

**Yvon Potvin**

***Homme-Âme***



*De la complexité de l'Homme  
à la simplicité de l'Âme!*

Pour obtenir des copies supplémentaires ou pour communiquer avec l'auteur, veuillez vous adresser à :

**ADCCJQ**

Casier postal 136,  
Saint-Michel  
Québec, J0L2J0  
Téléphone : (450) 454-2422  
Courriel : [yvon@yvonpotvin.com](mailto:yvon@yvonpotvin.com)

**Homme-Âme** (1<sup>ère</sup> édition ) Octobre 2005

200 copies à compte d'auteur

Dessin de la couverture, transcription et classement des textes : Claire Brûlé

Mise en page : Beatriz Escamilla (450) 454-7845

Imprimerie : Ginette Nault et Daniel Beaucaire (450) 889-5503

Déjà paru du même auteur :

**Des mots qui font du bien**

1<sup>ère</sup> édition, Juin 1992;

2<sup>e</sup> édition, Juin 1994;

3<sup>e</sup> édition, Mai 1995;

4<sup>e</sup> édition, Octobre 1996

**À fleur d'Âme**

1<sup>ère</sup> édition, Octobre 1996

Pour connaître les autres travaux de l'auteur, visitez le site Internet :

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

Dépôt légal : Bibliothèque Nationale du Québec, 2005.

*Yvon Potvin*

# *Homme-Âme*

*De la complexité de l'Homme  
à la simplicité de l'Âme !*

# Table des matières

<b>Mot de l'auteur</b> .....	<b>6</b>
<b>Préface</b> .....	<b>7</b>
<b>Voyages</b> .....	<b>8</b>
Je suis Aoll.....	9
Ici.....	11
Âme tropicale.....	11
Adieu et merci.....	12
Hombre.....	14
<b>Prières</b> .....	<b>15</b>
Espoir.....	16
Envoyer de l'amour.....	17
Harmonie.....	18
Reflét divin.....	19
Prière pour une amie malade.....	20
Prière.....	21
Prière de Noël 86.....	22
Sugmad.....	23
<b>L'invisible</b> .....	<b>24</b>
Chérir les anges du cosmos.....	25
Je me promène dans le paradis.....	25
L'appel.....	26
Passeurs de lumière.....	26
La course au trésor.....	27
Voler vers l'infini.....	28
<b>Alchimie</b> .....	<b>29</b>
Le sage.....	30
Imaginons-nous.....	30
Le hockey.....	31
La force.....	33
<b>Âme, lumière</b> .....	<b>34</b>
L'éternelle lumière de Dieu.....	35
Lumières d'orient.....	36
Expérience.....	37
Humble.....	37
Ah ! la vie.....	37
Souffle conscient.....	38
Âme.....	38
<b>Femmes</b> .....	<b>39</b>
Parler des femmes de mon pays.....	40
Yin céleste.....	41
Paix, amour, créativité.....	42
Leçon de femmes.....	43
<b>Amitié, amour, sexe</b> .....	<b>44</b>
Il n'y a.....	45
...De l'amitié nouvelle.....	45
L'angoisse.....	46
Tu m'as blessé.....	48
À nu.....	50
Miroir.....	51
Bandé sur l'immortalité.....	52
Relation.....	53
Une relation privilégiée.....	54
Recréer l'harmonie.....	55
Jouer à être.....	56
Solitaire et solidaire.....	58
Une cassette pour ma belle.....	60
Un phare dans la nuit.....	61
Ton absence.....	61
Je suis dans ton coeur.....	62
Toi la fleur.....	62
Y a une femme.....	62
Promenade fofolle.....	63
Chaste et pure.....	64
Le boutte.....	64
Cupidon.....	64

<b>Saisons.....</b>	<b>65</b>
L'essence-ciel, printemps 97.....	66
La fin de l'hiver .....	67
Mutation douce .....	68
Les sons de Dieu .....	69
L'été.....	70
C'est assez ! .....	71
Grange-maison.....	73
Novembre entre deux .....	75
L'hiver .....	76
La nature .....	77
Comme un popsicle.....	78
<b>Spectacle, musique, sons .....</b>	<b>79</b>
Ta présence .....	80
Un spectacle .....	80
Chanter pour du monde.....	81
Un artiste.....	82
Une douce musique.....	82
Monter plus haut .....	83
Elle est née .....	83
À dos d'étoiles .....	84
Demande .....	84
Musique du nouvel âge .....	85
La belle folie .....	85
<b>Maladie .....</b>	<b>86</b>
Je suis malade .....	87
Guéris-toi mon corps.....	88
Malade à l'étranger .....	89
<b>Conversations .....</b>	<b>91</b>
Conversation avec Dada.....	92
Mes idées .....	96
<b>Moments d'histoire .....</b>	<b>97</b>
Au Théâtre Capitol, dans les années 50.....	98
Noël 1983.....	100
C'est passé .....	102
Au restaurant du coin .....	103
Hommage à la reine .....	105
45 <sup>ième</sup> anniversaire de mariage.....	107
<b>Amis .....</b>	<b>111</b>
Texte de Robin.....	112
Mot de Clo .....	113
Claude.....	113
Pour François .....	114
Le bonheur pour Normand .....	114
Partage .....	115
Words from an Australian friend.....	116
Words from Janeice .....	117
Dosita.....	117
La St-Jean .....	118
<b>Québec.....</b>	<b>119</b>
Toi agriculteur.....	120
Je me souviens ! .....	122
Festival 1984.....	123
Au jour de la Saint-Jean .....	123
L'approche .....	124
Noël 84.....	125
Environnement.....	127
Enfants du Québec .....	128
Avec en vue le référendum du 30 octobre 1995.....	129
D'l'ouvrage .....	129
Les assistés sociaux au Kébèk.....	130
Incantation pour allumer le feu de joie du 24 juin 2000 à St-Rémi .....	131
<b>Témoïn .....</b>	<b>135</b>
Témoignage sur l'essentiel à l'église de St-Rémi le 20 octobre 1982 .....	136

# Mot de l'auteur

Pourquoi publier un autre livre,  
Homme-Âme ?  
Pour témoigner de l'Homme  
et de l'Âme que je suis,  
apporter une contribution  
que j'espère utile  
à notre histoire d'Âme  
porteuse d'un corps humain.

Rendre public mes mots  
fut encore une fois  
l'occasion de vivre  
une histoire d'amitié,  
cette fois-ci avec Claire Brûlé  
qui m'a accompagné  
tout au long de ce projet.  
Le travail de Claire  
a été quelque fois de  
mettre de l'ordre  
dans la progression des idées  
à l'intérieur de certains textes  
et aussi dans leur classement.  
Merci Claire.

Ce livre s'est construit  
à partir de mots  
de fonds de tiroirs écrits depuis  
une trentaine d'années.  
Il se veut une continuité  
« Des mots qui font du bien »  
et « À fleur d'Âme ».  
Certains écrits sont nés  
de mon besoin  
de capter et créer  
des moments de conscience  
dans l'éternité de l'instant.  
D'autres sont  
des miroirs de Vie,  
ils évoluent  
tout comme celle-ci.

Bonne lecture et  
au plaisir de lire vos mots  
d'Homme-Âme  
à mon tour...

Yvon Potvin

# Préface

J'ai accompagné Yvon dans la lecture, le tri et la mise en page de ce livre.

J'ai accepté avec plaisir au départ parce que l'amour qui nous lie en amitié est un cadeau en soi et que nous partageons tous deux le grand bonheur des mots.

Pendant le processus, j'ai lu encore et encore les textes, j'ai côtoyé Yvon à travers eux.

Je le connaissais bien mais la lecture de ceux-ci m'a permis de le connaître davantage.

Ses textes ont tantôt mis un baume sur mes blessures, tantôt fait rire et tantôt simplement rappelé à mes souvenirs des moments de lumière déjà vécus.

Je me permets de reprendre les écrits de son amie Chantal English qui disaient dans son premier recueil « *Des mots qui font du bien est un hommage à la Vie, un conte à lire avec les yeux intérieurs. Des belles images douces et magiques. La sagesse enseignée au fil des mots* ».

Si Yvon me le permet, j'apposerai une autre idée et me commettrai à lui versus une simple confiance. Je lui dirai que les mots couchés sur ces feuilles sont en fait la complexité d'être dans la simplicité d'homme qu'il est.

Sachons faire vous et moi ce transfert alchimique qu'il véhicule si bien par ses pensées, ses gestes, ses écrits, sa voix et à travers l'amour qu'il dégage pour qui que ce soit qui l'entoure.

Je vous souhaite, à vous lecteurs, l'apaisement, le baume, le rire, la lumière.

Que chacun des mots soit reçu par le cœur puisque c'est lui qui nous lie tous à la Vie !

Claire Brûlé

# Voyages



## **Je suis Aoll**

Je suis Aoll,  
le porteur de sons  
« celui qui porte les sons »  
et je te salue, toi,  
soleil porteur de lumière  
et de chaleur.  
Je suis vraiment content  
d'être  
en République Dominicaine.  
Ce matin,  
ce pays me fait vivre  
l'expérience  
de mon identité tropicale  
dans cette incarnation.  
Je vibre  
à cette beauté tropicale,  
à ces verts,  
à ces bleus de mer,  
à ces bleus de ciel,  
à ce soleil irradiant.  
Les petits oiseaux  
qui chantent la vie.  
La vie, enfin la vie.  
Les fleurs, le vert,  
les sourires des Dominicains  
et les Québécois  
résidant ici.  
Gracias  
Republica Dominicana,  
gracias a Dios  
por esta belleza  
en mi vida.

Oh ! yeah !  
Il n'y a rien de plus beau,  
de plus fort, de plus doux,  
de plus harmonieux,  
de plus magique,  
qui appelle  
mon bien-être intérieur,  
que d'être  
sur le bord de la mer,  
comme ça,  
dans une grande  
et belle nature,  
dans une paix  
intérieure et extérieure  
et de chanter la vie  
simplement.  
Une harmonie  
tellement extraordinaire  
m'envahit  
dans ces moments-là,  
c'est l'amour. . .  
C'est Aoll qui se manifeste  
dans sa beauté,  
dans son expression  
et c'est tellement bon  
de vivre ça.  
J'ai beaucoup de gratitude  
dans mon cœur pour la vie,  
pour Dieu  
dans ces beaux moments.  
Merci à la vie  
de me bénir ici.  
Bénir la beauté du monde,  
faire un avec la seconde.

§§§

**Ici**

**Ici,**  
en République Dominicaine,  
on dirait que la vie  
fait l'amour.  
L'amour fait la vie  
et la vie fait l'amour !

§§§

**Âme tropicale**

**Vivre les tropiques de l'âme,**  
soleil radieux, vert éclatant,  
azur lumineux  
et bleu de mer.  
Être une âme tropicale  
pleine de vie, de chaleur  
en ce début  
d'hiver québécois.

Entrer  
dans la nouvelle lumière,  
baigner  
dans la nouvelle lumière,  
être porté  
dans la nouvelle lumière.

§§§

## **Adieu et merci**

Dire adieu, voir la mer,  
cette chère, cette belle,  
cette forte, cette fougueuse,  
cette grande, cette étrange,  
dans laquelle  
je me suis baigné  
pratiquement  
à tous les jours  
pas longtemps,  
mais toujours  
en contact avec elle  
en me laissant mouiller  
par elle,  
en me laissant pénétrer  
de son eau salée,  
toujours en contact  
avec elle par le son.  
Quelquefois,  
je ne l'entends plus  
pis à un moment donné,  
oh ça me revient ;  
j'écoute son rythme,  
je suis en accord  
avec son rythme  
qui m'unit à Dieu  
par son feeling infini,  
sa vastitude,  
son horizon sans fin.

Ce matin, le ciel est gris  
et la mer vert pâle,  
vert translucide :  
elle change  
toujours ses couleurs  
selon les humeurs du ciel  
et du soleil.  
Ah, le ciel et le soleil !

Le soleil, mon bon ami,  
mon ami chaleureux,  
que de chaleur  
tu m'as donné  
depuis 4 mois et demi !  
Que tu as été  
bon pour moi,  
merci !  
Je te remercie,  
ciel dans lequel brille  
ce soleil chaleureux.  
Je t'aime soleil,  
j'espère que tu vas bien,  
que t'as pas trop d'orages,  
qu'on ne te fait pas  
trop en-orager.  
Je t'aime beaucoup soleil,  
beaucoup,  
quand tu profondes ma peau  
de tes rayons ;  
tu aides tous mes corps  
à s'harmoniser,  
tu es un beau signe de Dieu,  
gracias Sol.

Et la plage, le sable  
et ses milliards  
de coquillages  
qui sont devenus sable  
tellement doux  
à mes pieds.  
Marcher  
sur le bord de la mer.  
Merci  
pour le cadeau de la Nature.  
Merci  
pour le vert dominicain.  
Merci  
pour les plantes,  
les fleurs, les cocotiers.  
Merci, gracias.

\$\$\$

## **Hombre**

Soy un hombre pequeño  
pero cerca de Dios  
en mi corazon,  
tengo mucho amor  
en mi corazon  
por todos los amigos  
de America Latina,  
por todos los paises  
donde se canta el amor  
en castellano.

