

Porte-Parole

Épisode 14 - Nicole Bordeleau : trouver la paix intérieure

[Jean-Marie] Salut, ici Jean-Marie Lapointe, bienvenue à l'émission « Porte-parole » sur les ondes de canal m par cette émission on veut vous toucher, vous inspirer et vous partager la démarche personnelle et intime de notre invité, découvrir le sens de sa vie et du but de son existence à travers son rôle de porte-parole. Le grand Victor Frankl disait : « L'important n'est pas ce que nous attendons de la vie, mais ce que nous apportons à la vie. Au lieu de se demander si la vie a un sens, il faut s'imaginer que c'est à nous de lui donner un sens à chaque jour et à chaque heure. » Et j'ai avec moi Nicole Bordeleau. Garde-toi la face.

[Nicole] Oui je suis ravie d'être là, je pense que ça paraît, je suis ravie d'être avec toi, vraiment merci.

[Jean-Marie] C'est du bonbon, notre boss Philippe Lapointe quand il a su que tu étais là, il a dit : « Je médite avec toi. », il aime ta voix, il aime tes conseils. C'est beau de se faire dire ça hein ?

[Nicole] Ah ça me touche parce que quand on propose des méditations, c'est un océan. Il y en a tellement puis toutes sont valables et toutes sont différentes alors on jette une bouteille à la mer, mais on ne sait pas où elle va atterrir puis si ça va être reçu ou quoi que ce soit donc d'entendre ces commentaires, pour moi c'est toujours plaisant, ça fait du bien.

[Jean-Marie] Toujours hein ? Parce que tu en reçois des tonnes, que ce soit par courriel, texto, les pages Internet, Facebook, tu en reçois des beaux commentaires comme ça.

[Nicole] Oui, mais je ne prends pas ça pour acquis, je ne prends rien rien rien pour acquis. Peut-être que j'en parle souvent, mais ça a été tellement un tournant décisif dans mon existence, la maladie a été un immense professeur pour moi, elle m'a

accompagné, si je peux utiliser ce terme pendant 30 ans, c'est trois décennies puis elle m'a appris que chaque jour peut être un copié-collé d'hier mentalement, mais si tu t'ouvres, c'est différent. Alors il n'y a rien que l'on peut prendre pour acquis parfois je l'oublie, mais très vite il y a quelque chose ou quelqu'un qui me le rappelle.

[Jean-Marie] On l'oublie parce qu'on est quand même mortel.

[Nicole] Puis qu'on est conditionné.

[Jean-Marie] Ah ouais, on est des humains, mais aussi je dis souvent que le cadeau mal emballé de la mort c'est de nous ouvrir les yeux à la vie.

[Nicole] Tellement. Oh tellement, sans la mort la vie n'aurait pas le même sens, ne serait jamais aussi précieuse, aussi fragile, aussi unique puis aujourd'hui dans notre monde où de nombreuses vies sont sacrifiées pour des idéaux qui sont questionnables très souvent au nom de toutes sortes d'idéologies, de dogmes, ben on oublie que chaque vie humaine est tellement rare et précieuse.

[Jean-Marie] Ouais.

[Nicole] Donc voilà, oui.

[Jean-Marie] Mais on parle de la mort qui nous éveille moi une des belles phrases qui vient de Marie de Hennezel qui disait que : « La mort ferme les yeux du mourant, mais ouvre ceux du vivant. » On peut dire la même chose de la souffrance et de la maladie.

[Nicole] Oui.

[Jean-Marie] Ça un potentiel d'éveil.

[Nicole] Ah oui, absolument puis moi je ne dirais pas j'ai appris parce que je suis en apprentissage constamment, mais à faire une distinction entre la douleur qui nous approfondit en tant qu'être humain, la douleur nous pousse dans des profondeurs puis dans des limites qui très souvent on croit qu'on ne pourra pas y arriver, mais il y a quelque chose qui nous sous-tend là-dedans, il y a quelque chose qui nous accompagne. Mais pour moi la souffrance elle est synonyme de résistance.

[Jean-Marie] C'est quoi la différence, la nuance entre douleur et souffrance selon ton dictionnaire ?

[Nicole] Pour moi dans ma vie à moi, la douleur c'est quelque chose qui est ressentie, qui est incarnée, quelque chose qui appartient au corps, quelque chose qui appartient au chagrin, à une perte. La souffrance c'est tout ce que je rajoute comme résistance à cette douleur et qui là est ruminée par mon mental tu vois qui vraiment devient un enfermement puis un repli sur soi où tu te perds dans des pourquoi ? Pourquoi ? Pourquoi ? Pourquoi moi ?

[Jean-Marie] Celle-là est inévitable, on pourrait s'éviter de s'auto-infliger cette souffrance alors que la douleur humaine, les peines d'amour, les douleurs physiques, les douleurs peu importe, ça c'est inhérent à notre vie d'être humain.

