

MAGAZINE

# LA VIE

Édition

38

Septembre 2025



RADIO  
ODYSSEE



agments  
d'un Vivant

L'ESSENCE  
DES MONDES

Le BLOG  
L'ODYSSEE  
des MOTS

VIE

MARCHER AVEC LE VIVANT



## **COMPOSITION DE MUSIQUE RELAXANTE**

*Des voyages dans des paysages musicaux aux styles variés, propices au rêve, à la détente, à la méditation, mais aussi au réveil de l'énergie fougueuse qui est en vous, trouvez l'épanouissement par la synergie sonore, et devenez aussi pur(e) et rare qu'une edelweiss !*

*Vous trouverez une large palette de styles musicaux, chaque musique reflète une émotion associée qui fera résonance en vous d'une certaine manière qui vous est propre.*

*Certains titres sont en écoute et en téléchargement libre, \_*

**[la liste ici](#)**



# **Annoncez dans La VIE** **– Faites rayonner votre projet**

**Tu es entrepreneur, thérapeute, créateur  
ou porteur d'un projet qui résonne avec les  
valeurs humaines, naturelles et  
conscientes du Magazine La VIE ?**

**Nous t'offrons des espaces publicitaires  
adaptés, visibles et vibrants – dans le  
magazine ET sur notre site web.**



## **Bannière simple**

Image non cliquable dans  
le magazine + site web

→ **20 \$ / mois + taxes**



## **Bannière cliquable**

Lien direct vers ton site ou  
ta page

→ **30 \$ / mois + taxes**



## **Deux bannières**

Deux emplacements différents  
cliquables

→ **50 \$ / mois + taxes**

★ 6 mois = 1 mois offert

★ 12 mois = 2 mois offerts + mention sur le site



## **Pleine page publicitaire**

Audio, vidéo, texte et visuel  
cliquable dans La VIE

→ **79 \$ / édition + taxes**



Création de la pub en supplément

**webmagazinelavie@gmail.com**  
**Objet message: Annoncez dans La VIE**

# CONTENUS

10- Mot de l'éditeur  
Mario J'm Marchand  
– Rassembleur de mondes vivants



**20- Oser le Vivant  
— Un moment avec  
Mario J'm**

☀️ En septembre, il ne s'agit pas de courir vers demain... mais de descendre en soi. Là où les graines de l'été murissent en silence, prêtes à révéler leur éclat oublié.

🌿 Ce numéro t'invite à ralentir le pas, à tendre l'oreille aux bruissements subtils de ton être, à accueillir ce que tu es devenue, dans la tendresse... sans attente, sans masque.

🌿 Que chaque page soit une respiration, un miroir d'authenticité.

✨ Que chaque mot déplie en toi un élan de gratitude pour ce qui est déjà là.

# CONTENUS

## INSPIRATIONS & ÉVEIL

14

La sagesse de l'ours par  
Mika

25

Numérologie Cosmico Vibrante  
Grumpflork



30

Comme quoi!  
Annie Poitras

36

Après, l'avant  
Christine Harmant

42

Réflexion d'un gorille  
Philosophe

43

Des pieds en santé  
Christine Verret



**Radio Odyssée - La Radio du Vivant**

# CONTENUS

44

À l'aube d'un nouveau jour  
Sylvie Charbonneau (Vit)

48

L'évolution d'une vie  
Nicole Scott

52

Chacun son destin  
Danny Lévesque

54

Diriger avec la naïveté  
Amély Paquet

62

Herbes & Harmonie  
La calendula souci officinal

66

L'oracle du mois  
Nicole Scott



68

L'intime évolution  
Christine Harmant

74

Vivre mieux ici et maintenant  
Marie Guay

76

Chronique d'un artiste en herbe  
no8 L'expression être naïf



**Radio Odyssée - La Radio du Vivant**

# PRÉSENTATION DE L'ÉQUIPE

 Mario J'm Marchand

– Éditeur, Rédacteur, Création Graphique

Nicole Scott

Coordonnatrice des collaborations et de la communication

 Christine Harmant

– Correctrice, Révisseuse

Nous sommes une équipe passionnée qui met tout son cœur et son énergie dans la création de ce magazine unique. Notre mission ? Inspirer, éveiller et partager des contenus qui résonnent avec votre âme.

Nous croyons en une information libre et vibrante, en une conscience élargie, et surtout en la beauté de chaque cheminement.

 Un immense merci à nos contributeurs qui enrichissent chaque édition de leur savoir et de leur créativité.

 Contact & Soumissions

 [webmagazinelavie@gmail.com](mailto:webmagazinelavie@gmail.com)

 Magazine La VIE – Site Web

 Envie de contribuer à la prochaine édition ?

Partagez votre article, témoignage ou projet avec nous !

## MENTIONS LÉGALES

- ◆ Le contenu du Magazine La VIE ne peut être utilisé ou reproduit sans autorisation écrite.
  - ◆ Les opinions exprimées dans ce magazine appartiennent à leurs auteurs et n'engagent pas la responsabilité de l'équipe éditoriale.
  - ◆ Les informations fournies dans nos articles et chroniques sont destinées à l'inspiration et à l'exploration personnelle. Elles ne remplacent en aucun cas un avis médical, thérapeutique ou professionnel.
  - ◆ Nous encourageons chacun à faire ses propres recherches et à consulter les experts appropriés selon ses besoins.
-  Merci de faire partie de cette aventure et de nourrir ensemble cet espace d'éveil et de partage.



INFO

📞 **Tous les jeudis à 11h,**  
Nicole vous donne rendez-vous sur Radio Odyssée

***Une radio d'âme à âme,*** où chaque collaborateur est une vibration unique.

🍦 ***Comme un glacier infini de saveurs énergétiques, à savourer sans modération.***

# Mot de l'éditeur

**Mario J'm Marchand**

**Je ne suis pas tombé. J'ai été appelé à me déposer.**

Il y a des silences qui durent une saison.  
Des respirations longues comme un été entier.  
Des pauses imposées, ou peut-être offertes, par la Vie elle-même.  
Depuis juillet, Magazine La VIE est resté en retrait.  
Non pas par oubli.  
Mais parce que parfois, l'essentiel se vit hors page.  
Un choc.  
Une commotion.  
Un effondrement temporaire du système.  
Puis une traversée.  
Je n'ai pas « arrêté ».  
J'ai été invité à **ralentir pour ressentir autrement.**  
À revoir.  
À réentendre.  
À réapprendre.

**Aujourd'hui, je reviens.**

**Mais ce n'est pas le même « moi » qui signe ces lignes.**

**C'est un Mario J'm plus nu, plus entier, plus enraciné.**

**Pas guéri de tout, mais présent à chaque souffle.**

Cette édition marque un tournant.

Elle n'est pas une simple reprise :  
elle est une récolte de conscience.

Un appel vibrant à se cueillir, soi-même,  
avec tendresse, avec audace, avec vérité.

Le thème de cette parution :

✨ « **Cet automne, je me relève avec douceur.** »

Tu y découvriras :

- Des voix humaines et puissantes
- Des mots qui respirent et qui guérissent
- Des réflexions, des rires, des racines
- Des créations qui réconcilient l'être et le monde

Ce magazine, ce n'est pas un média.

C'est un **compagnon du Vivant.**

Il ne se lit pas. Il se **ressent, se partage, se célèbre.**

Alors merci à toi, lecteur, créateur, rêveur, témoin.

Merci de faire partie de ce battement-là.

De ce mouvement lent et profond

qui dit : oui, je choisis de rester vivant.

Avec Amour, Présence, et Vérité,



## Cet été, je me récolte.

[Pour lire l'édition complet ici:](#)



◆ **Solstice d'été**

— Mika

◆ **Dieu extérieur à soi ?**

— André Harvey

◆ **La pêche est abondante**

— Danny Levesque

◆ **Miser sur les forces**

— Nadia Fortin

## **Septembre – Entre chute et cueillette**

Il y a ces passages plus feutrés,  
où l'on ne sait plus s'il faut repartir... ou simplement revenir à soi.  
Tout semble ralentir. Et pourtant, la vie pulse, discrète et  
puissante.

L'automne s'approche,  
comme une main tendre qui nous touche l'épaule  
et nous murmure :

« Tu peux te reposer maintenant. »

La lumière devient miel,  
le corps écoute un peu plus bas que d'habitude,  
et le cœur —

le cœur apprend à ne plus presser.  
Ce n'est plus le temps d'en faire trop.  
C'est le temps de se rassembler en soi,  
de laisser tomber ce qui n'a plus lieu d'être,  
et d'honorer ce qui reste debout, vivant, essentiel.

-  Une vérité qui s'impose avec douceur.
-  Une respiration qui s'offre sans justification.
-  Une présence qui ne cherche plus à prouver.

Et toi...

Qu'est-ce qui, en toi, demande à être cueilli...  
non pour être transformé,  
mais simplement pour être reconnu ?

À quel endroit de ton être, la Vie te dit :

**« C'est ici. C'est maintenant. Tu peux te relever, doucement. »**

# La sagesse de l'ours

*Mika*



Création IA *Mika*



Ce 22 septembre, tel un fier coursier, le Soleil franchira l'équateur céleste pour se diriger plein sud. Oui, bientôt l'équinoxe d'automne ! Un face à face éloquent entre le jour et la nuit ! Une chevauchée impartiale entre le yin et le yang. Digne du TAO ! Équilibre parfait, 50 % de lumière et 50 % d'obscurité ! Après l'effusion verdoyante de l'été, la nature va commencer à ralentir son rythme. Résignée, la dernière feuille dégringolera de l'arbre et la terre se préparera à un sommeil tranquille... Une puissante alchimie qui nous invite à lâcher prise et à prendre une pause dans nos existences qui déboulent à vitesse grand V. Un temps propice pour respirer, nous ancrer... Et combien l'humanité a besoin de stabilité, besoin de retrouver ses repères en cette période charnière tourmentée. Confusion, désinformation, inflation, perte d'identité individuelle et collective ! Sans compter la consommation névrotique et le progrès à tout prix qui asphyxient notre civilisation ! Comme l'exprime Satprem, jadis confident de Mère à l'ashram de Sri Aurobindo :

***Avant, la Haute-Égypte finissait ou s'éteignait sous les sables roses du désert, maintenant nous finissons sur une croûte d'asphalte gris.<sup>1</sup>***

<sup>1</sup> Satprem, SriAurobindooul'aventuredelaconscience, BuchetChastel



Création IA *Mika*

ai



## Danser sur l'ignorance ?

Notre monde a visiblement égaré sa boussole et ressemble de plus en plus à un bouchon de liège secoué par les flots tumultueux ! Un moment d'accalmie lui ferait le plus grand bien... Pourquoi ne pas profiter de l'enseignement de l'ours et pénétrer nous aussi dans notre caverne intérieure ? Idée de faire un peu de cocooning et d'introspection... Mais attention, ce puissant animal de pouvoir ne se contente pas de dormir ! En réalité, il jase directement avec le Grand-Esprit! Rien de moins ! Accéderait-il ainsi à une connaissance millénaire ? Chose sûre, il est réputé pour sa sagacité et sa clairvoyance ancestrale. Les premières nations de l'île Tortue (l'Amérique) disent qu'il DANSE SUR L'IGNORANCE ! Nous aussi pouvons nous réfugier dans notre cœur et, au-delà du bavardage incessant du mental, nous relier à la sagesse de la Source...