§§§

# Prières

## **Espoir**

Espoir en vie.  
Espoir d'amour.  
Garder l'amour  
au fond du cœur toujours.  
Espoir de vie.  
Sentir le vent  
caresser la peau.  
Espoir d'amour.  
Espoir du beau.

§§§



## **Envoyer de l'amour**

Essayons en s'unissant  
par la pensée  
d'envoyer de l'amour  
à ceux qui en ont besoin.  
D'abord, ceux et celles  
qui sont à l'hôpital,  
dans nos familles,  
parmi nos amis,  
à ceux qui souffrent,  
ceux qui passent  
un mauvais moment  
actuellement  
et que vous connaissez.  
Unissons-nous  
pour qu'ils aillent mieux.  
et chantons le mot :  
Amour !

Maintenant, pensons amour  
pour les gens  
de notre municipalité,  
notre région, notre pays  
et ensemble chantons  
encore ce mot :  
Amour !

Ensuite, toujours liés  
dans cette union de pensée  
amoureuse,  
envoyons cette chanson  
aux habitants des continents  
de notre belle planète  
pour qu'ils y puisent  
au besoin.  
Amour !

\$\$\$

## **Harmonie**

Capter les émotions,  
entrer en soi-même,  
trouver l'équilibre  
entre le cœur et la tête.  
Harmonie !

Prier pour ceux et celles  
qui cherchent  
le sens de leur vie  
au bout de la nuit.

Laisser passer la vie  
pour mettre les oreilles  
en harmonie  
en accord avec le corps  
avec le cœur, avec l'âme.

Prier pour que le négatif  
se transforme en positif  
dans la grande roue  
de la vie.

S'aimer !

\$\$\$

## **Reflét divin**

J'appelle mon ange gardien  
à venir me protéger,  
me soutenir dans mon effort  
à m'élever vers Toi  
mon Dieu.

Toujours essayer  
de recréer l'harmonie,  
tel est le sens de ma vie.  
Je me sens aimé par les êtres  
que Tu mets sur ma route.  
Je vois l'Amour Divin  
dans les yeux,  
les vibrations de mes frères  
et sœurs humains.  
J'ai faim et soif de l'Absolu.  
Je T'écoute  
dans le silence de l'intérieur.  
Je télépathise de l'amour  
à mes frères et sœurs.  
Être le reflet de Ton image  
dans tous mes gestes,  
mes pensées,  
mes paroles chantées.  
Te prier, Te vénérer, T'adorer.  
Que l'harmonie règne  
dans la vie  
de mes amis de cœur  
et d'âme.  
Que les plus belles idées  
d'amour,  
de générosité soient  
en toute liberté.

§§§

## **Prière pour une amie malade**

Ô force de l'amour,  
descendez sur notre amie,  
redonnez-lui de l'énergie  
et de la santé.  
Faites qu'elle se sente bien  
dans son corps.  
Ô force blanche,  
force de l'amour,  
force de Dieu,  
descendez sur notre amie.  
Mon Dieu,  
manifeste ton amour.  
Que ton énergie entre  
à profusion dans son corps.  
Qu'elle retrouve son sourire  
et sa joie.  
Mon Dieu, je t'en prie,  
mon Dieu !  
Merci, mon Dieu !

§§§

## **Prière**

Ô Très-Haut,  
fais descendre  
l'illumination  
du plus haut des sphères  
au temple de nos cœurs,  
éclaire nos âmes en amour.  
Merci de combler ta volonté  
à travers nous.  
Merci de répondre  
à notre appel.  
Ô Terre Mère,  
vous êtes si belle,  
puissions-nous trouver  
les pensées et les gestes  
pour vous respecter,  
Mother Earth, Gaïa.

Nous sommes  
Lumière Blanche.  
Chacune de nos cellules  
sont des milliards de soleils.  
Chacune de nos pensées  
sont des milliards de soleils.  
Quand l'amour descend  
dans nos cœurs  
et irradie  
des milliards de rayons  
dans toutes les directions,  
nous sommes Amour,  
nous sommes  
Lumière Blanche.

§§§

## Prière de Noël 86

Que la lumière  
du fils donné  
resplendisse sur vous  
et autour de vous.  
Que la paix vous envahisse  
aujourd'hui et pour l'avenir.  
Seigneur Jésus,  
c'est ta fête,  
mais aussi notre fête.  
Viens naître de nouveau  
dans notre monde,  
viens changer nos cœurs  
comme seul Dieu  
qui nous aime  
peut le faire.  
Donne à nos familles  
beaucoup d'amour et de joie.  
Donne à nos jeunes  
de bons éducateurs.  
Donne à nos riches  
le goût de partager.  
Donne à notre monde  
si blasé,  
la paix.  
Donne à tous l'espérance.  
Que nous puissions vivre  
un Noël, un beau Noël  
à chaque jour  
de notre vie.  
Amen !  
Amène Joyeux Noël.  
Que la lumière brille  
parmi nous.

§§§

## **Sugmad**

D'où nous vient le bonheur,  
sinon de Dieu,  
des plus hautes sphères  
amoureuses,  
de l'univers infini.  
Bienvenue dans ma vie,  
vague d'amour.  
Je te vis  
dans le contentement  
et le détachement.  
Je surfe sur toi  
vague d'amour.

Que l'inspiration poétique  
bénisse nos jours  
pour chanter ta beauté  
et ta grandeur,  
Sugmad, ô mon Dieu.

§§§

# L'invisible



## **Chérir les anges du cosmos**

Dans les minutes  
qui s'en viennent  
je vais aller m'étendre  
dans mon grand lit  
à deux places  
par ce beau mardi pluvieux  
du mois d'avril,  
pis je vais aller méditer  
sur le sens de la vie.  
Je vais remplir mon âme  
de silence  
et je vais chérir les anges  
du cosmos  
et leur parler dans l'amour  
silencieux.

§§§

## **Je me promène dans le paradis**

Comme les petits oiseaux,  
je vole  
d'une branche à l'autre.  
Sur mon chemin,  
rencontre un chérubin céleste  
qui me dit  
« Viens chanter avec moi ! ».

Dice la canción,  
estoy caminando  
en el paradiso.  
Y como los pequeños aves,  
estoy volando  
de un árbol al otro,  
sobre mi camino encuentro  
un cherubino,  
un ángel del cielo  
que me dice :  
« Ven a cantar conmigo ! ».

§§§

## **L'appel**

Appeler l'énergie  
des anges de l'harmonie.  
S'il vous plaît, descendez,  
descendez ici.  
Venez, venez, venez,  
habiter nos cœurs, nos corps,  
nos âmes.  
Permettez à nos instruments  
de musique  
d'être le prolongement  
de l'harmonie des sphères.  
Nous sommes ouvriers  
de la beauté  
des sons à donner  
à ceux que nous aimons.

Lumière,  
descends parmi nous.  
Luz,  
descende sobre nosotros.  
Light, come down to us.  
Iao. Aum.  
Oao kakof na konsa.

§§§

## **Passeurs de lumière**

**P**asseurs de lumières,  
passeurs de galaxies,  
passeurs d'étoiles,  
un milliard de fois,  
merci pour la vie.  
Du fond de nos cœurs,  
de nos vies, merci.  
Du fond de la galaxie,  
merci.  
Nous sommes tous  
des frères et des sœurs  
dans une galaxie d'amour.  
Merci  
de nous faire monter  
en amour.

§§§

## **La course au trésor**

La course au trésor  
c'est de trouver  
au dedans de soi  
le plomb changé en or.  
La course au trésor,  
c'est l'amitié.  
La course au trésor,  
c'est tellement beau  
quand c'est bien vécu.  
La course au trésor,  
c'est tout le monde  
en amour  
avec tout le monde,  
en harmonie sur la terre  
comme au ciel.  
C'est l'entente ultime  
entre l'humain  
et les anges de l'harmonie,  
la musique retrouvée  
dans le cœur  
de chaque être,  
chaque plante,  
chaque animal.  
La course au trésor,  
la course vers les étoiles  
du plus profond  
au dedans  
au plus loin de l'infini.

§§§

## **Voler vers l'infini**

Monter, monter dans le ciel,  
côtoyer l'invisible en amour,  
chanter les anges  
et se bercer  
avec les archanges.

Vivre l'arc-en-ciel  
des anges de l'eau,  
des anges de la terre,  
des anges du feu et de l'air  
et marcher en somnambule  
dans la bulle,  
funambule  
qui fabule dans sa bulle,  
noctambule  
qui fabule dans sa bulle,  
pleine de lune,  
pleine lune en verseau.  
J'ai vu une lune allumée  
dans un ciel étoilé.  
Ah, la lune brille sur le lac !

\$\$\$

# Alchimie

## **Le sage**

J'ai rencontré un sage,  
il m'a demandé :  
«Quelle énergie faut-il  
pour déplacer  
cette montagne ? ».  
« La même énergie  
qu'il a fallu  
pour la mettre à sa place. »  
Eh oui,  
la force transporte  
les montagnes.  
La voie,  
c'est l'intensité du sentiment,  
la volonté humaine  
en accord avec  
la volonté divine.  
Manifester Dieu  
de mieux en mieux.

§§§

## **Imaginons-nous**

Imaginons-nous tous  
dans un champ  
avec une graine  
dans la main,  
la graine de la vie,  
la graine de l'amour.  
Chacun de nous  
prend cette graine,  
fait un petit trou  
dans la terre, la dépose,  
lui souffle un mot d'amour,  
car tous,  
nous semons dans les champs,  
le chant de la vie,  
l'amour est notre plant,  
notre plan de vie.

§§§

## **Le hockey**

Le hockey sur glace est plein  
d'enseignements spirituels.  
Quelquefois, il est difficile  
de se rendre  
directement au but  
et on se sert de la bande  
pour le faire.  
Il y a des punitions  
qui souvent retardent  
notre progression.  
Faire des passes,  
c'est une bonne façon  
de s'entraider  
pour atteindre  
le but commun :  
scorer.  
Si chacun  
fait sa propre job  
par rapport à lui-même,  
joue bien sa position  
et son rôle,  
l'équipe est sûre de scorer  
à un moment donné.  
Au hockey, tu ne joues pas  
contre quelqu'un,  
tu joues avec toi.  
Tu joues pour toi  
avec les autres.  
L'adversaire, c'est toi-même.  
Le hockey c'est symbolique.  
Si tu joues bien,  
tu gagnes avec les autres  
parce que tu joues  
avec les autres.

Le hockey,  
c'est l'inconscient  
collectif québécois,  
la joie de vivre  
du peuple québécois  
qui lance et compte  
dans le but de la vie.  
Alors pourquoi  
la construction de l'aréna  
de Saint-Rémi  
au début des années 1980  
ça a marché ?  
Parce que le monde  
s'est épaulé  
sans se rentrer  
dans la bande.  
Le monde  
s'est fait des passes  
et a scoré ensemble.  
Ils ont arrêté de se faire  
violence mutuellement  
et se sont dit :  
« on va faire  
quelque chose ensemble ».

§§§



## **La force**

La force ;  
c'est la douceur qui plane  
au-dedans du cœur.

La force ;  
c'est le travail sur soi-même,  
c'est vaincre ses émotions.

La force ;  
c'est la connaissance de soi,  
c'est le pouvoir réalisateur  
de la volonté.

La force ;  
c'est le symbole  
de la pureté morale.

La force ;  
c'est s'aimer  
et aimer les autres.

La force ;  
de faire le bien  
dans chaque geste  
du quotidien,  
être en amour avec tout  
ce qui vit autour.

La force ;  
c'est d'être en santé  
de poser les gestes  
qui nous gardent en santé,  
c'est de transmuter  
ce qui est vil en nous,  
en quelque chose de noble.

La force ;  
c'est de transformer  
notre plomb en or.

La force ;  
ta force à toi,  
aux autres,  
à toute l'humanité  
en accord  
avec  
toutes les forces blanches  
de l'invisible,  
l'énergie du Créateur.

La force ;  
de s'aimer  
et de manifester le bonheur  
sur la terre comme au ciel.

§§§

# Âme, lumière

## **L'éternelle lumière de Dieu**

L'éternelle lumière de Dieu  
est en nous.

L'éternelle lumière de Dieu  
nous protège.

L'éternelle lumière de Dieu  
nous élève  
au-delà de la terre.

Elle nous donne force,  
énergie, courage  
et santé parfaite.

Merci à  
l'éternelle lumière de Dieu.

§§§

## **Lumières d'orient**

Ô lumières d'orient,  
merci de venir si loin  
pour nous éclairer.  
Merci lumières d'orient,  
merci Babaji,  
merci  
Sri Aurobindo et Mère,  
merci à vous tous  
Maîtres de Yoga,  
merci à vous tous  
Maîtres de Tai chi.

Merci à vous tous et toutes  
qui méditez sur la planète.  
Conscience, conscience.  
Pouvoir d'amour,  
pouvoir de Dieu.

Recommencer toujours,  
recommencer à t'appeler  
Dieu,  
conscient de ta présence  
dans chaque forme de vie,  
dans chaque son  
et au-dessus  
de toutes contradictions,  
chanter om shanti om.

Être totalement harmonie  
dans la disharmonie apparente du monde qui,  
dans l'intelligence divine,  
est harmonie totale.

§§§

## **Expérience**

Faire l'expérience  
de la lumière,  
la voir  
de ses yeux intérieurs,  
lumière irradiante d'amour,  
bleue ouatée,  
toute spongieuse et douce.