[Nicole] Oui peu importe qui nous sommes. Même si tu tiens sur la tête 7 jours sur 7, que tu médites 24 heures sur 24 puis que tu manges végan ou quoi que ce soit, la douleur est inévitable, mais la souffrance elle est optionnelle ça c'est certain pour moi en tout cas.

[Jean-Marie] Non, mais j'aime beaucoup ta nuance puis je pense ça peut éclairer les gens qui nous écoutent ou qui nous regardent parce qu'on est capté sur YouTube, j'aurais dû t'avertir pourtant tu es d'une élégance, c'est parfait.

[Nicole] Merci, mais si tu me permets d'ajouter quelque chose qui va peut-être un peu clarifier, moi le « pourquoi » durant la maladie, « pourquoi » durant la traversée d'une dépendance, « pourquoi » face à des pertes, le « pourquoi » je trouve qu'il est humain puis qu'il est nécessaire, c'est un passage obligé. Mais après un certain temps pour moi il me gardait dans l'apitoiement, puis dans la comparaison négativement avec d'autres personnes, pourquoi moi, pourquoi pas eux ? Tout ça, puis je me rappellerai toujours il y a très longtemps durant une nuit blanche, au cœur d'une nuit blanche, il y a comme une voix à l'intérieur de moi ou une sensation à l'intérieur de moi qui m'a dit : « Ne demande plus "comment", ne demande plus "pourquoi" pardon, demande "comment" » Ça a vraiment changé ma vie, j'ai changé mes « pourquoi » en « comment » puis je n'ai pas plus de réponses à mes « comment », mais j'ai l'impression de participer.

[Jean-Marie] Mais c'est beau ça.

[Nicole] J'ai l'impression de participer à ma guérison, à ma transformation, il y a des matins que je me lève je me dis : « Comment je vais faire aujourd'hui pour vivre cette journée-là si j'ai des douleurs ou si j'ai des doutes, si j'ai des peurs montre-moi comment. »

[Jean-Marie] Puis tu sais à force de se concentrer sur le « comment » et moins sur le « pourquoi », on crée un espace pour justement comprendre le « pourquoi ».

[Nicole] Ah oui, c'est vrai je n'avais pas vu cet angle-là. Oui absolument puis on s'attire des gens qui vont nous montrer, qui vont nous inspirer dans le « comment » aussi.

[Jean-Marie] Écoute nous ça fait plusieurs décennies qu'on se côtoie, on a affiné notre amitié, notre relation puis je pourrais dire, je vais me lancer des fleurs, mais on a une forme d'admiration mutuelle parce qu'on grandit ensemble et en parallèle on a beaucoup d'amis en commun puis on a des démons qui se ressemblent aussi. Mais j'ai envie de te poser la question qu'on me pose souvent moi , est-ce que la

mission humanitaire dans laquelle tu marines depuis tant d'années, est-ce que tu l'as choisi ou c'est elle qui t'a choisi ?

[Nicole] Ah mon Dieu, c'est une bonne question Jean-Marie. Je ne suis pas certaine que je puisse répondre à cela parce que mon premier souvenir moi j'ai grandi en Abitibi dans un petit village, on a déménagé souvent, 14 fois durant mon enfance, mais à un certain moment on était dans une petite ville, un petit village puis l'église n'était pas très loin puis je m'y arrêtais parce que le silence m'apaisait. Chez nous c'était chaotique, le silence m'apaisait puis je me rappelle d'avoir vu un visage un jour et le visage, la paix que j'ai eue, je n'étais pas capable de le nommer ainsi, mais la paix que j'ai vue sur ce visage de cette religieuse qui a fermé les yeux, je me suis dit : « Elle va où ? » Parce que cette paix-là je ne l'avais jamais vu sur aucun visage, d'aucun adulte de mon entourage. Puis je me suis dit que moi c'est ce que je veux retrouver puis c'est toujours resté avec moi, je l'ai cherché inconsciemment cette paix-là sur le visage, dans les yeux des gens, dans une parole, dans un sourire. Ça va prendre des années avant que je le retrouve, mais je ne sais pas pour répondre à ta question si c'est moi ce jour-là qui a choisi ce chemin-là ou c'est lui qui m'a lancé l'invitation à suivre ce chemin.

[Jean-Marie] « Lui » étant le visage, mais en même temps on est au-delà de la religion, il y avait quelque chose qu'on pourrait appeler quiétude, paix intérieure, lumière.

[Nicole] Lumière, présence.

[Jean-Marie] Présence.

[Nicole] Une présence énergétique, oui, oui.

[Jean-Marie] Et à ce moment-là, est-ce que tu as songé toi-même à épouser une forme de voix spirituelle comme religieuse, comme nonne ?