## Temps de faire un bon ménage ?

Une excellente occasion d'entreprendre un bon ménage. Peut-être même, abandonner

certaines relations qui ne nous nourrissent plus ? Quitter nos schémas répétitifs, ces pensées qui tournent en rond et ces programmations tenaces qui rétrécissent notre petit moi... Comme l'aurait affirmé l'écrivain Robert Sylvester de Ropp : « L'idée de base sous-jacente à toutes les grandes religions du monde est que l'humain est endormi, qu'il vit au milieu de rêves et d'illusions, qu'il se coupe de la conscience universelle ( la seule définition compréhensible de Dieu ) pour se traîner dans l'étroite coquille de son ego. » Trop facile de s'enliser dans la médiocrité et la banalité du quotidien ! L'heure ne serait-elle pas venue, comme le suggérait le maître zen Shunryu Suzuki, de

DEVENIR NEUF?



Dans nombre de traditions autochtones, on considère cet animal totémique comme le guérisseur par excellence. Donc, l'occasion idéale pour soigner de vieilles blessures, discuter si besoin avec quelques fantômes qui rôdent peut-être encore dans l'arrière-boutique de notre enfance... Le dialogue est toujours préférable à la guerre... Et surtout, comme l'exprime magnifiquement la nonne bouddhiste Pema Chödrön, il est essentiel d'« entrer en intimité avec soi-même » <sup>2</sup>...

Et comme tout est relié, veiller sur notre enfant intérieur, n'est-ce pas également participer au mieux-être de la Terre mère et envoyer une touche d'amour à tous ses habitants ?

<sup>2</sup> Pema Chödrön, Entrer en amitié avec soi-même, édition Pocket

# PARCOURS OSEZ ÊTRE

Un parcours de sept ateliers pour mieux te connaître et Osez ÊTRE TOI.

Un espace d'accompagnement bienveillant et sécurisant pour t'exprimer librement.

Des outils concrets pour développer confiance, autonomie et équilibre dans ta vie.



## Atelier 1:

Samedi

20 septembre 2025



10.00 - 16.00 PM



2018 chemin de la Pointe,  
St-Félicien



### **NICOLE SCOTT**

Enseignante, médium,  
numérologue, guide  
et auteure

### **NADIA FORTIN**

Intervenante et  
conseillère en  
lithothérapie

## Accueil

Faire les pas vers La réalisation de soi À propos  
Emission « L'Académie ouvre ses portes »  
L'Académie Nicole Scott, dirigée par Nicole [...]

 L'académie Nicole Scott /



# Entrevue exclusive

## Magazine La VIE, septembre 2025

**Mario J'm, animateur et éditeur...**

**reçoit Mario J'm, l'humain derrière le rideau**

**Mario (animateur) :** Bonjour à toutes et à tous. Pour cette édition spéciale du 1er septembre 2025, j'ai la joie — et l'audace — de recevoir... moi-même.

Ou plutôt **celui que je découvre encore chaque jour : Mario J'm, L'Apprentis-Sage, l'humain derrière le micro, derrière les mots, derrière les mondes.**

Prends place Mario. On va se jaser vrai.



### Accueil

Faire les pas vers La réalisation de soi À propos  
Emission « L'Académie ouvre ses portes »  
L'Académie Nicole Scott, dirigée par Nicole [...]

 L'académie Nicole Scott /

## **Q : Qui es-tu, Mario J'm ?**

**R :** Je suis un vivant. Pas un titre, pas une fonction, pas une entreprise. Un vivant en mouvement, qui crée des espaces où d'autres vivants peuvent s'écouter, se reconnaître, se choisir. J'ai souvent essayé de me définir, mais à chaque fois, c'est la Vie qui me redéfinit. Je suis un tisseur d'ondes, un aimant à projets fous, un amoureux du silence... qui parle fort.

## **Q : Tu fais quoi exactement dans la vie ?**

**R :** Je respire, j'observe, je crée.  
Plus concrètement :

J'ai fondé Radio Odyssée, une radio libre et vibrante, qui diffuse des voix vraies.

Je dirige Magazine La VIE, un magazine humain, poétique, édité avec le cœur.

Je crée des chansons, des images, des textes, des rêves...

Et parfois, je refais des planchers ou je peins des murs.

Mais surtout, je vis, et j'essaie de ne pas me perdre en chemin.

## **Q : Et ce silence du magazine depuis juillet ?**

**R :** Ah... le silence.

Il n'était pas prévu, mais il était sacré.

J'ai eu une commotion cérébrale, une vraie pause imposée par le corps et la Vie. J'ai été malade, chamboulé, confronté.

Et j'ai choisi de ne pas forcer.

De ne pas me trahir pour rester productif.

Alors j'ai écouté. J'ai pleuré. J'ai dormi. J'ai aimé.

Et aujourd'hui, je reviens, non pas pour reprendre, mais pour recréer autrement.

## **Q : Tu n'as jamais pensé tout arrêter ?**

**R :** Bien sûr. Plusieurs fois.

Mais à chaque fois, quelque chose me rappelle que je suis au bon endroit, même quand c'est difficile.

Un message d'un lecteur, une émission qui bouleverse, un fragment de texte qui fait écho à une âme.

Et surtout : je ne fais pas ça pour moi.

Je le fais avec et pour le Vivant.

Ça, ça ne s'éteint pas.

## **Q : C'est quoi, ton moteur ? Ton feu sacré ?**

**R :** Ce feu-là, je le sens dans mon ventre.

Il s'allume quand je suis vrai, quand j'écoute sans filtre, quand j'écris sans masque.

Ce feu, c'est l'élan de faire du sens dans un monde qui en perd.

C'est aussi mon amour pour les gens. Les vrais gens. Ceux qui doutent, qui tombent, qui rient, qui cherchent. Ceux-là, je les reconnais. Parce que je suis l'un d'eux.

## **Q : Et si tu avais un message à transmettre à ceux qui liront cette édition ?**

**R : Cueillez-vous. Lentement. Tendrement. Sincèrement**

Cet automne, ne vous empressez pas de repartir.

Accueillez la saison comme on accueille un feu de foyer : avec gratitude, avec lenteur, avec amour.

Et si vous vous perdez, venez faire un tour sur nos ondes ou dans nos pages. Il y aura toujours un écho pour vous ramener à vous-même.

# NUMÉROLOGIE COSMICO- VIBRANTE DE SEPTEMBRE 2025



9

LE 9,  
C'EST  
LE  
CHIFFRE  
DE

## 🌟 Numérogie de septembre 2025

### 🌌 Astro-ridiculoscopie des signes

## 👉 Les conseils interdimensionnels du Grumpflörk™

### 🌌 Numérogie cosmico-vibrante – Septembre 2025

$$9 + 2 + 0 + 2 + 5 = 18 \rightarrow 1 + 8 = 9$$

Le mois 9 dans une année 9 (2025 = 2+0+2+5 = 9)

### 🎮 Bienvenue dans le niveau bonus du Jeu de la Vie.

Le 9, c'est la fin de la fin.

C'est l'heure de remercier, de recycler et de rêver à neuf.  
C'est le moment des derniers soupirs... avant les premiers élans.

Une époque intérieure s'achève. Laisse-la partir avec grâce (ou avec un mini feu de camp).

### 🌀 Conseil vibratoire :

Fais de la place.

Dans ton cœur, dans ton téléphone, dans ton frigo.

Ce qui s'en va... t'allège.

Ce qui reste... mérite une danse.



## Accueil

Bienvenue dans un espace où les voix portent des vérités, où la musique soigne, et où chaque mot reconnecte. Tu es au cœur d'un monde libre,...

WIX Radio Odysée

# Astro « Grumpflörk » du mois

Tu veux savoir ce que l'univers te réserve en septembre ? Voici la seule lecture céleste validée par Saturne lui-même (en douce, sans témoin).

## Bélier

**Tu veux tout recommencer. OK.**

**Mais commence donc par finir ce que t'as lancé en juin (oui, cette chose-là).**

## Taureau

**Manger du chocolat et changer de vie ne sont pas incompatibles.**

**Choisis les deux. Ajoute du caramel.**

## Gémeaux

**Ta langue devance tes idées.**

**Fais une pause. Respire. Puis parle... en vers libres.**

## Cancer

**Tes émotions sont en technicolor.**

**Parfait. Peins un mur avec. Littéralement.**

## Lion

**Tu rugis, mais maintenant avec douceur.**

**Ton superpouvoir ? Briller sans aveugler.**

## Vierge

**Le chaos, c'est pas sale.**

**Range ton cœur, pas ton tiroir à cuillères.**

# Astro « Grumpflörk » du mois

## Balance

Tu hésites entre tout... et tout.  
C'est poétique.  
Repose-toi dans le rien un instant.

## Scorpion

Tu veux tout transmuter.  
Commence par ton mot de passe Wi-Fi. Ou ton fond d'écran.

## Sagittaire

Ta flèche veut fuir. Ton cœur veut rester.  
Alors vise... la Lune. Elle ne dit rien, mais elle comprend.

## Capricorne

Tu n'as pas à tout porter.  
Même l'univers prend des pauses galactiques.

## Verseau

Une idée brillante. Puis une autre. Puis encore une. Laisse-les se chamailler. Observe le résultat.

## Poissons

Tu rêves fort.  
Garde un carnet... ou une bouteille à la mer.  
L'une des deux saura quoi faire.

## 🌀 **Les conseils absurdes (mais vrais) du Grumpflörk™**

- **Écris une lettre à quelque chose que tu as perdu.**
- **Puis poste-la... dans ton tiroir.**
- **Fais une sieste dans un coin que tu n'as jamais exploré (ta droite, peut-être).**
- **Apprends une chose inutile. Elle t'étonnera au bon moment.**
- **Cueille une feuille tombée.**
- **Écoute ce qu'elle a à te dire. Elle connaît l'art de partir.**



B  
O  
i  
S  
S  
O  
n



É  
n  
e  
r  
g  
i  
s  
a  
n  
t  
e  
P  
é  
t  
i  
l  
l  
a  
n  
t  
e

# Comme quoi !

## Itinéraire d'une forte tête !

Jamais je n'aurais imaginé qu'un jour, on me proposerait de faire un article dans un journal, pour parler de mon parcours et de ce que je propose. Je n'étais pas destinée à faire grand-chose de ma vie, selon les professeurs qui ont croisé ma route dans mon enfance. Voici la preuve que rien ne peut empêcher une âme d'aller vers sa destinée...



Par Annie Poitras

Je suis Annie Poitras, une fille issue d'une petite localité de cinq cents personnes au sud du lac St-Jean qui s'appelle St-André. Je suis l'enfant d'un homme généreux, fier, ambitieux et d'une mère aimante, attentionnée, intuitive. En étant la plus vieille d'une famille de trois enfants, j'ai grandi avec mes cousins, cousines, oncles, tantes et grands-parents maternels. Les valeurs qui m'ont été transmises par tous sont : l'amour, la sensibilité, la foi, le respect et la bienveillance. J'ai grandi en me faisant bercer avec les anges gardiens, Marie et Jésus.