§§§

## **Humble**

Je me sens humble,  
humble et vulnérable,  
tout petit dans les mains  
de la vie,  
petit jouet fragile  
dans les mains du temps.  
Je suis une âme vulnérable,  
touchée par le passage  
de la vie.  
La sensibilité de mon âme  
s'étend à tous ceux  
et toutes celles que j'aime.  
Je vis le cosmos  
comme un miroir  
de ma réalité intérieure.  
Toujours à la recherche  
de l'harmonie,  
toujours à la recherche  
de la beauté de l'extase.

§§§

## **Ah ! la vie**

Ah ! que la vie est la vie  
quand la vie est la Vie.

§§§

## **Souffle conscient**

Souffle le vent,  
souffle le vent du cœur.  
Mutation, mutation d'amour.  
Je respire  
le prana du ciel étoilé  
et j'expire  
en toute conscience  
et liberté.  
S'éclate en moi  
une grande liberté,  
le corps et l'âme  
réconciliés,  
la paix et l'âme  
réconciliés.

§§§

## **Âme**

Tu es âme, je suis âme.  
Voyageons ensemble  
dans tous les plans de l'âme,  
150 pays  
dans le monde astral,  
des millions de pays  
du monde causal  
et des vies antérieures,  
des milliards d'idées  
du monde mental,  
les plus belles,  
les plus lumineuses  
du mental supérieur  
psychique.  
Et l'âme,  
blanche boule de lumière  
qui pulse dans l'infini,  
âmes-boules qui fusionnent  
les unes avec les autres  
s'échangeant de la lumière.

§§§

# Femmes

## Parler des femmes de mon pays

De celle qui travaille la terre  
et décape des meubles,  
de celle qui fait du théâtre  
avec intensité,  
de celle qui, *flyée*,  
élève trois enfants  
avec l'appui du Très-Haut  
et de celle qui joue  
de la tambourine  
avec un sourire  
et qui bientôt va peut-être  
chanter pour nous.

Parler de toutes celles  
qui sont absentes  
et qui en même temps  
sont présentes en nous,  
de toutes les femmes  
du Québec.

En cette belle nuit  
de pleine lune,  
la lune,  
image de la femme.  
On dit souvent  
que les femmes  
accouchent à la pleine lune.  
En ce soir de pleine lune,  
je veux parler des femmes  
de mon pays :  
de celle qui m'a mis  
au monde  
et que toujours  
j'aime avec amour  
comme un fils et un ami.  
À ma sœur  
Manouchka la Babouchka,  
à Clô d'amour qui est  
beaucoup dans ma vie  
par les doux temps  
qui courent,  
à ma belle-sœur Danielle...

Je voudrais parler de celle  
qui joue si bien du piano  
avec une grande douceur,  
de celle qui dans le rang sud



cultive de l'ail et fait  
de nombreux travaux  
avec beaucoup de talent  
Lucie, Janine et les autres.  
On va continuer à faire  
de belles choses ensemble.  
J'aimerais dire  
à toutes les femmes  
qui sont ici  
et à celles  
qui lisent ce livre  
que je les aime.  
Que vous soyez amantes,  
mères, sœurs ou amies,  
vous trouverez  
toujours une place  
au creux de mon épaule.

§§§

### **Yin céleste**

Ave Maria  
yin céleste qui tremble  
dans ma voix,  
incarne-toi  
au fond de moi.

§§§

## **Paix, amour, créativité**

Femme de beauté  
immense et irréelle,  
présence diffuse à l'orée  
de ma conscience,  
morceau d'âme  
qui colle à la mienne,  
je suis embué,  
envoûté de ta beauté  
et en même temps  
en souffrance  
de ton absence.  
Fou d'amour et d'harmonie,  
je crie  
dans le désert de l'instant  
l'absence de ton corps  
à aimer.  
Conscient du mystère  
de la vie,  
je me souhaite  
une relation  
en synchronicité  
dans l'harmonie avec toi  
et j'espère qu'au matin,  
je me lève et te chante :  
Paix, amour, créativité.

§§§

## Leçon de femmes

Je suis dans vos vies,  
juste pour vous rappeler  
parce que  
la plupart d'entre vous  
le savez déjà,  
de revenir  
à l'intérieur de soi,  
de prendre le temps  
d'être seul,  
de marcher dans la nature,  
d'être d'abord  
bien avec soi-même,  
de briser  
le rythme du travail,  
de la consommation,  
des responsabilités.  
Je vous souhaite  
si vous le voulez,  
de le faire beaucoup.  
Y a des femmes  
qui m'ont montré  
ces choses-là,  
et avec qui  
j'ai beaucoup partagé  
ces choses de l'intérieur.

§§§

# **Amitié, amour, sexe**

## **Il n'y a...**

Il n'y a qu'une seule loi,  
c'est l'amour.

Il n'y a qu'un seul accord,  
c'est l'amour.

Il n'y a qu'une seule foi,  
c'est l'amour.

§§§

## **...De l'amitié nouvelle**

C'est le fun  
que la vie m'amène  
des contacts nouveaux,  
de l'amitié nouvelle.

Après la solitude,  
le partage toujours  
dans l'amour.

La solitude bien vécue  
dans l'amour intérieur  
à l'écoute de la petite voix  
qui parle dans le silence  
amène inéluctablement  
le partage dans l'amour  
avec les êtres humains,  
en voyant Dieu  
à travers l'autre  
comme son guide...

§§§

## L'angoisse

Souvent,  
je sens monter en moi  
de l'angoisse.  
Je sens monter,  
monter de l'angoisse.  
Je pense à toi  
et je sens l'autre avec toi.  
Je me dis  
que tu penses à lui,  
ça me menace,  
j'ai peur de te perdre.  
J'invente des scénarios  
où tu vas le rejoindre  
ailleurs,  
ou lui vient te rejoindre ici  
et moi, je ne peux  
qu'accepter la situation  
même si ça ne fait pas  
du tout mon affaire.  
Comment  
bien vivre cette situation ?  
Me faut-il dompter  
mon cœur ?  
Je marche dans la nature,  
je tai chi,  
je respire, je dors,  
je rêve, je médite,  
je silence mental.

§§§

Il y a deux jours,  
je jeûnais  
pour guérir mon mal d'être.  
Je te dis  
que ma relation à toi  
me fait travailler fort  
dans ces ombres d'angoisse,  
d'insécurité intérieure.  
J'ai besoin  
de t'entendre me dire  
que tu m'aimes  
et que c'est avec moi  
que tu veux être en couple.  
J'ai aussi le besoin  
de te voir,  
te sentir, t'aimer,  
faire l'amour avec toi,  
vivre du silence,  
des paroles heureuses,  
des rires,  
sentir que tu es avec moi.  
Aujourd'hui,  
j'ai vu un papillon  
avec un peu de couleur  
jaune orange sur le dos,  
wow, que c'était beau !

§§§

## **Tu m'as blessé**

Tu m'as blessé,  
tu m'as laissé tomber.  
Je n'ai pas dormi  
pendant quatre jours...  
Incapable.  
Dans ma détresse,  
j'ai prié, j'ai respiré,  
j'ai médité, j'ai pensé Dieu,  
pensé amour.  
Tu m'as blessé,  
tu m'as laissé tomber.  
T'es allée rire  
avec ton berger ,  
tu t'es laissée envoûter.  
Pourquoi  
que t'es irresponsable ?  
Je le sais, t'es comme ça,  
c'est là  
que t'es rendue mon amie.  
Je ne suis plus ton amant,  
je ne suis plus ton amoureux,  
Je peux rester ton grand ami  
si tu me respectes aussi.

Tu m'as blessé,  
tu m'as laissé tomber  
et là, je recolle les morceaux.  
C'est beau, c'est dur,  
c'est obsédant,  
je dois faire  
avec cette situation.

Tu m'as blessé,  
tu m'as laissé tomber.  
Je suis en train d'apprendre  
à rire de moi à travers toi.



Tu m'as blessé,  
tu m'as laissé tomber,  
je me suis relevé,  
j'ai médité,  
j'ai prié, j'ai crié :  
« Dieu, viens m'aider ! ».  
Il est venu dans ma vie,  
il est venu,  
je me suis relevé.  
Je me suis mis à chanter  
pour me libérer, libérer,  
bénir la vie  
dans tout ce que je vis  
et être mon meilleur ami.  
Être mon meilleur ami  
pour être ton meilleur ami.

§§§

## À nu

Quand je me mets à nu,  
ça déshabille les autres ;  
ça veut dire que plus je vais  
dans l'essentiel de moi-même  
plus, ça amène l'autre à aller  
vers son essentiel.

La meilleure façon de vivre  
une relation sur l'essentiel  
avec quelqu'un  
c'est de se mettre à nu  
soi-même devant l'autre,  
ça amène l'autre personne  
à faire de même.

« Comment  
je me mets à nu ? »

En me connectant  
sur l'enfant intérieur,  
sur l'essence de l'amour  
qui m'habite.

Quand je suis dedans,  
je le sens au boutte.

Quand les filtres de l'égo  
se mettent en travers,  
je le sens chez moi  
et je le sens chez l'autre.

§§§

## Miroir

Il est des mondes parallèles  
où il fait bon voler.  
Je me suis retrouvé,  
je me suis mis  
à voler dans mes rêves,  
je t'ai retrouvée.

Pourquoi me suis-je trahi  
à travers toi ?  
Mon anima avait-il  
besoin de ça ?  
Semble-t-il  
que oui et pourquoi,  
pourquoi pas ?  
Et pourquoi pas  
se permettre de vivre  
tout ce qu'on a à vivre  
et pourquoi pas ?  
Et pourquoi pas explorer  
tous les méandres  
de la vie humaine  
de plus haut espoir  
au plus abject désespoir,  
aller partout  
en haut et en bas  
et être bien partout  
à la fois.

Avec, avec,  
avec ou sans toi,  
être amour  
et joie avec ou sans toi,  
être amour  
et joie avec ou sans moi.  
Entre la lumière  
full pin, full time...  
Être le reflet de Dieu  
à chaque instant  
dans l'harmonie,  
la perfection du moment  
qui passe.

SAT CHIT ANANDA,  
SHANTI,  
OM KRIYA BABAJI NAMA OM,  
SHIVA, SHIVA,  
MAHA SHIVA,  
AOM,  
HU,  
OAO KAKOF NA KONSA,  
OM NAMAHA SHIVAYA.

§§§

### **Bandé sur l'immortalité**

Tu m'as laissé tomber,  
mais dans le fond  
ça a fait pousser mes ailes  
et je me suis mis à flyer.

Y a toujours une porte  
par laquelle on peut entrer,  
y a toujours une porte  
qui mène  
dans mon immortalité.

Je suis de plus en plus  
bandé sur l'immortalité.  
J'espère que mon érection  
va tenir éternellement.  
Aller de l'autre côté  
de la voie lactée  
et revenir me coucher  
sur un nuage d'or.

§§§

## **Relation**

Faudrait revenir  
à cet état d'amour  
intérieur  
qu'on cultive  
à tous les jours  
et s'apercevoir  
du fait que  
relation ou non,  
quand on est habité  
par cet état d'amour,  
on est comme en relation  
avec Dieu.  
On sent qu'on a de l'amour  
à donner dans toutes  
nos relations.  
On cherche souvent  
des relations  
avec des femmes  
ou avec une en particulier,  
mais dans le fond,  
la relation privilégiée  
est avec Dieu,  
c'est l'âme en rapport  
avec toutes les âmes  
de l'univers.  
Quand notre âme  
est en amour,  
elle est bien avec tout.  
Le romantisme  
est une illusion  
qui amène l'âme à penser  
qu'il existe  
une âme privilégiée  
qui représente l'amour ;  
cette illusion  
est à démasquer  
à toutes les fois  
qu'une nouvelle relation  
nous est offerte.

§§§

## **Une relation privilégiée**

Une relation privilégiée,  
c'est comme une loupe  
qui grossit ;  
ça objective  
les ombres et les lumières ;  
c'est bon,  
c'est un chemin spirituel,  
une expérience de vie  
qui a une saveur très forte.  
Oui, dans  
une expérience privilégiée,  
tout nous grandit,  
tout nous fait plaisir  
et tout nous menace  
à la fois,  
l'autre vient nous chercher  
dans notre vulnérabilité.  
Être lumière,  
de plus en plus lumière,  
transformer les ombres  
rapidement  
pour aller dans la lumière.  
C'est ce que permet  
une relation privilégiée.

§§§

## **Recréer l'harmonie**

Écouter la voix qui parle  
au-dedans de soi,  
regarder la pluie tomber  
pour la troisième fois,  
sentir l'orage tumultueux  
qui vibre en moi,  
la haine et l'amour  
qui se côtoient ;  
faut vivre ce qu'on a à vivre  
presto, presto, presto.

Être splitté,  
être fendu en deux,  
faut avoir le goût,  
faut avoir le goût  
en même temps,  
c'est dur en sacrement.

J'aimerais recréer l'unité  
en dedans de moi,  
m'ouvrir à la force de vie,  
au soleil qui luit  
au-dessus des nuages  
pis de la pluie,  
recréer l'harmonie.

§§§

## **Jouer à être**

Être un homme,  
entre l'aspiration  
au sublime  
et ses bouffées de bonheur  
et les affres du manque  
et du désir  
qui font mon malheur.  
Je vis quelque chose  
de transcendant  
qui me pousse  
aux limites de l'ombre  
et de la lumière.