[Nicole] Oui, moi j'adorais le voile et je fréquentais des religieuses du couvent quand j'étais toute petite et tout ça, mais il y avait une fougue en moi et une rage en moi qui était trop forte, je n'aurais pas pu, il fallait que je vive, il fallait que j'aille au bout de ce chemin.

[Jean-Marie] Rage, colère ou une rage de vivre ?

[Nicole] Les deux. Rage, colère, rage de vivre.

[Jean-Marie] Déjà jeune tu l'avais ça ?

[Nicole] Oui, oui, oui. Ah mon Dieu, oui, mais tellement étouffé parce que dans l'environnement où j'étais ce n'était pas possible de l'exprimer. Mais moi je viens d'une longue lignée de dépendance donc bon ça crée ce que ça crée comme environnement familial. Alors, puis inévitablement moi je vais suivre mon propre chemin dans cette voie-là, mais aujourd'hui je me dis que ça a été comme quelque part une façon de briser le cercle aussi de la dépendance familiale donc voilà.

[Jean-Marie] Il y a un arrêt d'agir dans tes comportements, mais il y a surtout une prise de conscience.

[Nicole] Oui, une prise de conscience qui ne s'arrête pas là, qui doit m'accompagner jusqu'à mon dernier souffle parce que toutes ces zones d'ombre, elles font partie de ma spiritualité c'est elles qui m'ont mené à cette voie-là.

[Jean-Marie] Tu connais la citation de Jean d'Ormesson : « Merci pour les roses, merci pour les épines. »

[Nicole] Tellement.

[Jean-Marie] C'est tellement ce que tu viens de dire toi aussi, tu sais l'ombre et lumière ne font qu'un.

[Nicole] Oui, c'est drôle parce que très souvent les gens croient qu'ils ont à se transformer puis on est dans une société qui nous demande d'afficher une certaine apparence spirituelle puis de croire qu'on va éliminer nos défauts et tout ça puis j'en parlais avec quelqu'un récemment puis je me disais moi je regarde qui fait partie de ce chemin de croissance personnelle depuis 30 ans puis qui publie des livres et qui offre des outils tout ça. Je ne suis pas sûr qu'on va mieux en tant que société parce que il faut dépasser tout ça aussi, parce que le développement personnel, la croissance personnelle c'est essentiel, c'est un passage qui est nécessaire, qui est obligé, mais il nous garde, il nous garde enfermés et repliés sur nous-mêmes parce qu'on travaille constamment sur nous-mêmes. Puis je pense que dans notre monde aujourd'hui il faut ouvrir plus grand, il faut ouvrir pour travailler au niveau humanitaire, pour travailler au niveau sociétal, au niveau communautaire, il faut amener ce qu'on a travaillé dans les 30 dernières années, il faut l'amener à la communauté, il faut l'ouvrir.

[Jean-Marie] Mais ce que tu dis, le grand Matthieu Ricard qu'on a la chance de connaître assez intimement, c'est ce qu'il dit et c'est ce qu'il fait. Son maître Kangyour Rinpoché se retirait comme un ermite pour mieux revenir et partager les fruits de sa démarche intérieure, de ces enseignements donc c'est un peu ce que tu fais, il y a un équilibre entre je dois me retirer dans le silence, méditer et ce qui émane de cette pratique intérieure, je l'écris, je le transforme en livre et en enseignement et c'est là que tu redonnes parce que sinon c'est juste centré sur toi.

[Nicole] Absolument, voilà. Puis je pense aussi que parallèlement il faut que je la mette à l'épreuve ma spiritualité parce que c'est facile chez nous les jambes croisées en silence avec l'encens. D'être spirituel.

[Jean-Marie] Tu n'as pas d'adversité.

[Nicole] Voilà exactement, donc c'est une spiritualité qu'il faut que je mette à l'épreuve à travers ma relation amoureuse, à travers ma relation familiale, à travers des gens qui me déstabilisent, qui me confrontent, qui me contredisent, pour moi c'est essentiel, c'est comme ça que je la garde vivante.

[Jean-Marie] Tu sais quand je fais une recherche sur toi, je tape Nicole Bordeleau puis il y a un paquet d'affaires qui sortent évidemment, qui est merveilleux. Qui est tout interrelié, on dirait que ce qui relie tout ça c'est « bien-être ». Il y a une démarche de bien-être qui est intrinsèque à ta démarche depuis les 30 dernières années comme tu dis, peut-être même avant quand tu as vu le visage la religieuse, il y a eu quelque chose en toi et il y a cette espèce de démarche, d'offrande, de quête de bien-être que tu veux inspirer chez l'autre. Puis c'est un préambule pour te dire que nous l'émission c'est « Porte-parole » hein, ça veut dire que moi j'invite des gens qui sont porte-parole de cause, est-ce que c'est ça ta cause, le bien-être ?