La famille de ma mère parlait de la foi ouvertement avec nous et je me souviens que les samedis après-midi passés chez mes grands-parents maternels étaient d'une belle richesse spirituelle. Ce que j'aimais le plus, c'était lorsqu'ils parlaient de la vie après la mort. J'étais fascinée ! Je voulais comprendre comment ça fonctionnait. Alors, je posais des tonnes de questions à ce sujet, tellement que ma mère, mes oncles et mes tantes en étaient tannés : « Annie, arrête de poser tant de questions ! », me disaient-ils. En revanche, la chose qu'ils ne savaient pas, et que je ne disais pas... c'est que je voyais au-delà et que je comprenais bien plus qu'ils ne le pensaient.



C'est ainsi que la spiritualité est devenue cruciale tout au long de ma vie. Je sentais qu'il était important de faire appel aux forces supérieures pour que celles-ci me protègent, pour que je leur parle ou leur fasse des demandes et enfin pour que je les remercie.

Plus tard dans ma vie, j'ai découvert que je disposais de ce savoir qui, en fait, m'a été transmis par ma lignée de femmes. D'ailleurs, celles-ci n'ont jamais exploité cette formidable connaissance. Aujourd'hui, en reconnaissant cette partie de moi, j'honore mes ancêtres. Maintenant à travers moi, elles sont vues, entendues et acceptées.

Également, je ne peux absolument pas mettre sous silence l'héritage de ma grand-mère paternelle que j'ai découvert lors de la dernière année de sa vie. Période où je l'ai côtoyée et accompagnée dans son parcours de fin de vie. Qui donc peut se vanter d'avoir une grand-mère qui a fait le tour du monde ?

Je ne peux pas dire si elle a été sur chaque continent, par contre, je sais que mes grands-parents ont fait de grands voyages. Elle aimait s'instruire sur n'importe quel sujet et je l'ai toujours vue avec un livre, un journal. Elle me disait que l'on n'a jamais fini d'apprendre. Ma grand-mère n'était pas de son temps, je pense qu'elle est née trop tôt. Si elle avait vécu à mon époque, elle aurait été à l'université. Elle avait beaucoup de caractère et lorsqu'elle décidait quelque chose. Par exemple, lorsqu'elle s'était fixé un but, rien ne pouvait l'arrêter. Du côté de la famille de mon père, c'était l'éducation qui a été mise de l'avant, tous les enfants sans exception ont fait leur secondaire cinq.

Alors, du côté de ma mère, j'ai appris les qualités ressenties par le cœur, comme l'intuition, la sensibilité, la bienveillance et l'amour. Et du côté de mon père, j'ai acquis les qualités de l'esprit qui sont la ténacité, la persévérance, la confiance et la force de caractère. Belle complémentarité qui, en revanche, a été difficile à gérer à l'école. En tout premier lieu, la maternelle fut une source de malheurs... Imaginez quitter un milieu sécurisant où tu te sens aimé, où tu peux être toi-même pour te retrouver dans une jungle sans être préparée pour l'affronter. Je ressentais tout et tout le monde, même le professeur, et pire encore, j'ai été diagnostiquée dyslexique... Bref, toutes les lettres se mélangeaient...



Il faut dire que, dans les années 80, l'Éducation n'était pas préparée à ce genre de problématique. Alors, nous étions stigmatisés. Souvent je me faisais dire par les élèves de ma classe : « Toi, t'es pas bonne à l'école ! ». Quand je ne comprenais pas et que le professeur faisait semblant de ne pas me voir, dans ces moments-là, je me réfugiais dans mon monde. Clairement, mon imagination m'a énormément aidé dans les années du primaire. J'étais en sécurité. Dire qu'il y a même un professeur qui a eu l'audace de déclarer à ma mère que je ne ferai pas grand-chose dans la vie, qu'avec mon problème d'apprentissage, je ne pourrai pas aller à l'université et que j'étais destinée à ne faire que des petits métiers. Le problème, c'est qu'elle ne savait pas de quel bois j'étais constituée.

Aujourd'hui avec du recul, je remercie ce professeur de ne pas avoir cru en moi, parce que cela a été l'élément catalyseur qui a fait en sorte que je réalise mes objectifs, et je me répétais, comme un mantra : « Un jour, je vais y aller à l'université... et rien ni personne ne pourrait m'en empêcher, et surtout pas la dyslexie. Il ne faut pas oublier que la dyslexie, ça permet de voir les choses sous d'autres angles. Il s'agit juste de trouver sa propre façon de fonctionner pour pouvoir apprendre.

## **Maintenant, je vous présente Annie Poitras, Renaître à Soi.**

Je suis devenue une infirmière clinicienne qui a travaillé dans le domaine de l'oncologie pendant quelques années. C'est mon accompagnement auprès de ces personnes qui a fait de moi ce que je pratique actuellement. Lorsque l'on côtoie des personnes au début de leur maladie jusqu'à la fin de leur vie, cela nous change qu'on le veuille ou non. Ils m'ont bien plus aidé que je n'ai pu le faire. Ils ont fait en sorte que je retrouve toutes mes capacités spirituelles. Ça a été un long chemin, pour accepter tout ça. Il ne faut pas oublier que la famille de ma mère n'a pas vraiment reconnu ou plutôt pratiqué ce don... Quant à la famille de mon père, cela a toujours été la force de caractère qui était encouragée. J'étais dans un dilemme total. Pourtant, en même temps, c'est là que je me suis aperçue que cet emploi ne résonnait plus avec moi. En comprenant que je suis bien plus qu'un corps physique, j'ai réalisé que je devais mettre de l'attention aussi du côté mental, émotionnel et spirituel. En intégrant toute ma dimensionnalité et que rien n'est linéaire, tout est en mouvement. C'est ainsi que, tout naturellement, je me suis dirigée vers des pratiques plus énergétiques.

Au début, j'ai été ma première cliente. Toutes les approches que j'ai étudiées, je les ai testées sur moi. La première expérimentation qui est arrivée dans ma vie fut la kinésiologie intégrale. Vraiment une belle formation ! J'ai appris une technique qui liait la science et l'intuition. Pour moi, c'était parfait ! On va chercher des informations vibratoires avec l'intelligence du corps. Dans cette méthode, je demeure dans le scientifique et l'intuition est testée. Quoi de mieux pour quelqu'un comme moi qui n'assume absolument pas tout ce qui est intuitif !

Par la suite, le « ThetaHealing » s'est présenté à moi. Cette méthode, totalement spirituelle, a été très révélatrice. C'est cette approche qui m'a permis de me débarrasser de tous les conditionnements mentaux toxiques comme : je ne le mérite pas, je ne suis pas digne, etc. Les uns après les autres, ils sont tous tombés.

Bien évidemment, j'ai reçu de l'aide de personnes de cœur vraiment formidables tout le long de mon parcours. Finalement, on n'est pas vraiment un bon thérapeute pour soi-même. En effet, je ne suis pas capable de me canaliser, il faut que je me fasse valider. En revanche, lorsque j'ai une personne devant moi et que son histoire prend forme devant mes yeux, je ne peux pas garder ça sous silence. Il faut que je fasse profiter le talent que j'ai reçu.

Tout le cheminement pour me faire voir et reconnaître a été très difficile. En vérité, cette croyance que je ne ferai pas grand-chose dans la vie demeurerait toujours en arrière-plan. Même celle dite, dans mon enfance, par mes camarades de classe, comme quoi je n'étais pas bonne, est restée longtemps gravée dans ma tête, tellement dure. Une chance que j'aie eu de bons parents qui m'ont encouragé à poursuivre mes rêves. Même si parfois, ils ne comprenaient pas vraiment mes choix ou mes idées. C'est aujourd'hui que je remercie mes ancêtres pour leur héritage, parce qu'à la lumière de toute ma vie, toutes les vertus qu'ils m'ont transmises m'ont servi. J'ai tellement de choses à dire et à raconter. Si ma progression peut inspirer une personne à se relever et à être fière de qui elle est. J'aurai réussi à faire une différence... Et ce n'est qu'un début !

Je termine en écrivant ceci : « Ne sous-estimez jamais la volonté et le potentiel d'un enfant, lorsqu'il a tous les ingrédients pour son accomplissement, parce que tel le phœnix, il va se relever d'entre ses cendres ! »