Je vois clairement en moi  
ce qui me conduit à Dieu  
tout simplement  
être en harmonie  
dans mon cœur,  
dans ma tête  
et dans mon âme :  
méditation, tarot, tai chi,  
baignade, soleil  
et l'amour gratuit  
pour tout ce qui vit  
dans un sentiment  
d'admiration spontanée  
et toujours étonnée.  
Oui,  
l'étonnement de l'enfant  
en moi  
qui trouve la vie belle  
et qui rend grâce à Dieu.



Et de l'autre côté,  
cette ombre  
de la possession sexuelle  
bien présente en moi  
qui me fait souffrir  
dans mon corps,  
dans mon cœur, dans ma tête  
et dans mon âme.  
Cette ombre  
que je dois apprendre  
et réapprendre à aimer  
même si c'est difficile.  
Accepter et aimer,  
that's the way it is.  
Aide-moi, ô Mahanta,  
ô Sugmad,  
aceptar y amar.

Je me sens tout petit  
devant ce défi,  
je me sens bien petit  
devant ce défi de la vie.  
En même temps,  
je sens sa présence à elle,  
la vie, supportante  
et son timing vlimeux.

Is there an end ?  
Is there a way out or in ?  
Tout est en place  
pour le retour à l'intérieur,  
le retrait,  
la solitude heureuse.  
Voir Dieu en dedans,  
fixer toute l'attention  
sur Lui.

ALLELUIA ET AMEN.

§§§

## **Solitaire et solidaire**

Je pense à toi, ma belle,  
je t'aime, j'ai hâte de te voir,  
j'ai le goût  
de te faire du bien,  
t'accepter comme tu es  
en m'acceptant  
comme je suis.

Trouver une façon d'être  
à la fois chacun pour nous,  
solitaire et solidaire.

Apprendre des erreurs  
qu'on a faites,  
des bons coups aussi  
pis faire ensemble  
quelque chose de beau  
pour nous,  
une belle relation  
pleine d'amour  
qui a un effet bénéfique  
aussi  
dans notre entourage,  
pour nos proches,  
pour la société.

§§§

J'ai comme  
un goût de renouveau.  
Je suis conscient  
qu'on a un travail  
à faire chacun  
personnellement  
pis qu'on a aussi  
un travail de couple  
à faire.  
Se trouver  
des moyens de travailler  
en couple, c'est important.  
Je t'aime ma petite chérie,  
j'ai le goût de te serrer  
contre mon cœur,  
j'ai le goût de retourner  
en douceur dans ta vie.  
Je ne veux rien brusquer,  
comme si  
c'était la première fois,  
comme si  
on se connaissait peu  
et qu'on réinventait  
le type de relation  
dans lequel on va s'inscrire.  
C'est comme si  
on recommençait  
de nouvelles fréquentations,  
on recommençait en neuf  
dans le respect  
de ce que chacun  
est vraiment.  
Ma belle, que je t'aime,  
ma p'tite femme,  
ma p'tite femme d'amour.  
Bonne journée, mon amour !

§§§

## Une cassette pour ma belle

J'ai fait une cassette  
pour ma belle  
dans laquelle je lui exprime  
tout mon amour,  
une cassette  
avec toutes sortes  
de sons blancs  
pour lui faire plaisir,  
de sons d'amour  
comme une semence.  
Oui,  
semer une semence d'amour  
dans son cœur.  
Puis, tout à l'heure,  
elle m'a appelé pour me dire  
qu'elle était en train  
d'écouter la cassette  
et que ça lui faisait du bien,  
qu'elle était touchée  
et que c'était bon pour elle  
d'écouter ça  
et de se baigner  
dans ces sons  
que je lui ai offerts.

Ça me fait bien plaisir  
qu'elle réagisse  
positivement  
à ces sons.  
Merci à la vie,  
merci Dieu,  
merci à l'amour  
avec un grand A  
de me donner  
de bonnes idées  
comme ça  
qui font du bien à celle  
que j'aime.  
J'aime ça aimer, oh yeah !

§§§

## **Un phare dans la nuit**

Ma belle,  
être pour toi  
un phare dans la nuit  
pour que tu puisses  
te retrouver,  
pour que tes projets  
soient clairs,  
pour que ta vie  
prenne sens  
au soleil de mon amour.  
J'espère que tu aimes  
Dieu  
à travers moi  
pour éclairer ta voie,  
si tu en as besoin  
et si Dieu le veut.

§§§

## **Ton absence**

Je ne veux pas te déranger,  
je sais que t'as besoin  
d'être seule avec toi-même.  
Ça me fait drôle d'être  
en amour comme ça,  
de te désirer si fort,  
de souffrir de ton absence,  
de souffrir  
d'être séparé de toi.  
Dans un sens,  
ton absence me comble,  
ça me fait  
désirer ta présence.

§§§

## **Je suis dans ton coeur**

Ma belle m'appelle  
sur mon « cell »,  
elle me demande :  
« pis, où ce que t'es ?  
...ah, à Saint-Michel ».  
Pis ce qui monte,  
c'est de lui dire :  
« je suis dans ton cœur  
pis je te parle,  
je te parle d'amour,  
je te parle de l'amour  
qui m'habite en toi ».

§§§

## **Toi la fleur**

Je te vois  
comme un jardin de fleurs  
et j'ai juste le goût  
de me mettre le nez  
dans tes fleurs.

§§§

## **Y a une femme**

Sur la plage, sous la lune,  
y a une femme et une dune.  
Y a une femme demi-lune  
que je chante  
et que j'ensemence  
dans l'enclume,  
une femme...  
Sur la plage, pleine lune,  
hé petite, couvre-toi,  
les nuits sont froides ;  
hé, petite gonzesse,  
viens faire un tour  
du côté de mes fesses.

§§§

## Promenade fofolle

Je marche dans les bois  
de l'enfance.  
J'aime la vie, l'amour,  
la joie, la poésie.  
je viens de te rencontrer,  
mon beau bébé,  
à côté d'un cocotier,  
t'es belle toute grillée  
t'as une nouvelle  
paire de souliers  
et ça m'donne le goût  
de les embrasser,  
tes pieds.

Des petits becs sur les pieds  
de mon beau bébé,  
en remontant sur le bord  
de tes cuisses,  
j'effleure ton clitoris.  
Je mets mon nez  
dans ton nombril  
et je baise tes seins aussi.  
Un petit bec dans le cou,  
une douce caresse  
dans tes cheveux.

Je repars marcher  
dans les bois.  
T'es là à côté de moi.  
Ah ! que ça sent bon  
en dessous de tes bras,  
ah, ah, ah, ah.  
Je suis bien avec toi  
dans tes bras, ah, ah.

§§§

## **Chaste et pure**

Chaste et pure  
ou chatte et mûre ?

§§§

## **Le boutte**

Est-ce que je viens  
dans le boutte  
ou si c'est le boutte  
qui vient dans moi ?

§§§

## **Cupidon**

Tu es là,  
tu sèmes du soleil,  
de l'amour,  
Cupidon,  
petit fripon,  
de tes flèches,  
tu transperces  
les cœurs lourds  
sans amour,  
voilà, ils sont gagas.  
Après ça...  
font de même.  
Tu es là,  
je t'aime  
plein de soleil,  
plein d'amour,  
je suis là  
et j'aime  
tes merveilles mon amour.

§§§



# Saisons

## **L'essence-ciel, printemps 97**

Marcher dans le bois,  
retrouver  
la lumière des jours  
longs, longs, longs.  
Sentir le mâle viril en moi.  
J'aime le réveil  
du printemps,  
cette vie,  
cette présence de vivre,  
cette folie inassouvie  
qui va de tous bords,  
tous côtés,  
désirs, passions, besoins,  
je ne sais comment le dire  
sinon que la vie  
est forte et drue.  
Une pression sans bon sens.

Et chanter, et crier,  
et danser,  
et aimer et écouter.

§§§

## **La fin de l'hiver**

Ça va commencer à dégeler,  
les érables  
vont se mettre à couler.  
On est en train  
de s'organiser  
pour chanter la vie,  
pour chanter le réveil  
de la nature.  
Puissent les forces de la vie  
être avec nous  
pour nous soutenir  
dans notre marche  
de l'expression de l'amour.  
Nous voulons nous donner,  
nous voulons chanter  
et jouer,  
pour faire plaisir  
à nos frères humains,  
pour vivre en harmonie  
avec la vie,  
la, la, la ,la.

§§§

## **Mutation douce**

Et l'eau du ruisseau coule  
et Gustave est à côté de moi  
qui boit,  
un gros labrador noir.  
Le soleil brille dans un ciel  
sans nuage.  
Château de glace qui coule  
et Gustave qui vient  
me lécher.  
Que de beauté,  
que de beauté,  
que de soleil !  
Merci aux forces  
du Très-Haut  
de nous faire vivre  
tant de beauté...  
et le ruisseau coule  
et la vie continue,  
changement perpétuel,  
mutation douce...  
et je marche d'un pas doux  
sur le sentier du bois  
qui m'amène plus loin.  
Je regarde la vie  
dans les cèdres.  
Je m'approche d'un arbre,  
je lui donne un baiser,  
je m'approche d'un autre  
et le serre dans mes bras,  
lui dis :  
« je t'aime, je t'aime ».  
Je continue la marche,  
regarde la beauté du monde,  
l'eau coule,  
l'eau coule toujours.  
Je pense à mes amis,  
je tombe sur le cul ;  
je me relève,  
oh que c'est glissant,  
printemps,  
début printemps...

§§§

## Les sons de Dieu

Et comme les oiseaux,  
la journée s'envole. . .  
C'est l'après-midi,  
la pluie, le tonnerre,  
un petit orage,  
la solitude en Dieu,  
les mots d'amour  
qui montent,  
l'inspiration qui vient.  
J'ai le goût de partager  
des sons avec d'autres  
musiciens de Dieu.  
Par télépathie magique,  
nous sommes réunis.

La vie intérieure  
nous dit que Dieu  
se prépare  
à ouvrir la bouteille  
du beau temps.  
On attend l'arrivée  
des anges de la nature :  
celui de l'eau,  
celui de l'air,  
celui du feu,  
celui de la terre.

Mon Dieu,  
comment devenir amour  
et être reçu comme tel  
à chaque moment ?  
Montre-le moi mon Dieu,  
je veux être amour  
à chaque instant,  
être vrai  
dans ma vérité profonde,  
m'aimer dans ce que je suis  
et être aimé par les autres  
parce que je m'aime  
moi-même en toi  
mon Dieu.

La nuit nous envahit,  
le sommeil nous gagne,  
le gong du jugement  
nous amène à nous-même,  
à notre présence  
à chaque instant  
en Dieu pendant tout le jour.  
La cloche,  
dans ses sons aigus  
nous amène dans l'élévation,  
en harmonie  
avec la musique  
des sphères.  
Ami inconnu,  
bons rêves !  
À Dieu !

§§§

### **L'été**

C'est l'été,  
on est bien dehors  
même s'il fait chaud.  
Quand il fait trop chaud,  
on va se baigner  
dans le pitt  
chez Sainte-Marie.  
Aujourd'hui,  
j'ai eu une surprise,  
il y avait des poissons morts,  
morts, morts.  
Ça sentait le poisson mort,  
tu sais ce que je veux dire,  
je me suis baigné  
moins longtemps  
que d'habitude...

§§§

## **C'est assez !**

Chemin faisant,  
jeune homme rencontre  
quelqu'un qui n'aime pas ça  
le bruit.

Voici ce que le jeune homme  
se dit dans sa tête.

« Aie, je t'écoeurre man,  
c'est au boutte!  
c'est moi  
qui fait ça tout seul,  
je t'écoeurre ! »

Jeune homme  
deviendra plus vieux  
ou plus ensoleillé,  
Dieu seul le sait.

Je me demande  
qu'est-ce qui se passe  
dans la tête de celui  
qui conduit un moto-cross ?

En tous cas,  
ça se passe vite  
ce qui se passe dans sa tête.

« Je trip au max ,  
aie c'est au boutte,  
je fais du trail bike,  
moi, j'aime ça,  
c'est au boutte. »

Je demande à mon voisin  
l'as-tu vu passer, toi ?  
Aie, les trois roues (VTT)  
c'est assez !

Aie ! les moto-cross  
on est tanné !

Connais-tu ça  
la grève des moteurs ?  
« T'sé veux dire ! »

J'ai hâte en ostie  
que le silence  
aie meilleur goût.  
« T'sé veux dire ! »

Que vienne  
la transformation  
de la noix du ti-gars  
qui aime jouer  
en moto-cross.  
Vie, fais-lui comprendre  
que c'est assez  
et que c'est mieux pour lui  
de se promener en bicyclette  
ou à pied avec sa blonde.

Si tu veux que ça brasse,  
sors ta bicyclette.  
Sors tes running shoes  
pis marche,  
si tu veux que ça brasse,  
viens nager avec moi.

Un jour,  
la lumière flashera  
dans sa noix  
pour lui faire comprendre,  
peut-être par la voix  
d'une jeune fille  
que le silence  
a bien meilleur goût.