[Nicole] Je ne sais pas si le mot « bien-être » est celui que j'emploierais, moi je suis en quête de paix intérieure parce que je connais l'autre versant et dans toute décision, Hélène qui est ma conjointe depuis 31 ans va te le dire, dans toute décision je me dis est-ce que ça me rapproche de la paix de mon esprit ou ça m'éloigne. Et c'est là-dessus que je prends mes décisions. Paix intérieure qui peut-être plus, pour moi ça raisonne plus que bien-être.

[Jean-Marie] Pour mieux être, je joue avec les mots, mais...

[Nicole] Parce que ça, ça voudrait dire l'absence de douleur dans mon corps, ça voudrait dire l'absence d'inconfort dans mon esprit, ça devrait dire des émotions qui sont assez stables et tout ça. Je ne suis pas sûr d'être là, mais « paix » avec ce qui est, l'inconfort moi ça me va avec ce qui est là.

[Jean-Marie] Donc ambassadrice de l'accueil inconditionnel ça ce n'est pas pire.

[Nicole] En apprentissage.

[Jean-Marie] Parce que effectivement je regardais, tu as été impliqué dans plein de projets, dans des causes et tout ça dont « SÈVE » donc « Savoir être et vivre ensemble » ça c'est quelque chose comme ambassadrice qui te fait raisonner très très fort. C'est arrivé comment ?

[Nicole] Mais c'est arrivé, bon « SÈVE » a été fondée par Frédéric Lenoir, tu sais qui est un ami commun à nous deux puis avec Martine une de ses amies puis c'était vraiment pour introduire la pratique de l'attention et la pratique de la philosophie, apprendre aux enfants à penser, à réfléchir, à ressentir par eux-mêmes et moi quand j'ai été approchée pour ça, quand la branche a débuté ici au Québec, je me suis dit : « Mon Dieu si quelqu'un m'avait appris ça enfant. » oh mon Dieu, mon chemin aurait été tellement différent donc j'ai tout de suite dit « oui » puis c'est un organisme qui va dans les écoles et qui s'implique auprès de la jeunesse et qui outille ces enfants, ces adolescents, ces préadolescents, Jean-Marie, à réfléchir par eux-mêmes, à s'écouter même si l'autre te dit quelque chose qui te contredit, à créer de l'espace, à respirer, à prêter attention puis à philosopher aussi, un mot qui moi me faisait tellement peur parce que je ne suis pas philosophe, je ne suis pas théologienne, je ne suis pas historienne, je n'ai pas ce bagage littéraire, ni bagage scolaire, mais de voir ces enfants-là parler de la mort discuter de ce que c'est que le conflit, la haine et tous les grands sujets qu'il y a, ces questions existentielles que très souvent on va retrouver au cœur de nuits blanches lorsqu'on est seul adulte, mais eux déjà ils sont dans ce terreau, à jouer puis à s'écouter puis à réfléchir ensemble, c'est tellement beau Jean-Marie. Tellement beau, c'est le monde de demain donc ça me donne espoir vraiment.

[Jean-Marie] Mais je pense que le dalaï-lama entre autres disait : « Si on pouvait apprendre à méditer à tous les enfants de partout dans le monde, ça prendrait une génération puis il n'y aurait plus de conflit. »

[Nicole] Oh mon Dieu.

[Jean-Marie] C'est un beau souhait.

[Nicole] Oh mon dieu, oui c'est une espérance qu'il faut garder vivante, ouais, mais au Québec tu dois te dire qu'on est vraiment chanceux parce qu'il y a depuis longtemps moi j'ai commencé à parler de méditation, j'étais à « Salut Bonjour » à l'époque, chroniqueuse mode, j'ai enseigné au Collège Lasalle, j'ai commencé à parler de yoga et de méditation puis on ne savait pas comment cela pourrait être reçu, il y avait déjà un intérêt, il y avait déjà une curiosité, il y a une grande ouverture d'esprit ici au Québec.

[Jean-Marie] Mais au début quand tu as commencé, étais-tu considérée comme une espèce de bête rare ?

[Nicole] Non, mais oui sûrement par certains , mais parce que moi j'arrivais à l'époque se relaxer pour moi je prenais une cigarette, un café, je m'asseyais devant la télé je disais bon là je me relaxe je partais de loin, de très très loin. Donc les gens savaient que je partais de loin et je pense que c'est ça qui a raisonné en eux puis ils se sont dit : « Bon, ben vas-y, on va te regarder aller, on va voir si ça fait une différence pour toi, puis si ça fait une différence pour toi tu reviendras nous en parler. »

[Jean-Marie] Mais en même temps tu partais peut-être de loin, mais on pouvait s'identifier à toi, si tu avais été comme une apparition d'une sainte, on aurait dit mon dieu c'est inatteignable tu sais, et là tu étais une fille incarnée, sex, drugs and rock and roll. N'importe qui a lu tes livres, on sait un peu d'où tu viens donc on peut s'identifier à cette femme qui se démène du mieux qu'elle peut.