La Reconnexion  
À soi



Service de médecine holistique et alternative

Annie Poitras,  
Accompagnante Renaître à soi





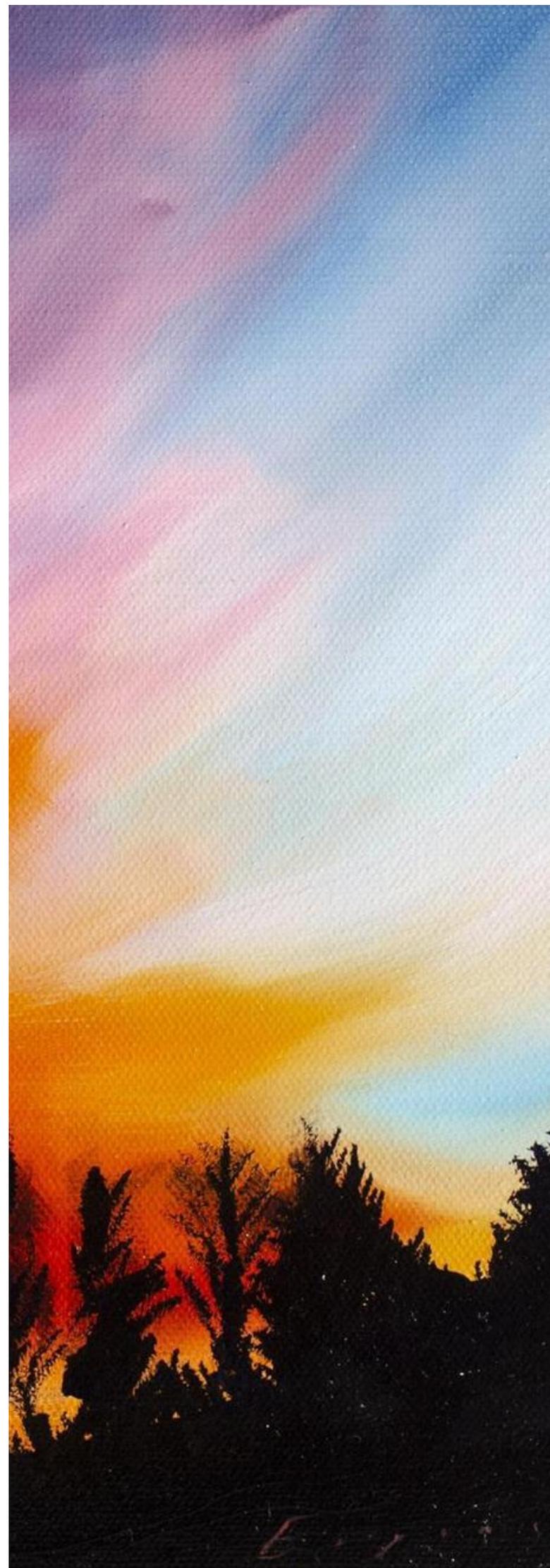
Peinture d'Eugène Romain

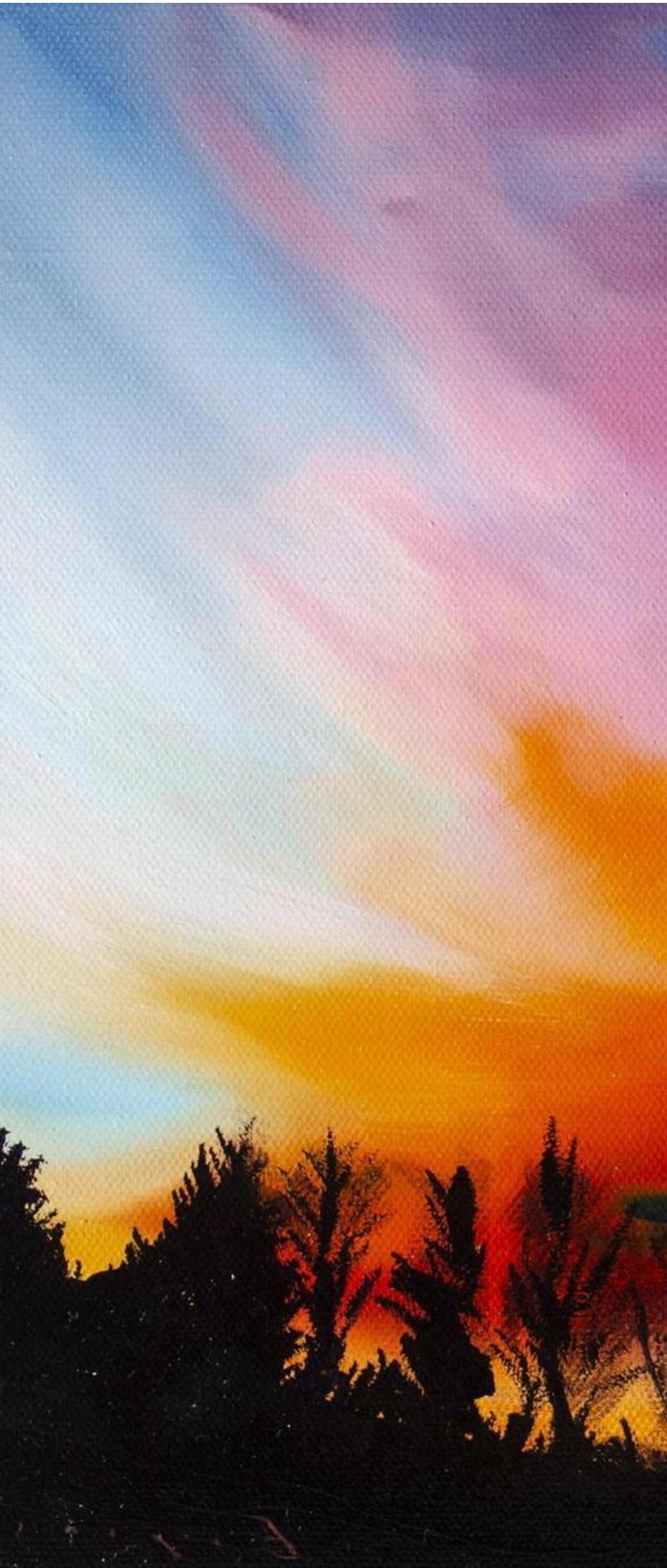
## Après l'Avant...

Juste Franchir et Devenir

Par Christine Harmant

Formidable ! Je ne fais plus partie de l'étude pour détecter la présence de troubles cognitifs auprès de la population québécoise... Quelle bonne nouvelle ! Cela signifie que je ne suis plus incluse dans cette normalité d'humains programmés... Vu certaines de mes réponses en ce qui concerne mon ressenti face aux autres, sans oublier les groupes de genres tels LGBTQ+ ainsi que toutes les victimes qui se sentent jugées, agressées, opprimées... celles qui se sentent vides à l'intérieur, celles qui ont un besoin maladif de reconnaissance, qui se sentent mal-aimées et qui, comme je l'ai déjà été, attendent que tout vienne de l'extérieur. Or, tout ce qui provient de l'extérieur n'apporte rien, cela reste au niveau superficiel et pousse à combler un « manque extrême » par la consommation excessive. Il en découle des émotions basses comme l'envie, la jalousie, la déception, le désir de tout contrôler. En peu de mots, à toutes les vibrations basses qui voilent les besoins profonds de chaque être humain et l'empêchent de rechercher la réponse en lui-même et risquent certainement de l'amener vers une forme d'illusion compensatoire. Celle qui crée un besoin viscéral d'appartenir à un groupe qui suit la tendance, la mode, l'idéologie de masse diffusée, lancée, implantée et programmée par une puissance économique mondiale qui ne cherche réellement qu'à faire des profits et à garder le contrôle sur la population.





Il s'ensuit donc une perte de repères, une confusion, une dépendance... une limite... un manque d'estime... une peur d'être. En résumé, c'est la capitulation de l'identité profonde, l'abandon de l'authenticité, de la liberté, de la créativité... la perte totale de la force intérieure, des capacités, des responsabilités. Pour finir, il en émane une perte de présence et de conscience de Soi.

Ainsi, l'Image du « paraître à la lettre » sans se poser de questions devient naturelle puisque les autres le font.

De sorte que la fenêtre du – savoir intérieur du cœur – se retrouve totalement fermée.

En fin de compte, tous ces gens qui placent leur mal-être sur le dos des autres utilisent un mécanisme inconscient qui leur permet de se décharger de toutes responsabilités, de se sentir temporairement mieux, et de réduire l'angoisse. Cependant, ils ne s'aperçoivent pas encore que l'équilibre psychique ainsi obtenu n'est qu'éphémère puisque le problème ne se résout pas, bien au contraire : celui-ci ne fait que s'aggraver.

Le jour où chaque être humain commence à comprendre qu'une situation négative peut engendrer un changement positif, une grande métamorphose démarre en lui. Ainsi, un autre angle de vue lui est offert. Quelle belle opportunité de voir la puissance de l'acceptation du lâcher-prise !

En toutes circonstances, telles qu'elles soient, la force de voir le positif à travers le négatif, déclenche une nouvelle réalité, révèle une nouvelle approche, une meilleure compréhension de ce qui est bon pour Soi. Alors, petit à petit, cet être retrouve le chemin en lui-même, ouvre son cœur, croit en ses ressentis.

Tranquillement, il se libère du jugement en premier lieu, du sien... puis de celui de la société et ensuite, des gens qu'il croise. Il comprend la puissance de la pensée, surtout de l'intention qui en ressort... Ainsi, il commence à choisir les pensées qu'il visualise et il jette son dévolu sur ce qui attire le Bien... pour lui... donc également pour les autres.

Il s'émerveille de tout et de rien. Il vit au présent et remercie la vie et tout ce qu'il vit. Il a finalement compris qu'il est le seul créateur de son existence, de toutes ses journées, de son comportement, de ses attitudes et de ses arrières-pensées. Eh ! Enfin, il adopte le bien-être, même, il le recherche.

La bienveillance, la douceur, le sourire facile, lui procurent une sérénité, une belle paix intérieure qui suscite des synchronicités, de belles rencontres et surtout la joie d'être vivant. D'ailleurs, chaque matin, il est empli de gratitude...



Huile sur toile, Après l'Avant de Kari Feuer.

Pour tout ce qu'il a...

Pour tout ce qu'il est...  
Pour tout ce qu'il  
devient. Authentique !  
Souverain ! Heureux !

Je suis un Univers  
Je ne suis pas une entreprise.  
Je ne suis pas un produit à vendre.  
Je suis un vivant qui vibre, qui crée, qui tisse.  
Un vivant qui choisit de dire, d'incarner, de partager.  
J'ai longtemps cherché une case.  
Une forme.  
Une réponse.  
Mais je suis un espace.  
Un chant.  
Un souffle.  
Je suis Mario J'm, mais parfois je me nomme L'Apprentis-Sage.  
Parce que je n'ai jamais cessé d'apprendre,  
et que la sagesse ne s'atteint pas :  
elle se respire.  
Je crée parce que je ne peux pas faire autrement.  
Je parle parce que ma voix est un tambour intérieur.  
Je partage parce que le silence, parfois, devient trop étroit.  
Ce que je construis n'est pas un projet.  
C'est un pays invisible, peuplé de radios, de mots, de mondes.  
Un pays où l'on écoute l'âme,  
où les herbes parlent encore,  
où les étoiles ont des noms simples,  
où l'on sème de la vérité dans les interstices du quotidien.  
Je suis un univers,  
non pas pour me croire unique,  
mais parce que nous le sommes tous.





# **Radio-Odyssée s'élève... et vous pouvez en faire partie !**

**La Voix du Vivant s'apprête à franchir une nouvelle étape majeure.**

**Radio-Odyssée sera bientôt accessible sur toutes les plateformes d'écoute web et mobile :**

**📱 Android, iOS, Apple Car, Android Auto, Android TV, Alexa...  
...pour que le monde francophone entier puisse vibrer avec nous, où qu'il soit, en tout temps.**

**Et si c'était votre voix que l'on entendait dans cette Odyssée ?**

**🎤 Devenez animateur sur une radio libre, consciente, humaine, où chaque émission devient une rencontre authentique, un espace pour inspirer, éveiller, questionner ou simplement partager.**

**✉ Pour plus d'infos ou pour proposer votre émission :**

**👉 [info@radiodyssee.com](mailto:info@radiodyssee.com)**

**🚀 L'aventure commence maintenant.  
Soyez la voix que vous attendiez.**



## Réflexion d'un gorille philosophe



Hum! Paraît-il que ce gros chat adore les énigmes.

Je vais lui poser une colle. Son museau est amoché, mais s'il lui reste du flair, il devrait découvrir l'astuce :

« Qu'est-ce qui,  
même si elle a quatre pattes,  
ne marche pas et  
ne montre jamais son derrière? »

**Facile! Une armoire collée au mur!**

## Des pieds en santé pour une meilleure qualité de vie

Nos pieds sont à la base de notre mobilité. Chaque jour, ils nous portent, nous soutiennent, nous déplacent. Pourtant, ils sont souvent négligés... jusqu'à ce que l'inconfort s'installe.

Le soin podologique, réalisé par une infirmière auxiliaire formée, vise à maintenir des **pieds en santé** grâce à une **observation attentive de la peau, des ongles et des appuis plantaires**. Ce soin comprend la coupe et l'amincissement des ongles, le traitement des cors, callosités, fissures, et autres problématiques. Il se termine par un massage relaxant qui stimule la circulation.

Grâce à son regard clinique et à son champ d'expertise bien défini, l'infirmière auxiliaire est en mesure d'offrir des soins sécuritaires, adaptés et respectueux de chaque personne. Lorsque nécessaire, elle sait reconnaître les signes qui justifient une référence ou un suivi médical complémentaire.

Avoir des pieds en santé, c'est prévenir les complications, surtout chez les personnes diabétiques, âgées ou à mobilité réduite. C'est **aussi favoriser le confort, la stabilité et la confiance en ses déplacements**.

Prenez soin de vos pieds, ils vous le rendront!