\$\$\$



## Grange-maison

Je te vois mon Dieu  
dans ta lumière,  
dans tes sons lumineux.  
Oui, mon âme se baigne  
dans ta lumière  
et dans les sons de Dieu  
les plus beaux.

Barakabashad,  
que les bénédictions soient.  
Tout ça pour dire  
qu'au Kébèk,  
au mois de novembre,  
j'ai le choix  
d'aller au-dedans de moi  
ou d'éclater avec mon âme  
en voyage vers les étoiles.  
Filer vers les étoiles  
tout là-haut.

Trouver le bon poste  
avec chacun  
dans ma vie,  
oui ! être en amour  
avec chacun  
dans l'instant  
que j'ai à vivre  
avec chacun, chacune.  
Aimer, m'aimer,  
aimer mes pensées,  
aimer ce qui monte en moi,  
faire le silence  
dedans ma noix,  
aimer ce grand vide  
qui remplit ma tête de toi,  
ô force d'amour,  
force de vie.  
Lumière d'esprit,  
montre-moi l'amour,  
descends en moi.

Je suis partenaire  
associé avec Dieu.  
Je sens Dieu  
dans les cellules  
de mon corps.  
Je le sens  
d'une blancheur lumineuse,  
atomique, nucléaire,  
à la vibration milliardième  
et ce n'est qu'un pâle reflet  
de la beauté  
de la lumière de Dieu.  
Retrouver  
la douce lumière de l'amour.

Que les cellules  
de mon âme  
parlent aux cellules  
de ton âme  
et que la lumière  
coule de mes cellules  
aux tiennes  
et des tiennes  
aux miennes,  
pour qu'enfin  
un grand feu d'amour  
et de joie  
illumine nos vies  
à jamais pour toujours.

\$\$\$

## **Novembre entre deux**

Novembre entre deux,  
entre la fin de l'automne,  
avant l'hiver.

Passage, préparation,  
aller au-dedans de soi.

La neige qui tombe,  
c'est déjà de la lumière.

Là, on est entre les deux,  
il n'y a plus de lumière verte  
dans les arbres parce qu'il  
n'y a plus de feuilles.  
Il n'y a pas de neige encore  
au sol.

La seule place  
où on peut trouver  
de la lumière  
quand le soleil  
n'est pas là,  
c'est en dedans de soi  
pis dans les autres humains.  
C'est peut-être le moment  
de l'année  
où c'est le plus important  
qu'on soit bien  
dans nos maisons  
parce que l'extérieur  
n'est pas lumineux  
tout le temps.  
L'air est bon en novembre,  
l'air est bon.

§§§

## **L'hiver**

C'est l'hiver  
qui montre le bout  
de son nez rouge.  
Les orteils gelées  
dans tes petites bottes,  
un peu de soleil  
dans le creux de tes oreilles.  
Un petit peu de soleil  
pour réchauffer ton cœur.

\$\$\$

## La nature

Ça fait du bien  
de sortir dehors l'hiver.  
On s'habille chaudement.  
On va chercher nos patins.  
On chausse nos patins.  
On s'en va patiner.  
Là, l'oxygène  
entre dans nos corps.  
On a chaud, en même temps,  
le froid nous picote la face.  
On se sent bien  
pis là,  
ça nous donne le goût  
de chanter :  
« La nature  
remplit mon âme. »  
On se sent dans un état  
d'euphorie merveilleux.  
La beauté nous habite,  
on est bien chaud,  
chaud en dedans  
pis fret en dehors  
avec le cœur heureux.  
Merci  
aux forces du Très Haut  
de nous faire vivre  
de si beaux moments.  
On entend les cloches  
qui sonnent au ciel  
comme si les anges,  
les archanges,  
les chérubins sont contents  
de nous voir heureux  
en harmonie avec le ciel.

§§§

## **Comme un popsicle**

On dit que l'eau  
gèle en hiver,  
c'est pour mieux prendre  
conscience d'elle-même.  
Comme un popsicle,  
je me sens  
d'essence amoureuse,  
aux couleurs  
du divin soleil.  
Le popsicle  
doré à souhait.

Une photo  
sur le sofa du salon  
de la belle Carole  
aux longs cheveux.

Vienne la musicienne  
dans le cycle nouveau  
qui commence.  
La musique  
à l'image de la vie,  
elle danse. . . rêve. . .

§§§

# **Spectacle, musique, sons**

## **Ta présence**

Ta présence à la fête,  
tu la portes en toi.  
C'est ton sourire qui vient  
du dedans  
que j'ai le goût de partager  
avec toi.

§§§

## **Un spectacle**

Faire un spectacle  
c'est un moyen que  
j'utilise pour confier  
aux autres ce qui se passe  
dans ma vie intérieure.  
À partir de choses vécues,  
de prises de conscience,  
je transpose en mots,  
en sons, en gestes,  
en images  
pour donner aux autres.  
Pour moi,  
c'est vraiment ça  
la fonction du spectacle,  
la transmission  
de ma vie intérieure.

§§§



## **Chanter pour du monde**

Chanter pour du monde,  
c'est échanger de l'énergie,  
du souffle de vie,  
de l'air qui passe  
pis qui forment des sons  
Le chant de l'homme  
comme le chant de l'oiseau,  
c'est l'expression  
de l'harmonie  
du monde et de la beauté  
ou de la laideur.

Chanter pour donner la vie,  
pour créer l'amour,  
pour créer l'instant de beauté  
gratuitement.  
On peut parler,  
on peut crier,  
on peut écrire,  
on peut sauter,  
on peut danser,  
mais chanter  
c'est faire porter au loin  
le souffle qui nous habite ;  
c'est exprimer  
du plus profond de soi  
par le souffle qui nous anime  
tout l'amour qui nous habite.

Chanter, chanter, chanter,  
c'est dire la vie,  
c'est dire l'amour,  
c'est dire que la vie  
c'est l'amour.

§§§

## **Un artiste**

Un artiste  
qui fait l'amour avec la vie  
sans se demander pourquoi,  
pour qui !

§§§

## **Une douce musique**

Par un beau clair de lune,  
le ciel est très étoilé  
sans aucun nuage.

Sargaji se fond  
dans le décor  
de ce paysage si vaste.  
Amoureuse de la vie.

Une douce musique  
venant du Buddha Hall,  
je danse au rythme  
de ces kirtans si enveloppants.  
L'écho ne fait  
qu'amplifier les vibrations  
qui me font vibrer  
encore plus fort.

§§§

## **Monter plus haut**

Monter plus haut,  
descendre plus bas  
avec cette âme  
au prisme infini  
dont les limites  
sont insondables.

Élargir,  
élargir ma conscience,  
englober tous les univers  
de Dieu.

Voyager à l'intérieur,  
y découvrir de plus en plus  
la lumière et les sons,  
car Dieu est lumière et son.  
La musique est un véhicule  
qui fait voyager mon âme  
dans l'univers des sons.

§§§

## **Elle est née**

Et cette musique née  
d'un grand silence  
retournera un jour  
dans le silence infini  
où tout n'est que  
l'écho de Dieu  
dans le cristal du silence. . .

§§§

## **À dos d'étoiles**

Les ailes poussent  
dans notre dos  
et nous envolons nos corps  
vers les étoiles.

Chanter,  
chanter pour les étoiles,  
hu, hu.

Danser, chanter,  
voyager à dos d'étoiles,  
marcher à dos d'étoiles,  
voyager à dos d'étoiles,  
un goût de miel dans le ciel,  
à la bouche un goût de miel.

§§§

## **Demande**

Le gars me demande  
au moment où je danse  
en toute expression :  
« Qu'est-ce que  
tu fais de bon ? »  
et je lui réponds :  
« Y a-t-il quelque chose  
qu'il faut que je fasse,  
à part d'être là ? ».

§§§

## **Musique du nouvel âge**

Dans ce grand voyage  
de nos âmes  
vers la lumière,  
vivre et laisser vivre  
l'instant de l'état  
d'amour inconditionnel.

Que la beauté de l'instant  
te soit bénéfique  
et brille, brille le soleil  
de sa chaleur caressante  
et chantent, chantent  
les grillons magiques  
sur cette musique  
du nouvel âge.

§§§

## **La belle folie**

Je m'envole  
dans la belle folie douce,  
dans la belle folie belle,  
dans la belle douce folie,  
douce, belle  
et belle et douce,  
Hu, hu, hu.  
Que c'est bon ,  
folie douce et amoureuse  
de la belle folie,  
de la folie belle,  
celle qu'on trouve  
dans la danse,  
dans la chanson,  
la belle folie musicale,  
la belle folie  
de la nature qui vit,  
qui vit, qui vit.  
Oui, oui, je la veux.  
Si, yo la quiero.

§§§

# Maladie

## **Je suis malade**

Parler de Dieu,  
dire mon amour  
pour lui/elle,  
dire que mon cœur bat  
pour lui/elle,  
dire que je pense  
à lui/elle,  
que je fais  
le silence intérieur  
pour laisser  
entrer sa douceur.  
Je suis malade,  
un peu au lit.  
J'essaie de revenir  
avec le sourire  
à la vie.  
Les amis  
viennent me visiter.  
J'essaie d'être amoureux  
quand je les vois passer.

§§§

## **Guéris-toi mon corps**

Guéris-toi mon corps,  
guéris-toi.

Tu as tout ce qu'il te faut  
au dedans de toi  
pour te donner  
de l'harmonie,  
pour retrouver l'harmonie.

Guéris-toi mon corps,  
guéris-toi,  
retrouve l'harmonie.

Je jeûne doucement.

Je jeûne profondément.

J'écoute mon corps  
qui craque, qui rote,  
qui chie, qui pète,  
qui fait tous les temps.

Guéris-toi mon corps,  
guéris-toi.

L'autolyse :

c'est le corps qui se nourrit  
de ce qui n'est pas bon en lui  
et qui retrouve l'harmonie.

§§§



## Malade à l'étranger

Aimer la maladie,  
aimer la souffrance,  
c'est toujours ça  
qui est à réapprendre.  
Quand on est malade  
à l'étranger,  
on aimerait être chez soi  
dans notre petite maison  
tranquille,  
seul  
ou avec quelqu'un  
qu'on aime beaucoup,  
qui n'est pas loin.  
Quand on est loin  
de tout ce qui fait du bien,  
c'est dur,  
c'est dur à accepter,  
c'est dur à prendre.  
Même si,  
ce n'est pas la première fois  
qu'on est malade  
à l'étranger,  
on dirait que  
quand on est malade,  
c'est toujours  
la première fois.  
Quand on n'est pas malade,  
on a l'impression  
qu'on ne l'a jamais été  
et qu'on ne le sera jamais.  
Ce sont des états  
tellement différents  
le bien-être et la maladie,  
ça s'oublie l'un et l'autre  
assez vite.

Aujourd'hui, c'est ça,  
je suis malade,  
c'est le signe que j'ai  
des choses à régler avec moi.  
Je suis en train de les régler  
tranquillement,  
ce n'est pas facile,  
c'est ce qui est à vivre.  
Il faut bien vivre  
ce qu'on a à voyager  
et bien voyager  
ce qu'on a à vivre.  
C'est à refaire encore,  
c'est ça. . . .

§§§

# Conversations

## Conversation avec Dada

Descendre au-dedans de soi  
pour visiter  
les continents secrets  
de l'être.

Quand ça fait 2 ou 3 jours  
que t'es seul pis  
que t'as pas vu personne,  
il y des niveaux d'être  
qui montent en toi  
qui sont beaux.

Il y a une paix  
qui s'intériorise.

Tu viens en contact  
par la pensée  
avec beaucoup de gens  
autour.

Pis quand tu revois tes amis,  
il y a une intensité  
extraordinaire  
qui se vit  
parce que tu es allé(e) loin  
au-dedans de toi.

D'ailleurs les créateurs  
sont des êtres très,  
très solitaires.

Ils sont habitués à voyager  
au-dedans  
et d'aller dans l'invisible.

Quand je vis  
quelque chose d'intense  
avec une  
ou plusieurs personnes,  
les heures suivantes  
ou le jour suivant,  
je me permets la solitude.  
Moi, la solitude,  
j'ai besoin de ça au boutte.  
Les choses se passent  
pis je ne comprends pas  
toujours au moment même  
où ça se passe  
l'implication réelle  
de ce qui se passe.  
La nécessité de réflexion  
dans la solitude  
me permet d'assimiler  
ce qui s'est passé  
pour comprendre  
comment je me situe  
par rapport à  
ce qui s'est passé.

On n'a pas tous  
la même conscience  
de la réalité,  
de ce qu'on est,  
de comment  
on voit les autres.  
Pis nos opinions sociales  
ou politiques  
sont en fonction  
de notre niveau  
de conscience.  
Celui qui est capable  
de tolérer et d'accepter  
les différences des autres,  
les comprend  
simplement  
parce qu'il les a déjà vécues  
ou expérimentées.

Quand j'ai une connexion  
d'âme à âme  
avec quelqu'un,  
j'arrive à rejoindre  
cette personne  
dans ce qu'elle porte  
et ce qu'elle est.  
En faisant l'effort  
de me mettre  
à la place de l'autre,  
à un moment donné  
je le comprends.

Quand je fais l'effort  
de me percevoir  
comme une âme  
et de voir les autres  
comme des âmes,  
Il n'y a plus de problème.  
Moi, je veux être bien  
en quelque part  
et pour être bien,  
il faut que je sois  
en harmonie,  
il faut que j'aime,  
pis aimer, ça veut dire :  
aimer, qui que ce soit  
n'importe quand,  
n'importe où.

