation, ces limitations imposées par la peur irrationnelle vous font être un peu moins que « qui vous êtes vraiment ». C'est ce qu'on appelle « inauthentique ».

En croyant que vous êtes bon, vous jugez les autres comme bons ou mauvais, justes ou injustes, en fonction de qui ils sont et de ce qu'ils font à ce moment-là. Le problème avec juger les autres est que vous devez également vous juger par comparaison. Si vous qualifiez quelqu'un de mauvais ou d'incorrect, alors dans ces moments où vous vous percevez comme étant mauvais ou incorrect, vous supposerez que d'autres personnes vous jugent. Vous ne pouvez jamais savoir ce que les autres pensent, mais vous percevez ce qu'ils pensent vous-même. Vous placez des pensées dans leur esprit. Vous inventez des histoires. Vous vous convainquez qu'ils pensent soit de bonnes pensées à votre sujet soit de mauvaises pensées à votre sujet. Puisque vous vivez une vie inauthentique, vous essayez de contrôler la façon dont ils vous perçoivent afin de pouvoir vous sentir bien. Vous réagissez à la condition qui se présente dans votre réalité et vous vous sentez soit bien soit mal en conséquence. Si les conditions sont bonnes, vous vous sentez bien. Si les conditions sont mauvaises, vous vous sentez mal. Par conséquent, vous devez constamment travailler à créer de bonnes conditions et éviter toutes les mauvaises. C'est une expérience conditionnelle de la vie et c'est la base d'une vie inauthentique.

Une vie authentique est celle où vous choisissez ce que vous ressentez quelles que soient les conditions. Vous vous sentez bien, peu importe ce qui se passe autour de vous. La raison pour laquelle vous pourriez réagir en vous sentant mal est que vous percevez que quelque chose comme mauvais et cela vous fait ressentir de la peur. C'est approcher la vie d'un point de vue conditionnel et succomber à la peur irrationnelle. La personne authentique trouve un moyen de voir les choses comme bonnes ou de se sentir bien malgré quelque chose qui pourrait provoquer la peur. S'il n'y a pas de peur, il ne peut y avoir d'émotion négative. Toute émotion négative est basée sur la peur. La peur vous amène à adopter une perspective qui est limitante. Puisque vous ne pouvez pas savoir comment quelque chose va se dérouler, la peur est irrationnelle et la perspective choisie à partir d'un lieu de peur est fautive. Si la peur est irrationnelle, alors elle est fautive tout comme la perspective limitée.

Supposons que votre patron vous appelle dans son bureau et vous réprimande pour quelque chose que vous avez fait. Vous pourriez ressentir de la peur, mais puisque votre patron ne peut vous faire aucun mal physique, la peur est irrationnelle. Si vous acceptez la peur et ressentez une émotion négative, cela signifie que vous avez projeté cette peur dans l'avenir et que vous avez choisi une perspective limitée. Vous pourriez penser qu'elle ne vous aime pas. Vous pourriez penser que vous n'obtiendrez pas la prochaine augmentation ou la prochaine prime. Vous pourriez même penser que vous pourriez être licencié. Cependant, ces projections dans l'avenir ne sont que des histoires que vous fabriquez et, puisqu'elles sont basées sur une peur irrationnelle, elles sont complètement et totalement fausses.

Parce que vous n'analysez pas la peur et que vous ne réalisez pas qu'elle est irrationnelle, vous essayez de contraindre les conditions en vous comportant d'une manière que votre patron approuvera. Vous vous changez pour vous adapter à la persona qui amènera votre patron à apprécier vos efforts afin que vous n'ayez pas à supporter l'émotion négative associée à sa désapprobation. Parce que vous vous comportez maintenant différemment, uniquement en raison de votre peur de sa désapprobation, qui vous ferait ressentir une émotion négative, vous devenez une version inauthentique de vous-même. Vous changez qui vous êtes comme un caméléon en fonction de votre perception de ce que les autres attendent de vous. Vous faites tout cela parce que vous craignez une émotion négative. C'est l'émotion négative qui vous rend inauthentique. En fait, ce n'est même pas l'émotion négative elle-même, c'est la peur de l'émotion négative qui crée une vie inauthentique. Si vous souhaitez vivre une vie authentique, vous devrez apprendre à atténuer la peur de l'émotion négative.

Voyez-vous comment vous changez votre comportement autour de différentes personnes ? Vous êtes une personne autour de votre compagnon, une autre personne autour de vos parents, une autre personne autour de vos amis, de vos enfants, de vos collègues et de ceux que vous percevez comme des figures d'autorité. Vous agissez différemment autour de ceux que vous percevez comme ayant plus de statut et de ceux que vous percevez comme ayant moins de statut. Vous jugez les gens, puis vous vous comparez à eux. Vous faites tout cela sans le bénéfice de l'information. Ce sont des jugements hâtifs et ils ne sont jamais exacts. Vous n'avez tout simplement pas assez d'informations.

Si vous connaissiez le but de la réalité physique, pourquoi vous êtes ici et ce que vous aviez l'intention de faire au cours de cette vie, vous vivriez une vie authentique et vous ne jugeriez personne, et encore moins vous-même. Vous auriez une perspective beaucoup plus élevée. Vous verriez simplement les choses différemment. Vivre une vie authentique, c'est vivre en votre pouvoir comme vous en aviez l'intention. Cela n'est pas fait pour obtenir la renommée, la fortune, l'appréciation ou la reconnaissance. Une vie authentique est simplement vécue parce que c'est ce que vous aviez l'intention et que cela représente qui vous êtes vraiment. Vous n'êtes pas ici pour contrôler les conditions ou les autres personnes. Vous êtes ici pour vivre votre vie librement et pour permettre aux conditions et aux autres personnes d'être comme elles sont et de considérer que tout est parfait. Certes, vous définirez des préférences et ferez naître de nouveaux désirs, mais vous le ferez d'une manière authentique, en fonction de qui vous êtes vraiment.