*Faites du bien  
à vos pieds*

**Bienvenue aux Vétérans**  
Croix Bleue Medavie

kératose des pieds      Mycose des ongles

Pieds diabétiques      Cors aux pieds

Coupe d'ongles      Ongles incarnés



**Christine Verret**  
infirmière auxiliaire en soins podologiques  
3189 Chemin Ste-Foy, Québec G1X 1R3

c.verret24@gmail.com  
<https://www.facebook.com/christine.verret.9>  
418-284-5339



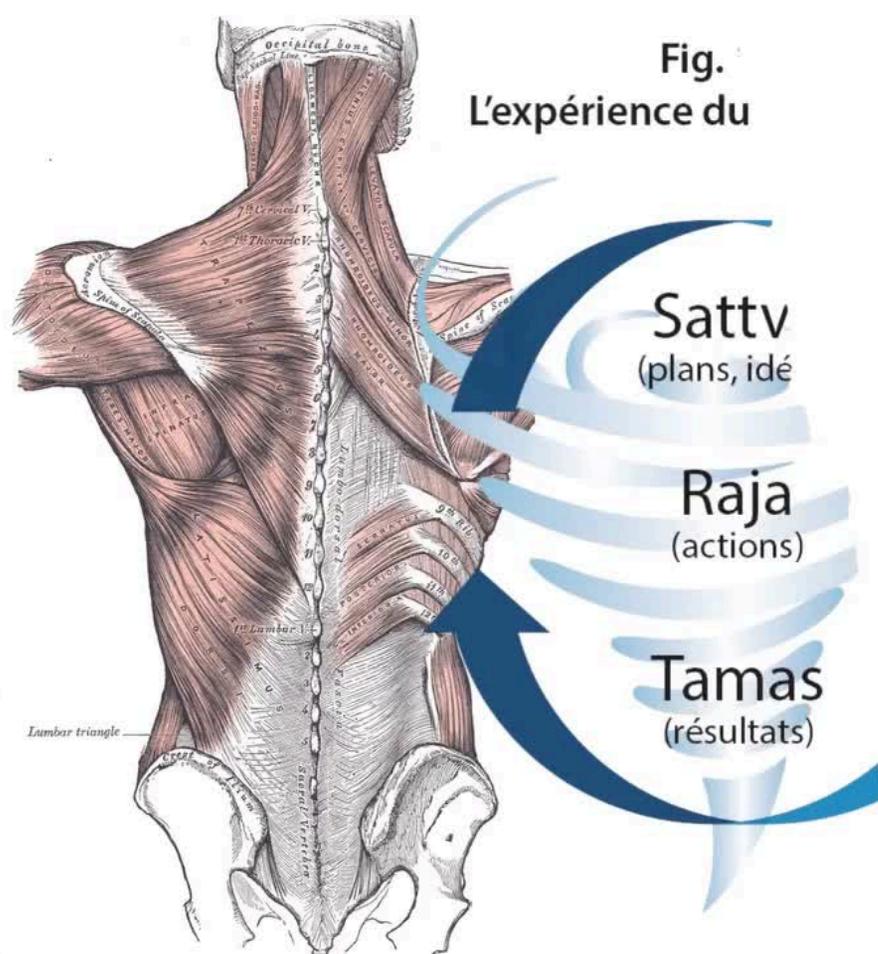
# À L'AUBE D'UN NOUVEAU JOUR

SYLVIE VIT

Il a toujours été important pour moi de comprendre et de me connaître, comme de comprendre et connaître le genre humain. J'éprouve le besoin de me centrer et de nous situer dans cette « évolution » vers la transcendance. Pour ce faire, j'ai questionné mes héritages parentaux et environnementaux, j'ai beaucoup lu et noté mes introspections par rapport à ces lectures, et j'ai assisté à de nombreux séminaires et formations. À 25 ans, j'ai pensé que peut-être à 35 ans j'aurai atteint un éveil et que je serais prête à aller vers un autre plan. Quand 35 ans est arrivé, j'avais compris que l'aventure de ma compréhension spirituelle et de l'allègement de ma charge humaine durerait toute ma vie, et qu'elle serait probablement longue vu la lenteur de mes progrès. Je l'écris en riant, bien sûr !

Aujourd'hui, 25 ans plus tard et à l'aube d'une nouvelle période devant moi, je garde cette trame de fond de désir de compréhension du vaste programme dans lequel nous sommes pour me situer dans cette ère de changements. Cependant, je délaisse peu à peu cette volonté dévorante qui m'a habité trop longtemps. Peu à peu, j'ai pris conscience, grâce aux pratiques qui me sont demandées en tant que massothérapeute ainsi que de belles invitations inattendues comme l'émission Terre d'Émeraude sur Radio Odyssée qui m'ont aidée à m'incarner, à me tenir debout dans mes souliers, dans mon ventre et dans mon cœur.

Bien que je sois très confortable dans la solitude, j'ai toujours su que je voulais avancer à plusieurs. J'ai passé ma vie à préparer cette nouvelle période plus fluide, plus douce, celle qui débute actuellement. Celle-là même où je délaisse la détermination, la volonté et la gestion pour aller vers la collaboration et la délégation.



## Conversation temporelle

Sylvie maintenant : « Pose moi tes questions, j'y répondrai au mieux de moi-même. »

Sylvie jeune : « Quel est le sens de la vie? »

SM : « Tu peux chercher très longtemps auprès des grands sages, et chacun aura une belle réponse à cette question. Je te le dis, pour moi, il n'y a d'autre sens que d'être ici, et contente de l'être. »

SJ : « Mais alors, pourquoi me suis-je incarnée? »

SM : « Justement pour cela : Être ici. Car c'est ici qu'il est possible d'être incarné tout en étant spirituel. »

SJ : « Comment saurais-je que j'ai terminé ma vie sur ce plan ? »

SM : « Tu as déjà hâte ? »

SJ : « J'ai hâte depuis très longtemps. Toujours peut-être. »

SM : « Quand tu pourras savourer être ici. »

SJ : « Alors la "mission de vie", la "contribution au monde", tout ça, c'était un mensonge ? »

SM : « Après avoir été la petite fille triste et enfermée dans son monde, tu deviendras une femme capable de s'exprimer sans jeux de rôle, ici et maintenant, quelqu'un capable de ressentir, libre d'agir selon son âme et conscience.

D'ailleurs, cette femme que tu deviendras, aura envie de contribuer à un autre monde, plus naturel, plus conscient, plus vibrant. Et qui plus est, nous sommes nombreux à vouloir vivre ainsi, n'est-ce pas magnifique ! »

Sylvie Vit



*Soins vibratoires  
thérapeutiques (avec diapasons)*

**AVEC ALAIN, LE PRO DE LA THÉRAPIE  
CORPORELLE PAR LE SON AU QUÉBEC!**

- apprendre à utiliser efficacement les diapasons
- ressentir la puissance des vibrations jusque dans ton squelette
- ajouter ce puissant outils à ton offre de soins

**16 places seulement!**



**FORMATION DE 40 h DEEP TISSUE & MOBILISATIONS**

3 - 5 octobre, ET 31 octobre - 2 novembre 2025,  
du vendredi 18h au dimanche 16h30



**AVEC SYLVIE, CELLE QUI DURE DANS LA  
PROFESSION GRÂCE AU DEEP TISSUE!**

- Découvrir les bienfaits de la lenteur sur la libération des muscles et de leurs fascias
- Ressentir le mouvement subtil des tissus tout en ménageant tes poignes
- Travailler moins fort en déposant vraiment ton poids de corps
- Masser avec talon de la main, poing souple, avant-bras et coude
- Permettre à tes clients de se sentir plus léger !

**16 places seulement!**



# L'évolution d'une vie



Je Suis, Nicole Scott,

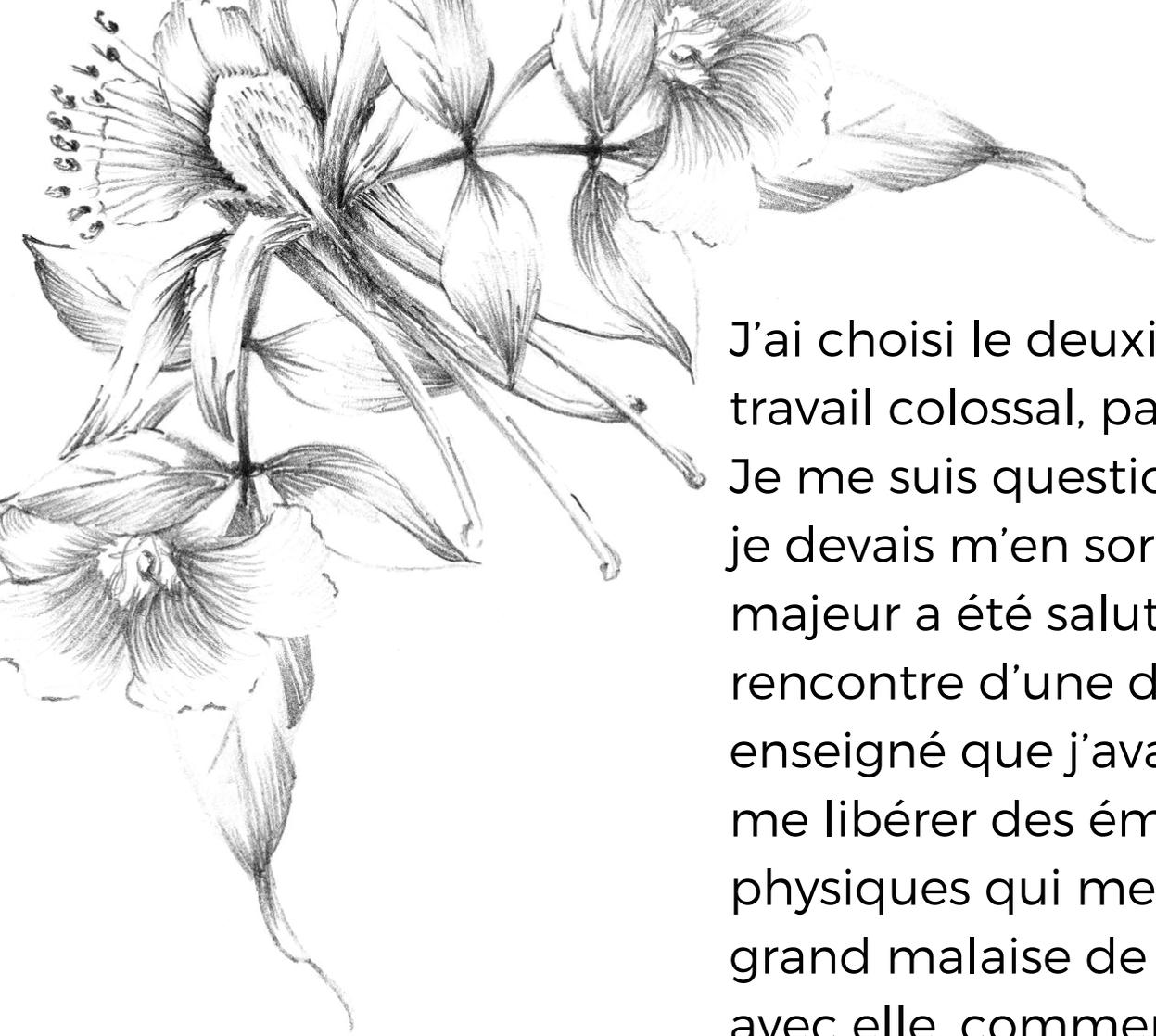
Enseignante dans l'Âme. Je suis Guide, Messenger, médium et conférencière. Je suis une petite fille originaire d'un très beau village de la Gaspésie.

Avant d'être ce que Je Suis aujourd'hui.

Ma vie n'a pas toujours été très heureuse ni facile. J'ai vécu toutes sortes d'expériences dans ma vie, toutes sortes d'évènements qui n'ont pas été agréables, même une maladie s'est installée dans mon corps pendant plusieurs années, j'ai vécu beaucoup de peine, de tristesse, d'humiliation, de colère, de frustration, de trahison, de culpabilité, avec le sentiment et le jugement de ne pas être à la hauteur.