[Nicole] Oui, encore aujourd'hui à travers tout ça.

[Jean-Marie] Mais tu sais ce que tu disais avec « SÈVE », savoir être et vivre ensemble avec Frédéric Lenoir, tu dis qu'on voit dans l'esprit de ces petits êtres, ces enfants se manifester une lumière puis une prise de conscience et que tu as dit : « Si j'avais su ça. »

[Nicole] Oui.

[Jean-Marie] Mais ça serait quoi, ça aurait été quoi ta vie ?

[Nicole] Mais je pense que je serais devenu Nicole bien avant ce jour. Bien, bien avant ce jour. Quand on vient au monde, quand tu regardes un nouveau-né qui vient au monde, ses yeux sont d'une profondeur infinie peut-être le seul être que j'ai rencontré qui a cet océan-là, c'est sa Sainteté le Dalaï-lama, il n'y a pas de mur qui s'élève, tu peux plonger, plonger, plonger. Donc un enfant regarde tout être, toute chose avec compassion, avec bienveillance, avec équanimité, avec la même présence et là on te dit : « Mais tu es Jean-Marie, tu ressembles à ton père, ou tu es Nicole, tu ressembles à ta mère, tu es un garçon, tu es une fille, tu es bon en sport, tu es pourri en maths. » puis on commence à te mettre plein d'étiquettes et cette lumière, cet abat-jour-là qui est déposé sur nous avec toutes ces étiquettes on en devient qu'on perd notre véritable essence. On en doute puis on s'en rajoute nous-mêmes ensuite, nous on continue le dialogue intérieur, on s'en rajoute nous-mêmes. On va adopter plein d'identité pour être capable de survivre, pour être capable de plaire pour ne pas être rejeté pour se fondre dans toutes sortes de groupes, de communauté parce qu'on est grégaire aussi.

[Jean-Marie] Bah, oui.

[Nicole] Mais c'est ça, je pense que je serais devenu Nicole beaucoup plus tôt, mais ce travail est en voie de devenir, je ne te parle pas comme si c'était terminé, il est en voie de devenir encore.

[Jean-Marie] Écoute, Richard Bach a dit : « Voici un petit test pour vérifier si votre mission sur terre est terminée, si vous êtes encore en vie c'est qu'elle ne l'est pas. » C'est cute hein ?

[Nicole] Oui, mon Dieu.

[Jean-Marie] Dans le livre « le Messie récalcitrant » pour ceux et celles qui aimeraient avoir le livre. Donc tu es un peu encore en train de découvrir ta mission sur terre, de te dévoiler, alors quand tu dis je serais devenu Nicole alors décris-moi c'est qui Nicole en date d'aujourd'hui ?

[Nicole] Je pense que c'est quelqu'un qui est en quête perpétuelle, je suis en quête perpétuelle d'une naissance, c'est pour ça que j'écris, pour donner sens à ce que je vis parce que j'écris après avoir vécu quelque chose en le couchant sur papier, ça donne sens à ce que je vis. En laissant tomber mon nom de famille Bordeleau, professeur de yoga, professeur de méditation, tout ce qui pouvait venir après ça, autrice conférencière et tout ça puis en me présentant juste comme étant Nicole il y a une légèreté qui vient. J'ai l'impression que je n'ai rien à protéger ça c'est à la fois un moment de grande vulnérabilité, une grande force.

[Jean-Marie] Mais tu dégages cette accessibilité aussi.

[Nicole] Je l'espère, je l'espère puis j'apprends. J'apprends parce qu'avant j'enseignais maintenant j'apprends d'avantage, je pratique l'écoute plus que les conférences et ces choses-là puis je ne sais pas il y a une paix, je retrouve le mot « paix » aussi qui vient avec juste être Nicole. Vous êtes qui ? Juste Nicole, oh mon Dieu c'est tellement léger donc c'est ça.

[Jean-Marie] C'est le fun hein, vivre léger.

[Nicole] Ah oui parce que quand tu as transporté tellement de bagages, les tiens ceux des autres.

[Jean-Marie] Je ne veux pas gonfler ton égo, je sais que tu es quand même consciente de le voir, quand il apparaît, mais tu as quand même eu des belles reconnaissances, des prix, des Décorations, tu es sur la place publique. Comment tu gères toute cette belle attention et qui en même temps parfois peut te faire croire

que « I think I got it » ? Je pense que je suis pas mal. Comment tu te gères dans cette belle abondance d'amour aussi et de reconnaissance ?