Moi, je me situe  
dans la lumière  
et dans la noirceur  
au moment  
où c'est le temps.  
Si j'essaie de comprendre  
et d'accepter  
une idée contraire  
à la mienne,  
que je questionne cette idée  
sur un ton amoureux  
et correct,  
ça va bien pour moi.

La meilleure façon  
de se faire faire  
des coups de force  
par les autres,  
c'est d'en faire soi-même  
aux autres.  
« Si t'es violent, les autres  
vont l'être avec toi »  
(que tu aies raison ou non).  
C'est une question d'attitude.  
Sur le coup, il y a des choses  
qui me choquent  
pis j'essaie d'accepter le noir  
pour que le blanc  
se manifeste.  
Si je n'accepte pas le noir,  
je ne verrai pas  
passer le blanc.

§§§

## **Mes idées**

Mes idées  
ne m'appartiennent pas,  
elles ne font que passer  
à travers moi.

Je suis  
un canal d'expression  
pour des mondes mental,  
émotif ou autres.

Je suis le responsable  
de mes mots,  
de mes idées  
mais je n'en suis pas  
propriétaire.

J'aime écrire un texte  
et le retravailler  
avec d'autres personnes  
et vice versa,  
parce que deux têtes  
valent mieux qu'une.  
C'est bon de fonctionner  
avec l'idée la meilleure,  
qu'elle vienne de moi  
ou d'une autre personne.

§§§



# Moments d'histoire

## Au Théâtre Capitol, dans les années 50

« Ce soir, au théâtre Capitol,  
grand spectacle des Fêtes,  
un grand film  
couleurs d'aventure  
et un concours d'amateurs.  
Bienvenue spéciale  
aux enfants,  
bienvenue à tous ! ».

C'était le temps du Noël  
des enfants,  
du dépouillement  
de l'arbre de Noël.  
Te rappelles-tu  
de Dickie Sharr,  
il imitait Elvis  
avec ses favoris ?  
C'était du *tape*  
qu'il s'était mis.  
T'allais en avant  
faire ton petit compliment  
pis là Romain Lussier  
te donnait des cennes  
pis des bonbons  
pour chanter  
ta petite chanson.

Il y avait aussi Albert Varin !  
connaissez-vous Albert ?  
Il nous faisait passer  
au coin de la rue.  
À tous les ans,  
il disait à mon père :  
« je la veux pu  
la kriss de job ».  
pis à tous les ans,  
il la reprenait.  
La semaine passée,  
il y a quelqu'un qui l'a vu  
avec un disque  
de Tino Rossi  
en dessous du bras.  
« Oû ce que tu t'en vas  
avec ça ? ».  
« Y chante ben en kriss,  
c'te gars là ».  
Il y en a même  
qui ont entendu  
Albert chanter  
comme Tino Rossi  
en arrière de la shed  
la semaine passée.

Ce sont tous ces personnages  
qui habitaient nos vies,  
il y a déjà 15 ans,  
ça ne nous rajeunit pas.

\$\$\$

## Noël 1983

Noël, il neige dans le garage.  
Y fait fret dans le garage.  
L'ail puis les échalotes  
françaises sont gelés.  
Le chien a de la neige  
sur le dos.  
Va falloir que je le pelte  
pour sortir dehors.  
C'est dur de chauffer le bas.  
Mitchelle a beau mettre du bois  
dans la fournaise,  
il fait tout le temps  
cinquante degrés Fahrenheit.  
Hier, la veille de Noël,  
on est allé fêter  
avec les vieux.  
Gilles puis Madeleine  
ont fêté  
avec leurs vieilles tantes.  
Mitchelle a fêté  
avec les vieux « mon oncle ».  
Elle leur a tous acheté  
des chandails  
pis ils étaient contents.  
Ah ! les cadeaux de Noël,  
c'est le fun.  
Yvon pis sa gang sont allés  
voir les personnes âgées  
au Centre d'accueil  
Gouin-Rosemont,  
pis ils ont fait de la musique  
pour eux autres,  
pis ils ont même chanté  
tous les cantiques de Noël  
à la messe comme :  
« Il est né le divin enfant »,  
« Nouvelle agréable »,  
« Venez divin messie »,  
« Les anges  
dans nos campagnes »,  
« Gloria ».

La chienne  
a des belles oreilles roses.  
Kouchou, Kouchou.  
Mets tes chaussons,  
mets tes combines  
on s'en va pas en boggie  
mais quasiment.  
Moi,  
je m'en vais  
en Toyota diesel.  
Y fait froid dans le cab.  
C'est dur de chauffer  
pis ça swing à gauche  
pis ça swing à droite  
sur la glace du Rang Sud.  
Ça roule comme un tracteur  
pis comme un truck à l'huile.  
Kouchou, Kouchou.  
Arrête-moi ça là.  
Pis qu'est-ce que Rod a dit ?  
Il m'a dit :  
« prends ma plogue ! »  
Non,  
j'ai amené ma propre plogue.  
Une femme toute seule  
a besoin de sa propre plogue.  
Une femme toute seule,  
faut que ça se débrouille.  
Arrête-moi ça là !

C'est le temps de manger  
la farce du gros moineau,  
une belle grosse dinde  
élevée dans le champ.  
On va mettre des atacas,  
ça va être encore meilleur.  
Pis y a des tourtières.  
Un petit peu de vin  
pour arroser ça  
pis  
du bon gâteau aux pêches.  
Arrête-moi ça,  
Arrête-moi ça là !

C'est beau, le soleil rentre  
par la fenêtre.  
C'est beau, le soleil  
reflète sur la neige.  
Même s'il fait froid dehors  
on est ben en dedans.

Cette année,  
c'est la mode des punks.  
Mitchelle se promène  
avec son beau chandail  
plein de trous punk, punk.

« Mitchelle,  
paraît que tu as fait à manger  
pour le temps des Fêtes ? »  
« Je n'attendais pas personne,  
mais y a du monde  
qui est arrivé,  
pis on était pogné  
dans la tempête.  
Qu'est-ce qu'on a mangé ?  
Une canne de beans  
pis  
une canne de soupe aux pois.  
Y a rien de trop beau  
pour les amis.  
Le temps des fêtes,  
faut fêter ça.  
Veux-tu manger ?  
une canne de soupe aux pois  
avec moi ? ».

§§§

### **C'est passé**

Le plus dur est passé,  
c'est après la crise.  
Ça recommence en neuf.  
Le plus dur est passé,  
on lève nos manches  
pis on recommence.  
Donnes-y  
la claque bonhomme !  
Je sais que t'es capable.  
Le plus dur est passé.

§§§

## **Au restaurant du coin**

Après l'école,  
avant le souper  
t'arrives au restaurant  
du coin chez Ti-Pipp.  
Tu mets trente sous  
dans la machine à boules.  
Tu la brasses, brasses...  
T'as tilt ou tu pognes  
une « free game ».  
Tu te fais engueuler  
par la femme du resto  
parce que tu brasses  
trop la machine  
pis que t'ai pas capable  
de dire une phrase  
sans sacrer,  
c'est pour ça  
qu'elle t'avait barré  
la semaine passée.

Oh, sexy, sexy,  
tu viens d'arriver !  
Toi, la belle, tu arrives  
toute moulée  
dans tes jeans serrés.  
tu dis :  
« Bonjour les enfants ! »  
avec un sourire.  
Tu joues une partie  
de machine à boules.  
Tu vas mettre deux disques  
dans le juke box :  
Maniac puis Billy Jean.  
Ça brasse pour cinq minutes  
dans la place.  
Tu allumes une cigarette,  
pis tu dis :  
« Y a rien pour me faire sortir  
de chez nous à soir,  
y a un bon film à tv,  
pis je ne veux pas  
le manquer ».

Au resto chez Ti-Pipp,  
une place où on est ben.  
Au resto chez Ti-Pipp,  
on rencontre ses chums,  
pis on est ben.  
Au resto chez Ti-Pipp,  
ça fait du bien.  
Bye, bye, pis à demain !

§§§



## Hommage à la reine

10<sup>e</sup> festival des neiges  
de St-Michel, 1985.  
Mesdames et Messieurs,  
un hommage à la reine  
Denise 1<sup>ère</sup>,  
un conte de mille  
et un flocons de neige  
qui bercent nos rêves :  
Il était une fois une reine,  
la reine  
du 10<sup>e</sup> festival des neiges  
de Saint-Michel l'archange.  
Elle avait été couronnée  
pour avoir vendu des billets  
de tirage à ses sujets.  
Ah oui !  
elle avait vendu plus de  
725 livrets.  
Les ducs Mario  
et Yvon avaient fait  
leur part aussi,  
puis un soir de février 84,  
elle fût élue  
et couronnée reine d'un soir.  
Après cette soirée  
mémorable,  
plus rien, le rêve s'évanouit.

L'année 85 arrive,  
aucune reine à l'horizon  
à qui remettre la couronne.  
Alors  
pour garder la tradition,  
Denise 1<sup>ère</sup>  
va continuer à régner en 85.  
Elle se propose  
de rencontrer ses sujets  
non pour vendre des billets  
mais,  
pour connaître leurs besoins.  
Elle pose  
la question suivante :  
« Que voulons-nous  
nous donner à St-Michel ? »  
Qui , une piscine intérieure,  
qui, une piste de moto-cross,  
qui, un parc plein d'arbres,  
qui. . .  
vous savez la réponse. . .  
Dorénavant,  
à l'image de la Reine  
des cieux : la Sainte-Marie,  
Denise 1<sup>ère</sup>  
est la reine du dialogue  
avec les gens  
de Saint-Michel.  
Vive la reine !

§§§

## 45<sup>ième</sup> anniversaire de mariage

Quarante-cinq ans  
de présence  
l'un à l'autre  
saluant la présence  
de cinq enfants,  
petits, petits,  
petits devenus grands  
et rester petit  
de temps en temps,  
et quelquefois grands  
quand ils sont petits  
et quelquefois petits  
quand ils sont grands.

Que de revirements d'amour,  
que de mutations autour,  
que de discussions fortes  
et de réconciliations douces.  
Que de déchirements,  
que de bonheurs imprévus.

Lui et elle  
45 ans plus tard,  
toujours ensemble  
s'accompagnant  
sur le chemin de la vie  
en amour.

Le coq flamboyant  
et la licorne d'argent,  
grande histoire de sagesse  
et beaucoup d'eau.  
beaucoup d'émotions,  
beaucoup de vécu  
dans l'astral se matérialisant  
dans le monde physique.

§§§

Merci  
de nous avoir permis  
de vivre,  
nous vos enfants.  
Merci  
de nous avoir donné la vie.  
Nous vous aimons  
et vous acceptons  
tel que vous êtes,  
pas seulement  
en tant que parents,  
mais surtout en tant qu'amis.  
Dans le mot ami,  
y a le mot âme,  
ce qui veut sûrement dire  
qu'avant d'être des parents,  
on est des âmes  
et qu'on a des choses  
à vivre ensemble  
depuis longtemps  
et pour longtemps.  
Et que ces choses  
que nous vivons  
depuis longtemps  
et pour longtemps,  
on les vivait bien avant  
notre arrivée dans nos corps  
physiques.  
Nous faisons partie  
de la même famille d'âmes  
et nous continuerons,  
à vivre des choses ensemble  
pour l'éternité  
en tant qu'âmes.  
Ce que la lumière unit,  
rien ne peut le séparer.  
Ce que la lumière unit,  
l'amour aussi.

Que d'eau a passé  
sous ce pont des cœurs.  
Que d'épreuves  
la vie vous fournit  
comme outils de croissance  
pour pousser plus loin  
votre âme.

Dans les vagues de la vie,  
dans les cycles de naissance  
et de mort,  
de gloire et de maladie,  
de hauts et de bas,  
la famille, ça nous tient . . .  
C'est notre humanité  
qui s'exprime  
à travers la famille  
dans le cycle le plus complet  
de ce qu'est la vie humaine  
en relation  
avec les autres humains.  
La famille,  
c'est vraiment l'entité  
qui dure de la naissance  
à la mort  
et même avant  
et même après.

Et la vie continue.  
C'est la chaise musicale  
karmique  
qui se joue entre nous.  
Dans cette vie,  
vous êtes nos parents,  
dans la prochaine vie,  
vous serez nos enfants.

S'aimer comme on est  
s'aimer avec l'âme  
inconditionnellement.  
La famille,  
c'est l'amour inconditionnel.

Quarante-cinq ans d'histoire,  
de séparations  
et de retrouvailles,  
c'est du vrai monde, quoi !

Lumière blanche,  
descends parmi nous,  
sur nos parents  
et guéris-nous de tout.  
Merci  
de toutes les épreuves,  
de toutes les joies,  
de tous les plaisirs.  
Pour le meilleur  
et sans le pire,  
Merci !