J'ai fait des expériences et cheminé dans plusieurs sphères, j'ai été coiffeuse, organisatrice d'évènements pour enfants, chocolatière, brigadière, aide aux personnes âgées, restaurateur, traiteur. La liste est longue.

Deux chemins se sont présentés à moi. Le premier était, je reste comme ça et je souffre pour le reste de ma vie. Ou le deuxième je me lève et je fais en sorte de m'en sortir. Pas très évident.



J'ai choisi le deuxième, j'ai eu à faire un travail colossal, pas facile à tous les jours. Je me suis questionné à savoir comment je devais m'en sortir. Un événement majeur a été salutaire dans ma vie, la rencontre d'une dame qui m'a fait voir et enseigné que j'avais en moi la capacité de me libérer des émotions et des maux physiques qui me gardaient dans ce grand malaise de souffrance. J'ai appris avec elle, comment faire pour en arriver à être bien dans toutes les sphères de ma vie, je suis allé au plus profond de mon être pour mieux me comprendre. Ceci a été une tâche ardue et aujourd'hui, je reconnais l'importance de poursuivre ce travail sur moi pour me retrouver en parfait équilibre.

Tout en continuant à évoluer dans ma vie, je me suis entouré de bonnes personnes qui m'ont amenée elles aussi à changer beaucoup de choses dans ma vie, ma façon d'être, ma façon de vivre, ma façon de voir la vie. Ce travail m'a amené à me découvrir, à voir au-delà du monde physique, développer une acuité auditive intérieure et le ressenti.

Au fil du temps, j'ai commencé à voir qui j'étais, à m'accepter, à expérimenter, à ressentir, à prendre conscience de ce que je vivais, de ce qui se passait autour de moi.



Le plus beau cadeau que je me suis offerte et qui m'a sauvé la vie « j'ai appris à prendre soin de moi, à devenir ma priorité » ; d'apprendre aussi à dire, c'est assez ou tout simplement dire non.

Maintenant, je partage ces expériences avec les gens qui viennent vers moi, j'en suis venu à créer Les Sages Pas vers l'éveil, pour amener les gens à cheminer, se comprendre, en leur fournissant des outils issus de mes expériences passées.

Aujourd'hui, je suis très heureuse, j'ai une vie de famille harmonieuse, un travail qui me passionne.

Je t'invite dans cette liberté d'être.

***Me rejoindre***

***academienicolescott@gmail.com***

***lessagespasversleveil@gmail.com***

***418-956-6989***



# Académie



# Nicole Scott

Enseignante, Guide, Messenger, Numérologue, Auteure

*Danny Levesque Équilibriste de l'Âme*

PRENDRE CONSCIENCE QUE TOUT PART DE SOI

✓ "Le Mot Clé des expériences vécues"

✓ Accompagnement énergétique

✓ Harmonisation des lieux

✓ Harmonisation de l'être



Académie ouvre ses portes  
Émission de radio  
sur Radio Odyssée

✓ ADN du qui Je Suis

✓ Liens énergétiques

✓ Numérologie

✓ Atelier / Retraite  
Voyage



NICOLE SCOTT

☎ 418-956-6989



🌐 [www.academienicolescott.com](http://www.academienicolescott.com)

✉ [academienicolescott@gmail.com](mailto:academienicolescott@gmail.com)

✉ [lessagespasversveille@gmail.com](mailto:lessagespasversveille@gmail.com)



# À chacun son destin

Par Danny Levesque

Prendre conscience de qui on est. Savoir qu'il y a plus grand que de simplement exister. Je suis maître de ma vie. Je me choisis. À chaque instant, je vis le moment présent. C'est pourtant simple. Rien n'est compliqué; seulement se réveiller de notre quotidien implacable qui nous contraint à l'habitude, au laisser-faire.



Où est la passion de vie, de joie de vivre, d'amour de soi, d'amour en partage?

Notre destin se construit dans le moment présent. Lorsque la vie nous habite, lorsque l'on se sent vivant dans notre quotidien. C'est cela l'amour. J'ose m'affirmer, faire le pas en avant devant les obstacles, ces obstacles que je reconnais, ceux que j'affronte, ceux que je contourne et j'avance.

Le passé est passé. J'ai déjà pris mon chemin sans regret. Je fonce. Je suis fier de moi et à chaque instant, je suis attentif à ce qui vient, ce qui se crée en moi et autour de moi.

Le présent est plein de défis, de gens, de vie autour de moi. Ton véritable destin, c'est de t'affirmer à travers ton corps. Il est le véhicule de ta vie. Ton corps est précieux. Il te permet de projeter ta pensée dans l'action; parler, communiquer, et exprimer ce pas vers l'avant. Chaque instant est un accomplissement.

Sois dans la reconnaissance de ta présence de vie dans ton corps. Brille de tout ton être dans la vie.



RADIO  
ODYSSEE  
Maitre de Rien™



## Accueil

Bienvenue dans un espace où les voix portent des vérités, où la musique soigne, et où chaque mot reconnecte. Tu es au cœur d'un monde libre,...

WIX Radio Odyssée

# Diriger avec la naïveté d'un papillon



Si vous deviez poser des mots sur la grâce d'un papillon, comment le décririez-vous ? Pour moi, le papillon représente le cheminement et l'épanouissement. C'est une figure emblématique de la beauté et de l'évolution. Il chemine doucement dans l'unique but de devenir plus grand et plus accompli. Vous remarquerez que je n'ai pas employé le mot meilleur. Non pas par négligence, mais bien parce que ce terme pourrait suggérer qu'avant, quelque chose était insuffisant. Or le papillon n'est jamais en défaut, mais simplement (à) en devenir. Je suis Amély Paquet, j'ai 29 ans et je considère que je suis une entrepreneure en pleine métamorphose intérieure. C'est la raison pour laquelle j'avais l'envie de vous partager qui je suis.

## **UNE PASSION NÉE ET UN SENTIMENT D'ABANDON À COMPENSER**

Si aujourd'hui vous me demandez :

« Amély l'architecture a-t-elle toujours été une passion ? »

Je vous répondrai rapidement que non. J'ai toujours aimé les animaux. Je voulais être vétérinaire. Deux métiers complètement différents. Un peu spécial considérant qu'aujourd'hui je suis technologue en architecture. J'ai appris au travers des années qu'on cherche la reconnaissance, l'amour des autres et à combler les absences. Il y a évidemment bien d'autres besoins, mais en résumé ceux-ci étaient les miens. Je voulais me sentir aimé avant même de m'aimer moi-même. J'ai choisi un métier pour les mauvaises raisons, cependant, j'ai eu la chance d'en faire une réelle passion. Un amour inconditionnel pour les arts et la construction. Je suis une amoureuse née au fil des années. L'architecture est devenue un réel talent et non le souhait de se rapprocher d'une absence. À ce jour, je suis une artiste qui met en valeur les rêves et les besoins des autres. C'est pour moi le plus beau métier du monde.

## D'UN PARCOURS TOUT TRACÉ À UNE LIGNE SANS REPÈRE

Avez-vous déjà eu l'impression de vous réveiller un matin sans repères, sans motivation avec un manque total de considération pour votre valeur ? C'était moi il y a exactement 2 ans. Je suis née dans le domaine de la construction, ma mère, une femme très débrouillarde, très axée sur le travail « solo » et mon père qui fait ce métier depuis ses 13 ans. Au fur et à mesure des années, j'ai continué de grandir et d'évoluer dans la même discipline, un deuxième papa tout aussi passionné du domaine, des habiletés techniques de plus en plus développées, ainsi que plusieurs autres petits éléments faisaient de ma route un chemin tout tracé. Une ligne bien droite qu'il me restait seulement à exploiter.



La vie en a décidé autrement. Au cours de l'année 2020, je suis dans l'entreprise de mon paternel. On développe de nouvelles techniques et on connaît la meilleure année financière depuis 2005. Cependant, en 2021, impossible pour moi de continuer sur cette lancée ou le « burn-out » va apparaître avant le succès. Beaucoup de gestion de bureaux, beaucoup de contrats, les demandes explosent littéralement. Parfait, on engage ! Bonjour la covid 19 ! En revanche, l'offre et la demande ont des conséquences. Les matériaux explosent littéralement. Les contrats déjà signés nous coûtent le double, les chicanes avec les clients, les tentatives de récupération d'argent, les recherches de contrat, bref, je me bats de toute mon âme pendant 2 ans pour remettre à flot l'entreprise. Je rencontre nos créanciers, je prends des ententes de paiement, je crée de nouveaux documents, de nouveaux calculs... Je fais de mon mieux pour repousser l'inévitable. Après 2 ans d'acharnement, j'en perds ma passion et je dois me résigner à laisser partir l'entreprise qui devait me revenir, celle pour laquelle j'avais tout donné. Et en plus, par ricochet, une partie de ma réputation en subit le contrecoup. Je suis native d'un petit village de plus ou moins 12 000 habitants. Si vous ne savez pas ce que ça signifie, je vous explique : « Elle a coulé l'entreprise de son père ! » . « C'est sa faute s'il a fait faillite ! ». Vous ne pouvez pas savoir ni même ressentir à quel point c'est lourd de supporter ces mots !

Au cours des dernières années et avec de l'aide, bien évidemment, j'ai été capable de prendre ce qui me revenait et de laisser aller ce qui ne m'était pas émotionnellement destiné. Qui d'autre que moi peut vraiment connaître les maux qui m'appartiennent. De 2021 à 2023, j'ai essayé de maintenir mes repères, de suivre la route qui m'avait l'air la plus évidente. Maintenant, je me rends compte que j'y ai perdu beaucoup, soit : un congé de maternité bien préparé, un camion, une entreprise, un titre, 2 ans de salaire....

Mais, toutefois, si c'était ce qui devait arriver ? Et si la vie prévoyait de me mettre sous les projecteurs au lieu d'être l'ombre de quelqu'un, l'ombre d'un désir, d'une reconnaissance ? Et si finalement mon parcours tout tracé est devenu un parcours sans repères pour m'aider à me compromettre dans ma propre puissance. Et finalement, enfin, je me voyais comme suffisante.

## **APPRENDRE À SE DÉFINIR**

J'ai toujours grandi en attendant l'approbation. Bien que plusieurs diraient qu'Amély est une âme libre, elle est fonceuse et en confiance... Je peux vous dire aujourd'hui que j'y travaille.

Je suis une entrepreneure qui a retrouvé sa passion première pour les plans et l'immobilier. Je suis une femme, une maman, une amie, une sœur, je suis beaucoup de choses et pourtant, avant tout, je suis une âme prête aux changements.

J'accepte les obstacles, j'accepte les défis et je monte sur mon échelle un pas à la fois. Certains connaissent le succès automatiquement, pour ma part, je crois que j'apprends en premier lieu à évoluer en tant qu'être humain et je me sens bien. Je ne vous mentirai pas que parfois tout est trop lent pour une femme qui aime la rapidité. Non seulement, au travers des années, je conserve ma naïveté comme ma douceur et mon besoin d'aider les autres, pour moi c'est une réussite en soi.