[Nicole] D'abord j'ai une relation de 31 ans, une relation amoureuse de 31 ans qui tout de suite peut me remettre sur le droit chemin si j'ai l'impression que « I got it » tu comprends ? Ça c'est merveilleux pour moi c'est un grand travail spirituel parce que Hélène connaît exactement toutes mes forces, mes faiblesses, mes limites, mes capacités tout ça donc elle pour moi elle me ramène dans la réalité. Je vais mettre ça entre guillemets avec une dose d'humilité aussi, j'ai une assez bonne relation avec les réseaux sociaux, tu sais je vais remercier les gens et tout ça, mais je ne vais pas voir nécessairement ce que les gens disent ou parlent de moi c'est une chance parce que je suis sûre qu'il y a plein de choses qui m'échappent.

[Jean-Marie] Mais tu n'aurais pas fini, je veux dire tu vas voir une publication tu as 5000 personnes qui te like, tu as à peu près 250000 commentaires, tu n'as pas fini.

[Nicole] Non exactement puis pour répondre à ta question, ce qui me garde le plus ancré c'est le silence parce que quand je m'assois en silence avec moi, tout est là, je ne peux plus être quelque chose d'autre c'est là.

[Jean-Marie] Ça veut dire quoi ça, tout est là ?

[Nicole] Tout est là, toutes les peurs, les doutes, la confiance, les espoirs, les douleurs, les zones de confort, les pensées, les ruminations, les idées que tu penses grandioses qui sont à quelque part, tout est là.

[Jean-Marie] Tout le bruit mental.

[Nicole] Tout le bruit mental est là, toutes les sensations du corps sont là, puis je pense que ce que le yoga, Jean-Marie, m'a enseigné, il continue de le faire. C'est que moi je suis arrivée au yoga en disant : « J'ai un corps, je vais en prendre soin, il

est malade. » Aujourd'hui 30 ans plus tard j'ai dit : « Corps, je suis. » Cette dualité c'est beaucoup beaucoup atténuée donc il n'y a pas moi et mon corps, moi et mon esprit, moi et mon cœur, moi et mon âme, c'est corps je suis, souffle je suis, cœur je suis, âme je suis, esprit je suis. Je n'essaie pas d'imposer une volonté en méditation, j'essaie d'habiter le silence, je sais qu'il essaie de m'habiter, j'essaie de le laisser m'habiter c'est une grande dose d'humilité parce que là tu vois exactement la sous un éclairage cru et vivant tu es profondément humaine, profondément imparfaite, incomplète et c'est parfait ainsi.

[Jean-Marie] Oui et le travail est encore là. Tu le sais, tu le vois, les gens vont dire : « Mais oui, mais Nicole Bordeleau ça fait 107 ans qu'elle médite, elle ne doit être pas loin de l'éveil » Ah non, mais il y a encore du travail.

[Nicole] Oh non, puis gardez-moi dans ce travail parce que je veux rester avec ma communauté, je veux rester avec le monde puis les gens ont des choses à nous apprendre, toi on te voit sur scène puis tu nous apprends des choses, mais il y a quelqu'un dans la salle qui pourrait t'apprendre quelque chose puis c'est la même chose pour moi.

[Jean-Marie] Quelqu'un ? Tout le monde peut nous apprendre. Tous ceux qui sont là sont porteurs d'une histoire. Mais là c'est juste qu'on est cute, on a le micro c'est à notre tour de partager, de s'écouter puis de grandir puis tantôt on est dans la salle puis on regarde le maître s'exprimer puis on prend des notes.

[Nicole] Oui, exact. Puis peut-être quand on parlait d'égo tantôt, on a peut-être ce privilège cette chance-là aussi, je vais parler pour moi, d'être au pied de l'Himalaya c'est-à-dire qu'on a vu le Dalaï-lama, on a côtoyé Matthieu Ricard, on sait où est-ce qu'on est nous sur les versants. En tout cas pour moi, donc j'ai juste à garder ça en tête puis dire bon ça sera peut-être dans cette vie-ci, j'en doute fortement, mais on est en chemin, tout le monde est en chemin.

[Jean-Marie] Un pas vers l'éveil, un autre pas vers ?

[Nicole] Qu'est-ce que ça veut dire l'éveil ? Dis-moi. C'est un beau mot, dis-moi qu'est-ce que ça veut dire ?

[Jean-Marie] Je pense que l'éveil peut vouloir dire que c'est un accueil inconditionnel de tout, de son savoir, de son ignorance, de notre lumière, de celle des autres et que dans le fond il n'y a rien à changer si tu es dans l'instant présent, je l'improvise, mais je pense que cet instant présent qui est tout le temps là, la personne en état d'éveil c'est qu'elle est consciente à tout moment de cet instant d'éveil, c'est quelque chose, moyenne job hein ?

[Nicole] Oui tellement.