§§§

# Amis

## Texte de Robin

Écoute la voix  
de tes ancêtres,  
écoute-là attentivement  
et alors  
tu entendras leur chant.  
Écoute-le bien ce chant,  
il parle dans les champs,  
il siffle sur les arbres,  
il crie dans l'orage.  
Écoute-la bien,  
écoute-la la voix de ceux  
qui ont laissé  
leurs empreintes  
sur cette terre.  
Écoute  
la voix de tes ancêtres.  
Écoute-la attentivement  
et tu entendras  
ceux qui ont travaillé,  
ceux qui ont chassé,  
défriché, cultivé,  
ceux qui se sont battus  
pour le faire pays.  
Même dans la défaite,  
ils ont su rester fiers,  
fiers de leur langue,  
de leur culture.  
Cette fierté,  
ils nous l'ont donnée  
la fierté d'être québécois.

§§§



## **Mot de Clo**

### **Fragilité**

sans espace ni temps,  
vous apparaissiez,  
alors vous me déroutiez.  
Je perds le fil  
de mon envolée  
pour me mettre à chavirer.

Il faudra me cueillir  
avec tant de désir,  
prendre un grand respire  
pour que votre cœur transpire.

Vous fleurissez  
mon imagination.  
Est-ce là vos intentions ?  
Vous cherchez la raison,  
me voilà tout en frisson.

Connaître pour naître.  
Sentir pour s'enrichir.  
Voilà qu'il m'est possible  
d'avoir haut dans le cœur.  
Je dépose mes lèvres  
sur les vôtres.

§§§

## **Claude**

Comme tu le dis si bien,  
Claude :  
« La rigolade,  
la dégringolade,  
pis la noyade  
sont les trois étapes  
de ceux qui courent  
après le plaisir,  
la rigolade,  
la dégringolade,  
pis la noyade ».

§§§

## **Pour François**

Une force, douce force,  
une pensée  
qui traverse les océans  
pour te rejoindre toi,  
François.  
Écoute, il y a du monde  
qui t'aime au Québec.  
Ça fait longtemps  
que tu n'as pas écrit.  
Ici, on s'inquiète de toi.  
Paix à toi François.  
Écris à tes parents,  
rassure les cœurs aimants.  
N'oublie pas de donner  
une adresse de retour.  
Tu vas voir  
les beaux mots d'amour  
que tu vas avoir à lire.  
On est tout le temps  
en amour  
avec ceux qu'on aime,  
faut pas oublier  
de communiquer.

§§§

## **Le bonheur pour Normand**

Normand nous dit  
que le bonheur  
c'est comme un fantôme  
qui vient de l'espace  
et qui donne la chance  
de se connaître  
et d'avoir un peu de joie,  
un peu d'amour  
et un peu de paix sur terre.

§§§

## **Partage**

Ami, j'ai le cœur plein,  
la tête pleine de vie.  
Partager avec toi  
cette vie qui m'habite.  
Partager avec toi cette force,  
cette pression.  
Une pression amoureuse  
d'avoir tant donné d'amour,  
d'avoir tant donné  
de présence  
et de ne pas m'être arrêté  
à ressentir l'amour  
à qui je le donne.  
Ouvrir le cercle de la vie,  
donner mais recevoir aussi.  
Trouver le temps de vivre  
dans le flot de vie  
qui m'habite.  
Je dois apprendre à recevoir,  
donner mais aussi  
surtout recevoir.

\$\$\$

## Words from an Australian friend

We sow our seeds  
in the field of life,  
nurture them with care  
and beautiful fruits  
they will bare.  
With our God's grace  
love will grow  
in an empty space.  
Our love shall bloom  
if we harmonize with its tune.

To sow a seed,  
to create new life  
fulfilling our need.

You have passed out  
my current life  
out of the cycle of trouble  
and strife  
but with me you have left  
a special something  
and what beautiful fruits  
it will bring.  
To love for love sake.  
There was nothing  
you wanted to take.  
You showed me that to give  
is the only happy life to live.  
Give till it hurts  
cause it never will.  
We sow our seeds  
in the field of life,  
our love shall bloom  
in the grace of God.  
Amen!

§§§

## **Words from Janeice**

To return to my very source,  
my ego must divorce.  
Gradually my ego will die  
to the question:  
« Who am I ? »  
To return to where  
my ego sprung  
and a new song will be sung  
for it will be God  
I'll be seeing  
at the very source  
of my being,  
I want to learn to heal,  
to really feel  
what others feel,  
to dive into my very source,  
to make myself a whole.

§§§

## **Dosita**

La douceur au sein de la vie  
rejaillit dans ton âme,  
mon amour.  
Je te vois te faire du bien-être  
t'enveloppant  
dans la main de Dieu.  
Le bonheur ruisselle  
sur ta peau  
comme une onde joyeuse,  
puissante, tu ris,  
tu écris le mot  
amour  
dans ton corps  
écrin de velours.

Que c'est beau et bon,  
la douceur est sans nom,  
la douceur n'a pas d'heure,  
la douceur a ton nom  
Dosita,  
merci d'être là Dosita.

§§§

## La St-Jean

Un long congé  
fête du Québec,  
personne travaille  
jusqu'au mardi.  
Pis on est donc ben,  
l'école, la job finies.  
Tout le monde ensemble,  
les parents, les amis,  
on fête les habitants d'ici.

Travaillons  
pour ce qu'on a besoin,  
pas pour être plus riche  
que le voisin.  
Dans le fond,  
suffit de faire le pas  
qui fera de nous  
des géants de cœur.  
Nos vies et nos amours,  
fêtons !  
Fêtons l'énergie  
qui nous meut.  
Fêtons l'eau  
au fond de nos gosiers.  
Fêtons la caresse du soleil.  
Fêtons les femmes,  
fêtons les hommes.  
Fêtons  
nos pouvoirs de magie.

§§§

# Québec

## **Toi agriculteur**

Toi l'agriculteur  
de Saint-Michel,  
je te rencontre au dépanneur.  
Ta femme et tes enfants  
t'attendent dans le camion.  
Je te vois,  
les mains sales,  
fatigué, fatigué  
de tes longues journées  
de travail.  
Je suis fier de toi,  
agriculteur de St-Michel.

Aujourd'hui, c'est ta fête,  
Bonne Fête !  
Une fois de plus,  
la nature a été généreuse  
cette année,  
la générosité de la terre  
c'est la générosité de Dieu.  
Au nom de ceux  
qui jouissent des produits  
de la terre,  
je veux te dire : Merci !  
Merci de tes efforts  
au travail.  
Les efforts que tu fais,  
c'est Dieu qui les fait  
à travers toi.  
Ton travail,  
c'est une manifestation  
de Dieu,  
parce que tu le fais  
pour les autres.



Bientôt,  
le travail va diminuer.  
Prends le temps  
de te retrouver,  
toi avec toi,  
toi avec ta famille,  
toi avec Dieu.  
Prends le temps de cultiver  
ton jardin intérieur.  
Prends le temps  
de voyager  
au Québec pis ailleurs.  
La terre est grande  
et il y a tellement  
de monde à aimer !

§§§

## **Je me souviens !**

Je me souviens  
de ceux et celles  
qui font l'agriculture  
à Saint-Michel !

L'automne venu,  
c'est le temps de labourer ;  
quand l'hiver va arriver,  
des gars de Saint-Michel  
vont aller « à la neige »  
pis « su l'huile »  
pour travailler.

Printemps venu,  
c'est le temps de herser,  
de mettre de l'engrais  
pis des algues marines  
pas trop, pas trop.  
Vient le temps de semer,  
ça pousse avec le soleil.  
Vient le temps d'arroser  
avec des herbicides,  
fongicides pis des pesticides.  
pas trop, pas trop, pas trop.  
À quatre pattes,  
c'est le temps de sarcler,  
à quatre pattes  
il faut que ça sarcle.

Pis vient le temps de récolter  
pis d'aller au marché  
pour vendre les produits  
de la terre,  
tout ça pour passer  
des beaux automnes,  
des beaux hivers,  
des bouts au Québec,  
des bouts dans le Sud,  
en Floride, au Mexique,  
en Republica Dominicana.  
À 7, on coupe les choux  
1-2-3-4-5-6-7  
on coupe les choux !

§§§

## **Festival 1984**

Festival des légumes,  
c'est un bel après-midi  
de septembre.  
On est tous rassemblés  
dans la joie et l'harmonie  
à Saint-Michel archange.  
Sortez vos ailes,  
voilà le pays que j'aime.

§§§

## **Au jour de la Saint-Jean**

Je vis mon pays intérieur.  
Je lui donne sa beauté.  
Je le rends beau.  
Au jour de la Saint-Jean,  
je te l'offre en cadeau  
pour faire beau  
le pays extérieur.  
La beauté de mon pays intérieur  
est ma contribution  
à la beauté du pays extérieur  
en ce jour de la Saint-Jean.

§§§

## **L'approche**

C'est l'approche,  
sur son cheval,  
de l'étoile cosmique  
qui vient nous annoncer  
le solstice d'été  
des 3 jours de la Saint-Jean.

Dans le grand trou noir  
de la nuit  
où la lune est suspendue,  
je vois Saint-Jean-Baptiste.  
Il est accompagné  
de son mouton cosmique.  
Il approche dans la nuit,  
guidé par une étoile,  
vers le village  
situé au milieu des terres  
les plus fertiles du Québec.  
Voilà le pays que j'aime,  
Jean-Baptiste crée la beauté  
et l'harmonie entre nous.  
C'est la fête,  
c'est la fête de la Saint-Jean.  
Je me souviens !

§§§

## Noël 84

Noël

fête le retour de la lumière,  
la venue

de l'homme cosmique.

Beaucoup d'avatars  
dont Jésus et Pythagore  
sont dits être nés  
autour du 25 décembre.

L'arrivée  
de l'homme de lumière !

Dans l'ancien temps,  
durant les 5 jours de trop  
du 25 au 31 décembre,  
c'était fou

c'était la licence  
et l'inversion  
des rôles sociaux,  
la fête où tout est permis  
dans l'amour.

Le Père Noël (Santa Claus),  
c'est le vieux

Saturne-Cronos.

Le Dieu du temps  
vient faire son tour,  
il est tiré par 6 rennes  
au nez rouge

qui sont des psychopompes.

Les rennes,  
comme les chevreuils,  
aident les âmes à aller  
dans l'au-delà.

Le Père Noël  
vient chercher le vieux  
et donner du nouveau :  
les étrennes symbolisent  
ce que l'on essaie  
pour la première fois.

Un cadeau,  
c'est ce que l'on veut  
que quelqu'un développe,  
ce qu'on lui souhaite  
pour le cycle  
qui commence.  
Le plus beau cadeau,  
c'est de se donner  
soi-même  
à ceux qu'on aime.  
Noël,  
fête de famille heureuse.

§§§

## **Environnement**

La terre est notre amie,  
il faut en prendre soin  
pour permettre  
à notre regard physique  
de voir ce qu'il y a  
de beau autour.

Faut prendre soin  
de l'environnement,  
les arbres sont importants  
pour la qualité de l'air.  
Planter des arbres  
en sacrement,  
ne pas envoyer de la merde  
dans nos beaux étangs.

Que l'environnement  
intérieur  
de chacun de nous,  
oui,  
que notre âme  
soit aussi belle en-dedans  
que la nature  
est belle autour.

§§§

## Enfants du Québec

Y a des enfants  
qui sont battus.  
Y a donc des adultes  
qui battent des enfants.  
Faut-il que tu sois malade  
dans ta peau  
pour faire ça ?  
On envoie une onde  
à tous ceux  
qui battent des enfants,  
une onde amoureuse.  
Donne-leur des becs  
au lieu de leur donner  
des claques.  
Nous faisons partie  
de l'association  
des enfants aimés  
du Québec,  
l'association des enfants  
les plus dorlotés,  
choyés, collés, caressés.  
Je te donne  
un petit bec sur le nez,  
je t'en donne un  
dans le cou.

§§§



## **Avec en vue le référendum du 30 octobre 1995**

Le Québec va-t-il se dire  
oui ou non à lui-même ?  
Moi, je me dis  
oui à moi-même.  
Je dis oui au Québec,  
je dis oui au présent  
et j'accepte ceux et celles  
qui disent non,  
le non permet le oui  
dans le jeu de la démocratie.

Si le Québec se dit oui,  
ça va nous permettre  
de construire un pays  
à la grandeur de nos vies,  
un tout petit pays  
à la grandeur de nos vies.  
Un pays content  
dans son acceptation  
du goût du changement,  
un pays d'accomplissement  
à la grandeur de nos vies.  
Passer du rien  
de nos « p'tites vies »  
à la volonté consciente  
de la grandeur de nos vies.  
Ô Québec notre pays !

§§§

### **D'ouvrage**

C'est ben plus d'ouvrage  
de chercher de l'ouvrage  
que de faire  
l'ouvrage elle-même.  
Faire l'ouvrage,  
c'est le fun  
quand t'es à ta place  
pis que tu aimes  
tout le monde autour.  
Mais chercher de l'ouvrage,  
négocier de l'ouvrage,  
ça c'est de l'ouvrage.  
Être pigiste...  
c'est de l'ouvrage.

§§§

## **Les assistés sociaux au Kébèk**

Je pense actuellement  
aux assistés sociaux.  
Il y en a 800,000 au Kébèk  
et 400,000 chômeurs.  
Ces gens-là sont très isolés.  
Ce que je souhaite  
en ce printemps 97  
c'est qu'on brise l'isolement  
de ces gens-là :  
qu'ils puissent se rencontrer  
dans leurs villages,  
leurs quartiers  
en mettant en commun  
leurs talents  
pour qu'enfin  
avec l'énergie créatrice,  
ils arrivent à se créer  
des emplois  
dans l'économie sociale  
ou autrement.