Progressivement, j'apprends à me définir, à cibler mes besoins, mes valeurs... à comprendre le travail d'équipe, ainsi qu'à apprendre à écouter les autres sans jugement. Je me définis comme étant une entrepreneure unique, une femme à l'écoute des besoins de sa clientèle et qui, chaque jour, fait de son mieux pour combler ses clients, évidemment, sans se perdre dans l'équation. Je tiens, cependant, à poser des limites bien précises. J'ai appris au travers des années que l'honnêteté vaut plus que le bien paraître. Il est important d'être précis sur nos manières de fonctionner, de donner un service, mais surtout de comprendre et de réaliser notre valeur. Je suis devenue plus lucide et plus informée. Il est primordial pour moi de diriger dans la bienveillance et d'offrir de la gentillesse à mes clients.

## **L'ENTREPRENEURE D'AUJOURD'HUI**

En ce moment, je ne suis plus seule, j'ai une équipe exceptionnelle, une associée en or et je ne me sens pas dépassée. Nous gagnons à être connues.

Nous sommes investis et il est primordial de croire en soi. Si je pouvais cibler un besoin de l'Amély actuelle, c'est celui de faire confiance. De faire confiance à la vie, oui, mais aussi à mes valeurs. Apprendre à m'exposer, à diffuser mon contenu. Je cible de plus en plus mes besoins, mes désirs et mes réussites. Je veux non seulement travailler à grande échelle, mais aussi faire profiter aux clients de nos compétences. J'ai 10 ans d'expertise en construction, des notions de structure importantes et nous avons des rendus 3D exceptionnels. L'étendue de nos connaissances est infinie. Nous continuons de nous former jour après jour. J'ai des formations constantes qui m'aident à propulser l'entreprise sur un autre niveau.

En ce moment, nous sommes engagés et avant tout, nous sommes des experts dans notre spécialité. D'ailleurs, à l'heure qu'il est, l'entrepreneure que je suis devenue apprend à dire haut et fort qu'elle est excellente sans pour autant être dans la prétention. J'ai travaillé très fort pour être organisée et structurée. Je me suis renseignée, je me suis éduquée à l'aide de la littérature, et en prime, j'ai également mis en place des routines détaillées qui demandent de la rigueur et de l'effort. D'autre part, nous continuons de mettre en place de nouveaux plans sur notre page internet :

[www.apaquetarchitecture.com](http://www.apaquetarchitecture.com)

Nous développons des partenariats et sommes ouverts aux nouvelles rencontres.

L'apprentissage et le désir de pousser plus loin allument mon équipe. C'est une belle qualité qui bénéficie à tous ceux qui s'intéressent à nous. Il est assuré que nous donnerons notre 110 %.

Pour conclure, je suis Amély Paquet, fille d'entrepreneur, devenue technologue en architecture, mère d'un petit garçon, associée de A. Paquet Architecture, et plus que tout, je suis un être humain qui chemine lentement vers l'épanouissement de tout son être. Je suis dans la bienveillance et l'émerveillement. Bien que parfois je me brûle, les apprentissages restent magnifiques.

Depuis 2023, je suis en métamorphose et je vous promets que mes couleurs seront magiques.

Au plaisir de vous rencontrer.

5



Propriétaire et Technologue en Architecture  
**A. Paquet Architecture**  
Téléphone : 581-996-9913  
204, Rue des bouleaux,  
Saint-Raymond, QC, G3L 3J9

# CALENDULA

*Souci officinal*



**« Le soleil peut se cueillir. Il porte un autre nom : Calendula. »**

## Calendula – La lumière qui guérit

☀️ « Le soleil peut se cueillir. Il porte un autre nom : Calendula. »

Il suffit de croiser un souci en fleurs pour sentir l'été prolonger son souffle.

Ses pétales d'or et d'orange flamboyant rappellent le feu du jour, mais aussi la douceur d'une guérison qui ne force rien.

Le Calendula officinalis, compagnon ancestral des guérisseuses et des jardiniers sensibles, est une plante solaire au cœur immense.

Elle pousse là où la terre veut réchauffer les corps et les blessures, et elle offre – sans orgueil – ses mille vertus à qui sait s'en approcher avec respect.



## ✨ **Vertus médicinales et usages traditionnels**

- Cicatrisante puissante, le souci est un baume pour les plaies, les brûlures, les crevasses et les peaux abîmées.
- En infusion ou macérât, il calme les inflammations, les peaux sèches, les dermatoses, et même certaines douleurs digestives.
- En bain de siège ou en lotion, il accompagne les femmes dans leur cycle, les enfants dans leurs égratignures, les aînés dans leurs rougeurs.
- Il est antifongique, anti-inflammatoire, antiseptique, adoucissant... mais surtout : profondément enveloppant.

Le Calendula ne se bat pas. Il accompagne le retour à l'équilibre, avec une tendresse que seule la nature sait offrir.

## 🌻 **Symbolique vibratoire**

En langage des plantes, le Calendula parle de résilience lumineuse.

C'est une plante qui n'interrompt pas la douleur, mais qui l'absorbe dans un bain d'or.

Elle enseigne à ne pas brusquer, à accueillir ce qui est là, à laisser le vivant se réparer à son rythme.

Travailler avec le souci, c'est apprendre à prendre soin sans dominer, à guérir sans effacer.



## Une recette simple : Macérât solaire de Calendula

### Ingrédients :

- Fleurs fraîches ou séchées de Calendula (non traitées)
- Huile bio (olive, tournesol, jojoba, etc.)
- Un bocal en verre

### Préparation :

Remplis le bocal de fleurs. Recouvre entièrement d'huile. Place-le au soleil pendant 3 à 4 semaines, en le secouant doucement chaque jour.

Filtre. Utilise comme base de crème, baume, huile de massage ou après-soleil.

Ce macérât devient un allié de toute la famille – peau sensible, bébé, maman, peau vieillissante, tout le monde y trouve sa caresse.

 Et toi ?

As-tu déjà laissé une plante te parler ?

Le Calendula ne crie jamais. Il murmure à la peau, au cœur, aux mémoires.

Il vient doucement ouvrir la voie à une autre manière de guérir :

**par la lumière,**  
**par le calme,**  
**par l'amour.**

## *L'oracle « Le Mot Clé des expériences vécues »*

### Carte 53. La trahison

Lorsque l'on vit une trahison, on doit en tout premier lieu se demander, quelle est l'expérience en relation avec ce que je vis ou avec ce que je découvre

\*L'expérience de **Trahir** mon monde

\*L'expérience de la **Trahison** au travail, amoureuse, d'amitié, familiale, suite à un héritage...

\*L'expérience d'avoir été ou d'être Trahi, par qui j'ai été trahi famille, ami, patron, employé...

Pour aider lorsqu'on travaille la trahison, 2 chakras sont à travailler



2ième chakra, Swadhithana



4ième chakra, Anahata

*Tu veux en savoir plus sur cet outil L'oracle « Le Mot Clé des expériences vécues »  
Appelle-moi*

# L'oracle Le Mot Clé des expériences Vécues

- 1x jeu (oracle) de 54 cartes
- Un livre pour t'aider à mieux comprendre les expériences
- 2 cahiers d'exercices

Oracle et  
2 Cahiers d'exercices

110.\$ plus taxe



## Groupe Réussite

Son but est de te faire connaître comme entrepreneur  
Tu es entrepreneur, tu cherches un beau groupe,  
un bel endroit ou le réseautage,  
le partage et le plaisir est à l'honneur

Découvrir



# L'intime évolution

par Christine Harmant



**Arbre De Vie de Gustav Klimt**

De plus en plus, j'intègre vraiment la bienveillance dans mon quotidien et cela me réjouit. Depuis le temps que ce mot m'interpelle... me rappelle, me ramène à la douceur, à l'acceptation, à lâcher la résistance, cette bride qui limite, brime et fige.

Tant et si bien que mes vibrations s'élèvent et je vibre de joie. J'écoute mon cœur et d'ailleurs mon âme en est la confidente... Tout doucement, elle lui insuffle mon chemin de vie... du pur bonheur !

Je sais que la direction que je prends est celle qui me convient parfaitement... Des pressentiments forts et souvent justes guident mes choix, puisque ma connexion à mon être profond et à l'intelligence universelle est claire, fluide, saine. Enfin, j'ai appris à faire confiance à cette petite voix intérieure, mon intuition.

Non seulement j'attire naturellement des rencontres enrichissantes, mais en prime j'expérimente des situations favorables qui résonnent avec ma propre énergie positive. Je deviens comme un aimant pour croiser les êtres qui reflètent ma vibration élevée.

Je ressens et je jouis d'un bien-être physique, mental rayonnant et soutenu par la bonne circulation de mon énergie interne. L'optimisme profond et ancré a toujours été une force qui me caractérise. Quelle chance ! Naturellement, j'ai tendance à voir et même à rechercher le bon côté des choses. Je crois que toutes situations telles qu'elles soient font partie de mon cheminement intérieur et entraîneront un changement favorable dans ma vie. Grâce à cette foi vivante, je visualise, je façonne, je crée ma réalité et je l'incarne dans la matière.

Ainsi donc, un sentiment de gratitude sincère et spontané jaillit facilement en moi, autant pour les petits plaisirs que pour les grandes bénédictions. Cette reconnaissance vibrante amplifie naturellement le flux d'abondance vers moi.

Tout ce qui ne m'appartient pas, tout ce qui échappe à mon contrôle, somme toute, je réussis à le laisser aller sans une lutte mentale épuisante. Fantastique !

Par cette sagesse intérieure, maintenant je comprends instinctivement que les événements font partie d'un ordre plus grand et bienveillant.

Parfois même, il m'arrive d'être traversée par une créativité débridée, un flux constant d'idées novatrices et d'inspiration qui semble venir d'une source profonde et inépuisable.

Suis-je devenue un canal ouvert pour l'intelligence créatrice universelle ?

Il est vrai qu'une paix intérieure profonde et constante s'est installée en moi. Celle-ci m'apporte une sérénité qui persiste même au cœur des turbulences extérieures.

Suis-je vraiment profondément connectée à mon essence éternelle ?

Bien évidemment, je ressens une harmonie avec la nature. Elle m'émerveille, me ressource et m'apaise tout en m'énergisant.

Comme mon énergie est devenue pure et bienveillante, elle dissipe naturellement les doutes chez les autres et les invite à une relation plus transparente et plus authentique. Formidable, ils perçoivent rapidement la limpidité et la sincérité de mes intentions !

Je ris facilement, librement. Ce rire franc, souvent communicatif, est l'expression spontanée d'une joie véritable. Tellement heureuse de sentir mon cœur aligné, présent et ouvert à la simplicité de l'instant ! Cela indique la qualité de l'énergie que j'émet.

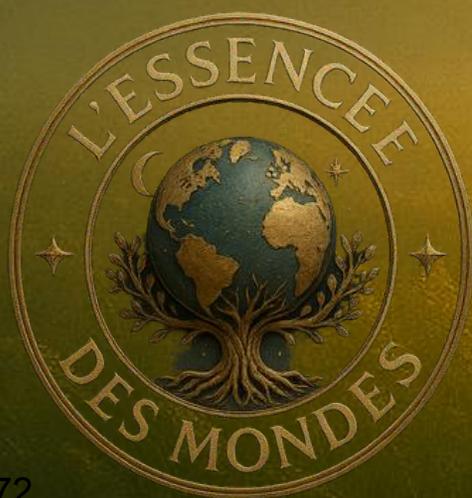
Et je sais, je suis totalement convaincue que plus je cultive consciemment la paix, la joie, la gratitude et l'authenticité, plus cette lumière intérieure rayonne et devient perceptible dans le monde qui m'entoure.