[Jean-Marie] Mais Sogyal Rinpoché avait dit, je vais essayer de le dire en par cœur, mais il avait posé la question dans son livre « Le Livre tibétain de la vie et de la mort » puis je pense c'est une des citations les plus puissantes que j'ai lues de toute ma vie il disait : « Avez-vous réellement compris la vérité de l'impermanence ? L'avez-vous si parfaitement intégré dans chacune de vos pensées, chacun de vos mouvements, chacune de vos respirations, que votre vie en a été transformée ? » , alors les élèves le regardent : « Posez vous ces deux questions, est-ce que vous êtes conscient à tout instant que vous êtes en train de mourir ainsi que toute personne et toute chose ? Et est-ce que vous traitez tous les êtres à tout moment avec compassion ? Est-ce que la quête de l'éveil est devenue si aiguë et si importante que vous poursuivez ce cheminement vers l'éveil à chaque seconde de votre existence ? Mais si vous avez répondu "OUI" ah oui, oui, vous avez compris l'éveil, vous avez compris c'est quoi l'impermanence. » Alors tu comprends que moi ce genre de discussion ou ce genre de situation, je me dis moi ça me touche, j'en ai des frissons, mais je me rends compte que je suis petit encore.

[Nicole] Et oui. Et moi je pense aussi à la mère monoparentale qui nous écoute présentement, qui travaille de jour, qui étudie de soir, qui a trois enfants, qui a une situation précaire au niveau économique, qui a peut-être des parents qui vivent à l'étranger dans des zones qui sont en guerre et elle se dit : « Mais encore. »

[Jean-Marie] Exact, c'est quoi ma réalité là-dedans.

[Nicole] Mais elle a une forme d'éveil parce que c'est une mère qui se lève la nuit pour soigner son enfant qui a quelque part a de la compassion pour ceux qui l'entourent et tout ça c'est une forme d'éveil aussi.

[Jean-Marie] Tu vois ce que tu viens de dire là, on me pose souvent la question parce que je vais faire des conférences sur le bénévolat OK, puis je partage toute l'ensemble des causes avec lesquelles je suis impliqué et là je vais prendre cette dame-là, qui est mère monoparentale de trois enfants, qui a deux jobs, qui se lève la nuit, qui se lève le jour, qui se bat, il est là son bénévolat. Elle est là sa mission. Mais le pire c'est que c'est souvent ces dames qui se sentent coupables de ne pas en faire puis là à un moment donné je dis : « Mais non, mais attends, asseyez-vous, on va regarder l'inventaire de tout ce que vous faites dans une journée pour lequel vous n'êtes pas payé. Regardez ce que vous faites, ce n'est pas du bénévolat ça ? »

[Nicole] Voilà, exact.

[Jean-Marie] Alors la personne prend un certain point de recul puis se dit : « OK, c'est vrai je ne l'avais pas vu de même. », mais souvent les gens humbles, les gens généreux sont souvent ceux qui veulent encore plus donner.

[Nicole] Oui, un proche aidant qui est au seuil ou au pied d'un malade ou d'un être cher qui est sur le point de rendre son dernier souffle ou de rendre l'âme, je trouve ça tellement beau cette expression. Oui elle nous rappelle qu'elle est prêtée, tu sais rendre l'âme. Mais tout ça, ces gens-là font du bénévolat donc ouais.

[Jean-Marie] Alors tu sais pour une des rares fois depuis que je fais cette série « Porte-parole » tu n'avais pas vraiment une cause à me vendre, tu comprends ? Tu n'es pas venue pour parler de ça et pourtant on parle de spiritualité, mais il y a beaucoup de choses, mais si tu avais à choisir présentement, de toutes les causes

qu'on te propose ou celles qui se manifestent dans ta vie, il y a quelque chose où tu dirais : « Moi je vais être ambassadrice de ça, je vais être porte-parole de ça. » ?

[Nicole] Mais je le fais un peu à travers SÈVE ou je l'ai fait un peu plus activement il y a quelque temps à travers SÈVE, moi ce qui me touche vraiment à cœur c'est la DPJ. Parce que ces enfants très souvent sont institutionnalisés comme on appelle et les chances qu'ils finissent dans une institution pénitentiaire très souvent sont grandes donc je me dis d'aller vers eux, de leur rappeler juste un moment l'émerveillement, parce que c'est ce qui est ma plus grande crainte c'est de céder au désenchantement, que notre société cède au désenchantement. Ce sont les enfants qui vont payer pour le désenchantement des adultes donc je pense que c'est vraiment une cause qui me tient à cœur de voir ces enfants puis d'essayer de leur refléter leur beauté, pas de leur apprendre en mot mais qui voient dans mes yeux comment je les trouve beaux, comment je les trouve forts, comment je les trouve résilients comment je les trouve drôles, comment je les trouve talentueux, comment je les trouve émerveillant. Qu'ils voient dans mes yeux, pas à travers des mots j'aimerais ça.