Il y a beaucoup de besoins  
non satisfaits  
dans notre pays  
et pour des raisons syndicales  
et des raisons technologiques  
qui font disparaître des jobs,  
on n'arrive pas à ce que  
tout le monde soit occupé,  
se sente valorisé et utile.  
Il faut se rencontrer  
pour arriver  
à ce que les projets  
de nos créations,  
de nos inventions  
se développent  
et prennent de l'ampleur.  
C'est le temps de l'année  
pour le faire,  
c'est le printemps que  
ça se passe au Québec.

§§§

## **Incantation pour allumer le feu de joie du 24 juin 2000 à St-Rémi**

À soir,  
on fête les gens de la place.  
On fête surtout les gens  
de chaque famille  
de notre municipalité.  
Saint-Rémi est composée  
de centaines de familles.  
Ça fait 170 ans cette année  
que Saint-Rémi a été fondée.  
Il y a de grandes familles  
qui y sont venues  
et qui sont encore ici.  
Ce soir, on va les saluer.  
On va faire descendre  
l'Esprit de chaque famille.  
On appelle l'Esprit  
de nos grands-parents,  
de nos arrières  
grands-parents,  
on veut les avoir  
avec nous autres  
pour le feu de la Saint-Jean.  
On va appeler l'Esprit  
de notre famille.  
ensemble :  
« 1, 2, 3. » Potvin !  
Maintenant, on va appeler  
l'Esprit de la famille  
de notre mère.  
À trois,  
on va crier le nom de famille  
de notre mère :  
« 1, 2, 3. » Lazure !

Ce soir on fête  
avec les gens de notre région.  
On salue les gens  
de la Montérégie  
et de toutes les régions  
du Québec.  
Le Québec  
salue les habitants  
des communautés  
francophones  
de par le monde.  
Le Québec  
salue  
les habitants de la Terre,  
nos frères humains planétaires.  
Que l'Esprit de Gaïa,  
notre planète Terre  
soit en paix  
et en joie maintenant.  
En paix le monde animal,  
végétal, minéral.  
Ce sont les jours  
les plus longs de l'année,  
solstice d'été.  
La lune est en bélier,  
Le soleil est en cancer,  
C'est la fête du soleil.  
Que l'astre solaire  
nous caresse de sa chaleur  
chaque jour.  
Que la pluie du ciel  
soit un peu avec nous  
chaque nuit.  
Que la lune  
rythme la cadence  
de nos vies  
en toute harmonie.  
Que Vénus remplisse  
notre cœur d'amour,  
de beauté maintenant.  
Que la force de Jupiter  
apporte à chacun  
l'abondance dans le respect  
de toutes les formes de vie.

Qu'Uranus  
nous fasse vibrer  
à la communication heureuse  
et que Saturne, Mercure,  
Mars, Neptune et Pluton  
nous aident à faire de la terre  
une place où il fait bon vivre  
tout le temps.  
J'appelle  
toutes les forces blanches,  
toutes les forces de lumière  
et d'amour  
à descendre sur nous,  
maintenant.  
J'appelle AGNI, BRAHMA,  
ZEUS, ORPHÉE,  
AMPHION, BABAJI,  
le vieux Dieu aztèque  
HUÉ HUÉ TOTL,  
le grand Esprit de Kahnawake  
et JÉSUS.

Que vienne  
SAINT-JEAN BAPTISTE  
accompagné  
de ses doux moutons...  
ils s'approchent de nous,  
ils sont là.  
On approche du feu  
de la Saint-Jean.  
Est-ce que vous êtes prêts  
à ce qu'on allume le feu  
de la Saint-Jean ensemble ?  
Que tout le monde ici  
ce soir allume le feu de joie  
pour que la joie rayonne  
pendant un an  
ici à Saint-Rémi et partout.  
Le feu de la Saint-Jean  
est un feu qui illumine.  
Ensemble à trois,  
on va dire :  
« que le feu  
de la Saint-Jean s'allume. »  
On compte ensemble :  
« 1, 2, 3, que le feu de la Saint-Jean s'allume ! »

Maintenant,  
que le feu de joie brûle,  
utilisons  
sa puissance de lumière.  
Que chacun imagine  
qu'il tient dans sa main  
un morceau de bois  
(un 2x4,  
bois de recyclage).  
Pensons à un rêve, un vœu,  
un souhait pour soi,  
le Kébèk et le bien du tout  
pour l'année qui vient.  
Maintenant,  
au compte de trois,  
nous allons lancer  
notre morceau de bois  
dans le bûcher  
et notre vœu va se réaliser.  
On compte ensemble  
« 1, 2, 3. »  
et on lance  
notre morceau de bois  
imaginaire.  
Je souhaite  
que le pays du Kébèk  
soit amoureux, écologique,  
coopératif, communautaire,  
créatif.  
Un pays où l'on chante  
avec nos cœurs  
les arbres et les plantes.

Feu, feu, joli feu,  
ton ardeur nous réjouit,  
Feu, feu, joli feu,  
monte dans la nuit,  
purifie et réjouit.  
Illumine nos vies,  
soleil de la nuit.

Si vous en avez le goût,  
rapprochez-vous du feu  
pour vivre sa beauté  
et sa chaleur.

§§§

# Témoign

## Témoignage sur l'essentiel à l'église de St-Rémi le 20 octobre 1982

Témoigner, prendre parole  
pour dire ce qu'on pense,  
ce qu'on est  
devant ceux qu'on aime.  
Témoigner sur l'essentiel ;  
l'essentiel, la vie intérieure,  
ce qui fait  
qu'on est rattaché à Dieu  
et comment  
dans mon cas  
je vis cette relation  
avec Dieu,  
c'est de ça  
dont je veux témoigner.



Je me rappelle  
qu'à l'âge de cinq ans,  
j'ai eu l'impression  
que la lumière  
s'était allumée.  
J'ai pris conscience  
que les autres  
étaient différents de moi,  
que j'avais  
un chemin personnel à faire  
et en même temps,  
que ce qui me liait  
aux autres  
c'était l'amour.  
Là, comme tout le monde,  
j'ai connu la famille,  
l'école, certains amours,  
le travail, tout ça ;  
j'ai vécu  
d'une façon amoureuse  
mais assez insouciant  
des choses de l'au-delà.  
Puis, à un moment donné,  
au début des années 70,  
j'ai senti comme une faim  
« intérieure »,  
une faim plus grande  
que celle que  
nos simples sens  
nous envoient.

« Comme une faim intérieure  
qui n'arrête pas de crier sa faim.  
Plus je mange, plus j'ai faim,  
faim du plus être  
vécu à chaque instant,  
faim de partager l'essentiel  
avec tout le monde. »

Ça a commencé par  
la méditation transcendantale.  
C'est un son qu'on répète  
quinze minutes le matin,  
quinze minutes le soir.  
Ce son-là nous apporte  
une paix et en même temps  
nous relie avec le divin.

J'ai fait cela pendant un an,  
un an et demi.  
À un moment donné,  
j'ai découvert  
une autre façon de méditer :  
le silence.  
Arrêter  
complètement de penser.  
Le silence, ça a été  
la plus grande découverte  
de ma vie,  
parce que, quand on arrête  
complètement de penser  
l'énergie de Dieu,  
l'énergie cosmique  
entre en nous consciemment  
et ces moments privilégiés  
qu'on vit pour laisser entrer  
l'énergie de vie,  
ce sont vraiment  
les moments  
les plus importants.

Vous savez,  
je fais partie  
de la génération de ceux  
qui ont fait l'expérience  
de la drogue  
et ce soir,  
je voudrais en parler  
parce que moi-même  
je l'ai expérimenté.  
La drogue,  
c'est un amplificateur.  
Si t'es une personne  
qui a des problèmes,  
des psychoses pis  
que ça va mal dans ta vie  
et que tu consommes  
de la drogue,  
là ça va devenir  
encore plus gros,  
ça va amplifier le problème.

Par contre, je dois à la vérité  
de dire que si tu es  
dans un état de relatif  
bien-être intérieur,  
que tu tentes l'expérience  
comme une expérience  
et non pas  
comme une habitude,  
il est possible  
de découvrir  
une certaine joie,  
un certain bien-être  
qui peut même te relier  
à ce qu'il y a  
de plus beau dans l'univers  
et peut te faire  
vivre l'harmonie,  
c'est à dire la conscience  
de la beauté du monde  
et toi-même comme faisant  
partie de cette beauté.  
C'est sûr que,  
quand une personne  
découvre la vraie prière,  
la méditation,  
comme moi,  
je l'ai découverte,  
elle n'a plus besoin de drogue  
à ce moment-là.  
Je n'en utilise plus  
parce que maintenant  
j'ai découvert des moyens naturels  
et plus sains de me relier  
au divin.  
Mais il ne faut pas en vouloir  
à ceux qui, dans leur vie,  
tentent cette expérience-là,  
il faut essayer  
de les comprendre.

Il y a des êtres qui sur la Terre  
me comprennent beaucoup  
et pour qui  
j'ai beaucoup d'amour,  
ce sont les femmes.  
J'aime beaucoup les femmes,  
elles m'ont aidé à apprendre  
et à connaître  
ma femme intérieure.  
Dans chaque homme,  
il y a une femme  
et dans chaque femme  
il y a un homme.  
Les femmes sont là  
pour les hommes,  
pour les aider à connaître  
leur propre femme intérieure.

Un autre moyen  
que j'ai expérimenté  
pour me connaître  
et me rapprocher du divin,  
c'est le jeûne.  
Au moment où je vous parle,  
ça fait une journée  
que je jeûne  
dans un état  
de grande réceptivité.  
Il n'y a pas seulement  
la nourriture  
qui nourrit.  
Le soleil, l'air,  
les vibrations positives  
de ceux qu'on aime  
sont de l'énergie  
qui nous donne de la force.  
Le fait d'être vide  
à l'intérieur  
nous aide à accueillir  
les vibrations qui viennent  
de l'au-delà.  
C'est un état vraiment  
extraordinaire de bien-être  
quand on jeûne  
avec le sourire.  
Il ne faut pas prendre  
le jeûne avec difficulté,  
ce n'est pas difficile de jeûner  
quand on est décidé,  
c'est facile et  
c'est bon pour le corps,  
ça fait reposer  
le système digestif ;  
on voit de façon plus intense,  
on pense plus clairement.

« Et moi, je jeûne, toujours  
à la recherche  
de la lumière qui éclaire  
la voie du destin ;  
immobile,  
au centre de moi-même,  
je rêve- réalise  
ma pureté physique  
et psychique.  
Je laisse l'infini inconnu  
me pénétrer ;  
mes yeux brillent de la joie  
de celui/celle qui a fait  
se rencontrer la beauté  
intérieure/extérieure. »

J'ai appris beaucoup  
avec la souffrance.  
La souffrance,  
ça fait partie de la vie  
de tout le monde.  
Je pense qu'on ne peut  
passer à côté.  
Tout être humain,  
à un moment donné  
de sa vie,  
souffre de maladie,  
du détachement obligatoire  
avec un être aimé,  
de problèmes que lui  
ou d'autres ont autour.  
La souffrance est présente  
dans nos vies  
et je pense qu'il ne faut  
pas se pousser  
de la souffrance,  
au contraire,

« aller jusqu'au bout  
de l'angoisse  
juste pour voir le bout,  
sentir la souffrance  
s'installer en moi,  
lui faire de la place,  
la laisser me ronger,  
me couper à vif  
dans le cœur,  
apprendre la douleur  
par cœur. »

La constante  
de ma vie d'homme,  
c'est le changement.  
J'ai expérimenté  
beaucoup de situations,  
j'expérimente  
beaucoup de moyens  
pour essayer de me connaître  
et me rapprocher du divin.  
Le changement  
est tout le temps là  
et il est favorable.  
J'essaie tout le temps  
de m'ouvrir à moi-même  
et d'accepter que  
quand quelque chose est fini,  
de ne pas être triste de ça,  
au contraire être joyeux,  
parce qu'il y a quelque chose  
de nouveau qui s'en vient.

« Créer l'ailleurs  
au-dedans de moi.  
Faire de la place  
pour y faire entrer  
un monde , un autre monde ;  
je suis prêt à muter,  
à changer une autre fois,  
aller de l'avant  
vers un autre destin inconnu,  
incarner l'amour  
sous d'autres formes.  
Tout me tient,  
rien ne me retient,  
l'inconnu fait partie  
de mon destin,  
le changement  
est inhérent à ma vie. »

Puisse mon témoignage  
monter avec vous,  
dans l'extase  
au pays des rêves.



Achévé d'imprimer en juin 2005  
chez Ginette Nault et Daniel Beaucaire  
à St-Félix-de-Valois, Québec

## **Extrait de la préface**

**Je** vous souhaite, à vous lecteurs,  
l'apaisement, le baume, le rire,  
la lumière.

Que chacun des mots soit reçu  
par le cœur  
puisque c'est lui  
qui nous lie tous à la Vie!



**Claire Brûlé**

## **Commentaire d'une amie, première lectrice...**

**J'**ai apprécié la lecture...  
ce livre a laissé en moi  
le goût du voyage,  
la chaleur du soleil,  
un vent de fraîcheur  
sur le parcours de la vie.

**Irène Caza**