Alors, chaque jour, je ne me lasse pas de diffuser ma joie, celle-ci irradie tout autour de moi, elle m'apporte le bien-être et, bien sûr, elle le propage...à qui veut bien le ressentir.



Paysage de Gustav Klimt

# La tendresse du monde



# Et si la guérison poussait déjà sous nos pieds?

On a troqué l'ortie contre l'ordonnance.  
Le thym contre l'antibiotique.  
La valériane contre la pilule du sommeil.  
Et si ce n'était pas un progrès,  
mais un oubli ?

Oui, la médecine moderne sauve des vies.  
Elle est précieuse, dans l'urgence,  
dans les cas extrêmes. Mais...  
Quand devient-elle dépendance ?  
Quand oublie-t-elle que l'humain est  
un mystère à comprendre,  
et non un corps à contrôler ?



**Herbes &  
Harmonie**

# Marie Guay — Vivre mieux, ici et maintenant

En 2019, tout a basculé. Moi, une femme active, passionnée de vélo, de course et de nage, je me suis retrouvée clouée au lit pendant six mois. Une hernie, une opération, et un silence intérieur qui m'a forcée à repenser ma vie.

Depuis, mon chemin n'a pas été linéaire. Il a été vivant. Non, je n'ai pas toujours été dans le bien-être, mais je me suis adaptée, j'ai cherché, j'ai appris à écouter. Et depuis février 2025, quelque chose a changé : une clarté mentale, une présence retrouvée, une énergie nouvelle... et surtout, une respiration plus libre, un corps moins douloureux.

🌿 Ce changement, je le dois à une découverte simple : les cétones exogènes. Depuis que je les intègre à mon quotidien, mes douleurs intestinales et dorsales ont diminué. Ma médication s'est réduite presque à néant. Ce n'est pas par rejet des médicaments, mais par choix de bien-être. Et j'ai envie de dire ceci : moi aussi, un jour, je vais mourir. Mais en attendant, je choisis de vivre pleinement. Mes quatre enfants prennent eux aussi des cétones, et je leur souhaite – comme à vous – de découvrir ce mieux-être, cette vitalité, cette lumière intérieure qui transforme la vie.



**Marie Guay**  
Coaching  
Accompagnement en parentalité consciente



*Mieux se comprendre pour mieux s'aimer*

# **Accompagner les familles vers l'harmonie**

Depuis novembre 2024, j'ai l'immense joie d'accompagner les familles dans une démarche profondément humaine : la parentalité consciente.

En tant qu'éducatrice spécialisée, j'offre un accompagnement sur mesure aux parents, fondé sur une vision holistique de la dynamique familiale. Mes interventions ne se limitent pas aux comportements visibles : j'écoute les émotions, l'histoire, les besoins uniques de chaque membre de la famille.

Mon rôle? Être un miroir bienveillant. Un soutien loyal et vrai, sans jugement. Offrir des stratégies concrètes, adaptées à la réalité de chacun, pour aider les familles à retrouver leur équilibre et leur puissance.

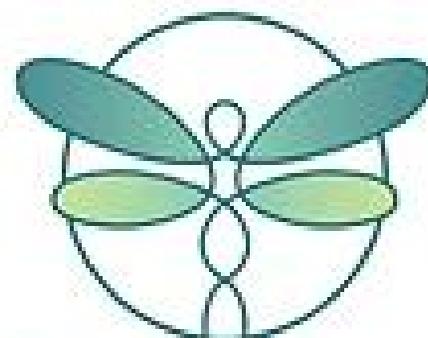
✨ Chaque rencontre est une invitation à mieux se comprendre... pour mieux s'aimer.

Marie Guay  
Éducatrice spécialisée  
Centre intégré universitaire de services sociaux et de santé du Saguenay-Lac-Saint-Jean  
Centre de protection de l'enfance et de la jeunesse

📍 201, boul. des Pères, G8L 5K6

📞 418 630-6777

✉️ [marie.guay.cj02@ssss.gouv.qc.ca](mailto:marie.guay.cj02@ssss.gouv.qc.ca)



**Marie Guay**  
— coaching —  
Accompagnement en parentalité consciente

# ART Naïf



Chronique  
d'un <sup>no</sup> **8**  
artiste  
dans l'herbe  
Mika  
et  
Café

Création IA et autres, Mika





## L'expression **Être naïf**, vous connaissez?

Non, je ne parle pas ici des pitreries de mon oncle Cruchon, un excentrique engagé comme premier gorille-canon dans un cirque. L'idiot avait refusé de mettre son casque de protection, se targuant d'avoir l'occiput aussi dur qu'une noix de coco ! D'où l'expression : OBTU COMME UN OBUS ! La dégringolade fut digne de la chute du paradis!

Il y a aussi mon oncle Bâbord, capitaine au long cours, quoiqu'il soit plutôt trapu et bas sur pattes. Son surnom lui vient du fait qu'il dérive toujours vers la gauche, un penchant dû à sa jambe de bois. En réalité il s'agit d'un fameux pirate qui collectionne, non pas les trésors cachés, mais plutôt une longue série de mésaventures ! Lors d'une escale dans un port malfamé, un pickpocket sans doute affamé, lui avait fait un croc-en-jambe et en avait profité pour lui subtiliser sa jambe de bois. Comble de malchance, sa deuxième jambe, encore fraîchement sculptée, avait été emportée par un poisson-scie ! Heureusement, en fouillant dans la cale de son bateau, il avait déniché une vieille patte de chaise. Il pensait naïvement avoir échappé aux enquinements funestes de son destin, mais cela était sans compter avec sa rencontre prochaine avec un pic-bois à l'œil et au bec affûtés...



Un préambule un peu loufoque, je l'avoue, afin de vous parler de ce courant burlesque apparu en peinture à la fin du XIXe siècle : L'ART NAÏF. Connue aussi sous le vocable « art primitif », ce dernier se caractérise par sa simplicité toute enfantine. On y va pour la spontanéité et l'imagination ! Au diable le purisme académique et les lignes droites ! Les passionnés de couleurs vives et d'horizons exotiques, se souviendront d'Henri Rousseau, alias le Douanier, avec ses jungles luxuriantes et ses lions sympathiques; de Séraphine de Senlis et sa profusion de fleurs, si odorantes que l'on peut même les sentir; de Grandma Moses, une artiste américaine qui a commencé à peindre à l'âge de 78 ans, réalisant 2000 tableaux ! Toute une palette ! Sans oublier bien sûr Marc Chagall, avec ses violons qui s'envolent comme des tourterelles joyeuses et ses personnages qui flottent, plus légers que des bouchons de liège ! Et plus près de nous, Charlotte Lachapelle fait déborder ses toiles de plages aux couleurs bigarrées où, telles des sardines multicolores, s'agglutinent des cohues de touristes aux vêtements bigarrés...

Bon, à mes pinceaux et n'ayons pas peur du ridicule ! Place à mon enfant intérieur ! Je me vautre à plat ventre dans la candeur et l'innocence, et tant pis pour les bien-pensants et les dragons de la vertu qui ne croient pas à la fantaisie et au délire poétique... Comme le disait Michel Noël, notre légendaire Capitaine Bonhomme : Les sceptiques seront confondus... dus... dus...



**Pour la semaine consacrée aux merveilles de la nature, la galerie m'a demandé de mettre en vedette le CASTOR. Ce bizouneux n'a pas son pareil pour construire des maisons ! Afin de rendre hommage à la vaillance de ce fin bricoleur, j'ai imaginé une compétition entre Bruno et son frère Roger, deux patenteux notoires !**

**Visiblement surpris et sans doute assommé par la construction élaborée de ma création et son réalisme puissant, le gérant a insinué que j'étais complètement marteau !**

**Il a ajouté que cela marquerait peut-être le clou de ma carrière ???**





**Le marteau de Thor frappe fort !**

**\$13,000**

**Dans un geste généreux et magnanime, la société de philanthropie avancée, m'a justement avancé 10\$ pour une fresque évoquant la véritable nature de l'humain.**

**Bref, il s'agit de saisir l'essence intime de l'Homo sapiens. Hum! Si je me fie au terme « sapiens », mot latin signifiant « sage » ou « prudent », ce dernier serait donc doté d'une forme d'intelligence ? Pardonnez mon franc-parler, mais j'avoue cultiver un léger doute à ce propos...**

**J'ai donc fricoté une œuvre qui laissera pantois l'humaniste Jean-Jacques Rousseau lui-même !**

**Hum! Quoique peu velu, le gérant semble de mauvais poils ?**

**On dirait qu'il s'apprête à mordre quelqu'un ?**





**Repoussant toute pudeur et tout bon sens, le gérant a demandé aux artistes de la galerie de peindre une émotion qui le caractérise. Hum! C'est ce qu'on pourrait appeler une mise à nue émotionnelle!**

**Bon, pour souligner son caractère taciturne et son humeur morose, j'ai opté pour le cafard!**

**Oh? Le gérant vient subrepticement de quitter la salle, affichant un air déprimé?**

**Un cafard passager?**





Le cafard a le cafard...

\$5000

**La Poulette Pompette m'a demandé une affiche cocasse pour annoncer l'agrandissement de son poulailler. Oui, la ferme sort de sa coquille et repart en NEUF ! Du coq à l'âne, j'ai donc pondu une scène champêtre costaude !**

**Inspiré par l'esprit floral de Séraphine de Senlis, j'ai barbouillé le gazon de fleurs bigarrées, puis en hommage au douanier Rousseau, j'ai fait surgir à l'improviste la tête d'un gros matou espiègle. Aussi, avec une flopée de corneilles criardes, j'ai parsemé le firmament de violons scintillants.**

**C'est Chagall qui va être content ! Sans oublier quelques femmes fluettes qui dérivent en robe longue; accoutrement très pratique qui pourra servir de parachute si le vent se lève.**

**Pour muscler le décor, un taureau rouge de fureur prend son petit déjeuner dans le champ. Ah oui, afin de souligner le côté burlesque de la situation, j'ai invité un âne qui rigole...**

**Bizarre ? Le gérant vient de me traiter de tête d'oiseau et de poule pas de tête ???**





Quand la bassecour court...     **\$12000**

# REMERCIEMENTS — Édition 15 juin au 15 juillet

**Merci de vous être récolté.**

**Merci d'avoir parcouru ces pages.**

D'y avoir cueilli un mot, un élan, une question peut-être. Chaque contribution, chaque lecture, chaque silence entre les lignes a permis à cette édition d'exister.

La VIE n'est pas un magazine comme les autres. C'est un espace où tu as le droit d'être sans prétention. D'être profondément vivant.e. Même dans l'inconfort. Même dans le doute.

**Alors à toi qui as lu jusqu'ici :  
merci d'être ce souffle-là.**

On se retrouve bientôt. Pour une nouvelle traversée, un nouveau pas vers soi.

En attendant... respire.

Récolte.

Et vis.

**Avec gratitude,  
— L'équipe de La VIE **

**Merci aux contributeurs de cette édition :**



**Mario J'm Marchand**

**Mika**

**Christine Harmant**

**Nicole Scott**

**Marie Guay**

**Annie Poitras**

**Sylvie Vit**

**Amély Paquet**

**Christine Verret**

**Danny Levesque**

**Grumpflörk (Le Mot Inutile du Mois)**

**Herbes & Harmonie**

# À bientôt...

**Merci de lire La VIE!  
À la prochaine édition...**



L'éveil n'est pas une  
fin, mais un regard.

Fragments  
d'un Vivant