

# L'orignal et l'écureuil



Il était une fois, dans une contrée pas si lointaine, un orignal qui vivait paisiblement. Il s'était lié d'amitié avec un écureuil après que celui-ci lui eut demandé de l'aide pour déménager. L'orignal, tout fier qu'on lui

demande un service, s'attachait vite au petit écureuil qu'il trouvait bien sympathique. Il avait pitié de lui parce qu'il était tellement petit et démuné.



Avec le temps, leur amitié prit une drôle de tournure: l'écureuil avait de plus en plus besoin de l'orignal et multipliait toujours ses demandes. Il se permettait même de critiquer l'orignal qui n'était pas capable de dire non.

Un jour, alors que l'orignal en avait ras le panache des agissements de l'écureuil, il alla se promener dans le bois, dans un secteur où il n'était jamais allé.

Alors qu'il marmonnait entre ses dents: «Ah le saperlipopette d'écureuil, lui et ses demandes : J'ai besoin de ci...j'ai besoin de ça, veux-tu m'emmener? Ça ne finit jamais!!! Damné écureuil!!!»

Tout à coup, il entendit une voix près de lui: «Mais qu'y a-t-il l'orignal, qu'est-ce qui te met dans cet état?» Il chercha qui pouvait bien lui parler mais ne vit personne... Par contre, juste devant lui il y avait un arbre superbe, qu'il n'avait jamais vu, et pour cause; Il n'existait nulle part ailleurs.

C'était un arbre magique, qui possédait la force, la puissance et la sagesse du chêne, mêlées à la souplesse et la finesse du noyer. On l'appelait le Grand Chayer... et il parlait!!

Lorsqu'il sortit de sa torpeur, l'orignal raconta ses misères au grand Chayer. Ah je vois, répondit l'arbre, tu es pris dans le triangle du sauvetage. L'orignal se gratta longuement le panache...euhhhh Triangle?....



Sauvetage...?

Le grand Chayer, qui était très patient, prit le temps de tout expliquer à l'orignal. Après plusieurs heures de dur labeur il conclut: «tu vois, tu te comportes en sauveur. Comme tu ne te permets pas de dire non, tu

maintiens l'écureuil dans son impuissance, c'est pourquoi il a toujours besoin de toi et devient ton bourreau.»

C'est ça dit l'orignal, un bourreau, c'est bien ce qu'il est ce méchant écureuil, un bourreau!!! «Teuh teuh teuh» dit le grand Chayer, un instant, il

*ne serait pas bourreau si tu ne le laissais pas faire. Tu dois apprendre à t'affirmer.*

*Et je fais ça comment?*

*Tu vois, il y a 13 éléments de l'affirmation. Viens me voir chaque jour et je te les enseignerai.*

*Ce sont des formules magiques, questionna l'orignal?*

*«Ah l'orignal que tu es drôle» s'exclama le grand Chayer, et il fut pris d'un grand rire qui fit danser ses belles feuilles et fit un peu trembler la terre. Bien sûr que non, ce ne sont pas des formules magiques, ce sont des comportements à adopter qui te permettront de mettre tes limites et, par ricochet, permettront à l'écureuil de reprendre son pouvoir personnel. Je te donne les 3 premiers éléments. Commence par ça et reviens me voir pour la suite:*

- 1 -S'exprimer au «Je»,*
- 2 -Donner son opinion,*
- 3 -Faire une demande claire.*

*Évidemment, il fallut plusieurs heures d'explications mais l'orignal repartit satisfait. Il mit bien de la bonne volonté à appliquer ces consignes et s'expliquait au fur et à mesure avec l'écureuil qui ne la trouvait pas toujours bien drôle mais faisait de son mieux.*

*L'orignal visitait régulièrement le grand Chayer et continuait son évolution.*

*Ainsi il apprit petit à petit à, exprimer ses sentiments*

*ou un refus, recevoir un compliment, mettre ses limites et se faire respecter.*

*Bien sûr, ce ne fut pas facile de refuser une impolitesse et penser à ses intérêts personnels. Il mit bien du temps à faire respecter ses droits et négocier sans perdant mais avec le temps, il réussit et à la fin, il se permettait de se retirer quand la situation l'imposait.*

*Bien de l'eau avait coulée au pied du grand Chayer quand, enfin, l'orignal et l'écureuil, liés désormais par une amitié profonde et respectueuse, vinrent pique-niquer à ses pieds. Ils rigolaient et se remémoraient toutes les péripéties de leur cheminement. Le grand Chayer les regardait et les écoutait avec bienveillance et fierté en se répétant le grand Mantra qui faisait sa sagesse: Coopération, Forces, Action!!!*



*Lucie Fecteau,  
Intervenante Mirépi maison d'hébergement*