L'avantage de vivre une vie authentique est la création de la vie que vous préférez et la possibilité de découvrir ce que vous aviez l'intention d'explorer. Cette approche à la vie vous apportera tout ce que vous désirez vraiment. Dans une vie authentique, vous permettez à vos vrais désirs de se déployer. Dans une vie inauthentique, vous créez des désirs basés sur votre besoin d'être aimé, d'être apprécié, d'avoir raison et d'être bon. Vous créez de faux désirs dans l'espoir de créer des conditions qui vous permettront de vous sentir bien ou d'être perçu comme bon par les autres. C'est inauthentique et cela viole les Lois de l'univers. L'approche inauthentique de la vie ne peut jamais fonctionner. Ce n'est qu'en vivant une vie authentique que vous pouvez espérer créer la vie que vous préférez.

Être authentique ne signifie pas dire ou faire ce que vous voulez, quel que soit l'impact que cela aura sur les autres. Ce n'est pas être qui vous pensez être. Il ne s'agit pas seulement de celui qui est libre de faire et de dire ce qu'il veut, quand il veut et à qui il le veut. Ce n'est pas ça du tout. Une vie authentique est vécue en étant fidèle à qui vous êtes et en réalisant que vous êtes parfait comme vous êtes, tout comme les autres. C'est comprendre que les gens ne sont ni bons ni mauvais, ils sont simplement qui ils sont et c'est parfait. Vous n'êtes ni bon ni mauvais, vous êtes qui vous êtes et c'est parfait. Vous ne demandez à personne d'être différent de ce qu'il est et vous n'avez pas besoin d'être différent de qui vous êtes. Vous

êtes parfait et ils sont parfaits. Il n'y a rien de mal avec eux et il n'y a rien de mal avec vous. Vous n'avez pas besoin d'être réparé, ni personne d'autre. Tout est bien comme ça. Vous pourriez évoluer vers un nouveau niveau de conscience, mais vous ne serez jamais plus parfait que vous ne l'êtes maintenant. Pour vivre une vie authentique, rien à votre sujet ne doit changer, autre que votre perspective.

Dans notre description d'une vie authentique, nous cherchons à changer votre perspective, c'est tout. Vous ne vivez pas la vie actuelle d'une manière que nous considérons comme erronée, ce n'est tout simplement pas authentique. Il n'y a rien de mal à vivre une vie inauthentique, c'est juste que ce n'est pas compatible avec les Lois de l'univers. Vous n'obtiendrez jamais réellement ce que vous voulez vraiment en vivant une vie inauthentique. Vous prendrez de l'expansion par le contraste et la naissance de nombreux désirs, que vous viviez de manière authentique ou non, et c'est donc une très bonne vie en effet. Cependant, vous pouvez aussi vivre dans la joie et permettre à tout ce que vous voulez vraiment de se réaliser naturellement, facilement et avec élégance. La question n'est pas de savoir quelle approche à la vie est la meilleure, tout se résume à quelle approche à la vie vous préférez. Cette décision vous appartient. Mais avant que vous ne preniez cette décision, laissez-nous expliquer comment la réalité physique fonctionne à l'intérieur des Lois de l'univers.

Pour participer au prochain **Programme d'Entraînement à l'Abondance illimitée de Joshua** (en Français) dirigé par **Audrey Bérubé**, où vous aurez l'occasion de pratiquer et d'intégrer encore davantage ce que vous avez appris dans ce **Volume : Une Vie Authentique**, d'une manière concrète et en alignement avec votre **Vrai Moi**, [Cliquez ici](#) pour obtenir toutes les informations ou sur l'image ci-dessous.



Merci à Gary Temple Bodley pour son autorisation de traduction et de diffusion de ce Volume.

Pour plus d'informations sur les Enseignements de Joshua (en anglais), consultez : <http://theteachingsofjoshua.com>

En Français :

<http://audreyberube.com>

Rejoignez le **Groupe Facebook Exploration des Lois de l'Univers** offrant entre autres des extraits des **Enseignements de Joshua** (en Français)

[Cliquez ici](#)

Faites partie du Groupe Écho (Privé & Gratuit), animé par **Audrey Bérubé**, où sont offerts particulièrement plusieurs **Extraits des Enseignements de Joshua en Français** :

[Cliquez ici](#)

Rejoignez le Groupe Facebook : **Friends of Joshua (en anglais)** :

[Cliquez ici](#)

Merci à Monique Repaire pour son aide à la traduction.

Autres livres de Joshua écrits par Gary Temple Bodley :

Une Perception de la Réalité (Angl. et Français*)

Santé, Richesse & Amour (Angl. seul.)

Un changement Radical dans votre Approche à la
Vie (Angl. et Français*)

La Diète Joshua (Angl. et Français*)

La Diète Joshua – Playbooks Volume Un & Volume
Deux (Angl. seul.)

*Notez que les livres en Français sont uniquement disponibles pour le moment via le site : <http://www.audreyberube.com/produits-et-services-offerts/>

Utilisez la fiche contact du site pour plus d'informations au besoin.

Pour les versions anglaises, elles peuvent être retrouvées sur Amazon en [Cliquant ici](#).