Les Rencontres Mikana

—

Être Anishinabe

VIDÉO #1 - 2021

PDF à télécharger

Être Anishinabe

Marie-Josée Tardif et Dominique Rankin

Ainés de la tradition algonquine, fondateurs de Kina8at

Marie-Josée Tardif et T8aminik Rankin sont reconnus comme “aînés” dans la tradition algonquine du Canada. Ils sont les cofondateurs de Kina8at-Ensemble, un organisme à but non lucratif voué à la transmission des cultures autochtones. Leur rôle de passeurs de culture les conduit aux quatre coins du monde, au sein de différents comités internationaux, mais aussi auprès de ceux qui souhaitent bénéficier de l’extraordinaire richesse de leurs traditions millénaires.

Merci d’avoir téléchargé ce document qui est une ressource tirée du mini-parcours des Rencontres Mikana. Vous trouverez dans les pages suivantes un résumé de la première partie «Être Anishinabe», l’exercice «L’Anishinabe en moi» et un témoignage d’une personne ayant cheminé avec Kokom et Chomis depuis quelque temps déjà.

Être Anishinabe

Découvrez le parcours de **Dominique Rankin** et **Marie-Josée Tardif**, désignés comme «aînés» dans la tradition des Algonquins du Canada.

Né dans la forêt, au sein d'une famille de 18 enfants, Dominique a connu le mode de vie nomade de ses ancêtres, avant d'être placé de force dans un pensionnat indien, où il vivra de terribles épreuves. Son chemin de guérison extrêmement puissant est aujourd'hui une source d'inspiration partout dans le monde.

Marie-Josée, quant à elle, a connu une carrière professionnelle de plus en plus prestigieuse en tant que journaliste, avant que sa vie ne bascule en 2007. Un changement de cap complètement inattendu s'est imposé quand les aînés algonquins lui ont demandé d'entrer sur le long chemin de la médecine traditionnelle.

Dans la première partie du mini-parcours offert, vous avez découvert ce que signifie le mot «**Anishinabe**»: un enseignement très profond qui nous invite à être vrai et ainsi, **apprendre à s'aimer**.

Réflexions sur l'Anicinape en moi

Comment me rapprocher de l'anicinape (prononcer anishinabé) en moi?

Comment être un humain authentique, en harmonie avec la nature, mais aussi avec ma propre nature?

Quand nous jouons un rôle dans l'espoir de mieux paraître, quand nous portons un masque par peur de déplaire, nous ressentons une impression de vide ou bien nous étouffons dans ce personnage qui n'est pas nous.

Souvent, nous nous cachons derrière un comportement, dans l'espoir d'obtenir de la reconnaissance, nous protéger des autres ou augmenter notre estime de nous-mêmes. Et que dire de notre propension à performer, à tout donner de nous-mêmes ou à toujours courir... après quoi au juste?

Toutes ces facettes de nous-mêmes sonnent faux et quand nous nous arrêtons, nous le sentons bien. Cela nous maintient dans la frustration, la perte de sens et finit par nous épuiser.

Si vous vous reconnaissez dans ces multiples symptômes, il est peut-être temps de vous mettre un peu sur «pause» et faire un bout de chemin à l'intérieur?

Être Anishinabe

Pistes de réflexion

- «S'aimer soi-même, c'est se dire la vérité à 100% en tout temps, à soi-même et à l'autre.»
- Que soulève cette phrase en moi?
- Ai-je du mal à me montrer tel que je suis?
- Ai-je du mal à affirmer ma vérité, telle quelle, en toute simplicité?
- Et d'abord, suis-je vrai avec moi-même?
- Suis-je à l'écoute de qui je suis, de mes besoins, de mes ressentis?
- Quelles sont les nourritures auxquelles mon cœur et mon âme aspirent? Est-ce je me les donne?

Être Anishinabe

L'homme anicinape et la femme anicinape (anicinape-ikwe) vivent en harmonie avec la nature et leur propre nature, dans la complémentarité.

Exercice révélateur

1. Qu'évoquent pour vous l'esprit du masculin et du féminin? Laissez votre côté intuitif vous guider dans la réponse à cette question.

2. Prenez le temps de vous asseoir avec une grande feuille de papier et des crayons, et dessinez le féminin en vous, puis le masculin en vous. Ne vous posez pas trop de questions. Laissez monter la réponse à travers le dessin.

3. Comme c'est le cas avec l'univers des rêves, le dessin fait appel au langage des symboles et des métaphores, un langage extrêmement important dans les traditions autochtones.

4. Une fois les dessins réalisés, prenez un peu de recul, puis voyez ce qu'ils vous enseignent. Voyez ce qui appelle à la guérison, à la transformation.

Confiez cet appel à la transformation à « la partie en vous-même plus grande que vous-même ». Toute demande spirituelle sincère sera toujours entendue...

Être Anishinabe

«Ça fait plusieurs années que je fais des stages avec Dominique et Marie-Josée et les enseignements m'ont vraiment permis de **revenir à l'essentiel**, de revenir à moi-même pour voir comment je vais chaque jour. J'ai compris quand incarner l'énergie de la tortue et du repos, ou [l'énergie] de la guerrière qui est en mouvement. Je peux regarder tout ce qu'il y a autour de moi avec un amour inconditionnel et voir l'unicité entre chacun de nous. Les enseignements m'ont aussi permis de comprendre l'équilibre entre donner et recevoir. Et puisque je fais mes études en psychologie, je vois bien la nécessité de **faire de la place à ce qui se passe dans le coeur, à notre intuition**, à notre ressentie... Grâce à ce que j'ai appris avec Dominique et Marie-Josée, j'intègre ces principes dans le cadre de mon travail.»

Elena Grilli-Cadieux

Les Rencontres Mikana

Pour rejoindre la discussion autour du lancement des Rencontres Mikana, ***cliquez ici!***

Pour en savoir plus sur les Rencontres Mikana, rendez-vous sur **www.lesrencontresmikana.com**