[Jean-Marie] Un peu comme la religieuse que tu as vue plus jeune, qui a déclenché en toi : « Hey, je vais suivre ses pas, je vais aller vers ça. »

[Nicole] Merci je n'avais pas fait le lien.

[Jean-Marie] Bon, ben on a fait un lien puis je vais t'en faire un autre, Nancy Audet, tu dois la connaître.

[Nicole] Oui elle a écrit un livre sur la DPJ, elle était à TVA.

[Jean-Marie] Bon, Nancy elle est venue ici comme invitée dans notre première saison et elle aussi vient de l'Abitibi by the way, donc vous avez un lien, alors je vais t'inviter à regarder le podcast ou écouter l'entrevue ça va te toucher, mais je pense que vous avez une connexion déjà alors ce n'était pas pour plugger ma série pour

que tu puisses la regarder ou l'écouter, mais ça me fait réaliser qu'on est déjà rendu à mi-parcours de notre entretien. Alors on va faire une mini mini mini pause musicale, transition musicale et après ça on joue au chapeau.

[Nicole] On joue au chapeau ?

[Jean-Marie] Oui oui oui tu vas t'amuser à être toi-même ton animatrice, ton interlocutrice et aussi ton invitée donc tu te lis toi-même tes questions auquel j'espère que tu vas y répondre.

[Nicole] OK parfait c'est beau.

[Jean-Marie] On est toujours à l'émission « Porte-parole » sur Canal m ici Jean-Marie Lapointe, je suis en compagnie aujourd'hui de la merveilleuse, lumineuse, paisible Nicole Bordeleau, puisque tu cherches à cultiver la paix je vais te dire tu es bien paisible.

[Nicole] Oh, merci.

[Jean-Marie] Là, c'est le chapeau, brasse les questions il y a plein de questions je sais que tu vas aimer ça parce que toi tu as une belle approche d'ouverture et de curiosité, alors go lis nous ça.

[Nicole] Si tu pouvais avoir un super pouvoir ce serait lequel ? Si je pouvais avoir un super pouvoir ça serait lequel ? De rassurer les enfants qui ont peur. Vraiment.

[Jean-Marie] Que c'est beau.

[Nicole] Parce que ça commence là.

[Jean-Marie] Ça te touche toi, ça te fait vibrer fort cette réponse.

[Nicole] Oui, oui rassurer les enfants. Je serais comme une fée qui irait juste rassurer les enfants et leur dire que ça va être correct.

[Jean-Marie] OK, mais en quoi tu ne l'es pas déjà ?

[Nicole] Je ne sais pas, peut-être que je l'ai déjà quand je rencontre des enfants et tout ça, mais pour moi tout est là. Je ne veux pas dire qu'une fois adulte il n'y a plus rien à transformer au contraire on demeure, mais un enfant qui a peur va faire des choix qui ne sont pas les siens, va dire des choses qui ne lui ressemblent pas, puis c'est ça donc c'est ça.

[Jean-Marie] C'est une belle réponse, c'est beau. Go, go, go. J'aime mon émission pour ça aussi, on s'amuse.

[Nicole] Quelle a été la plus grande déception de ta vie ? Déception. Déception.

[Jean-Marie] Ta face travaille.

[Nicole] Non, non, mais c'est parce qu'honnêtement il n'y a rien que je nommerais comme une déception, parce que j'ai réussi à quelque part à apprendre à tirer une leçon des échecs, des obstacles, de l'adversité, je continue de le faire. Mais OK, je vais essayer d'en trouver une déception. Oui, OK. Je viens d'en trouver une, peut-être de ne pas avoir été en mesure de recevoir dans mes jeunes années adultes l'amour qui m'était donné, l'amour qui m'a été destiné. Je n'ai pas été capable de le recevoir.

[Jean-Marie] Qu'est-ce qui servait d'entrave ?

[Nicole] Oh mon Dieu tout. Ma résistance envers la vie, ma colère les peurs que j'avais, les dépendances que j'entretenais, les fuites, les stratégies de fuite, les mécanismes de défense donc ça a réussi quand même à traverser la carapace puis je remercie ces gens-là grandement puis je leur dois beaucoup, mais il y avait tellement d'amour qui m'a été donné puis une partie je n'étais pas capable de le recevoir donc ça serait ça.

[Jean-Marie] C'est beau tu t'es bien reprise, bravo. OK, go, go, go.

[Nicole] Oh, celle-là est grosse, oh mon Dieu. Si tu avais la possibilité de passer une journée de ta vie en compagnie d'un personnage historique ça serait qui ? Rûmî.

[Jean-Marie] Oh waouh.

[Nicole] Pour sa poésie, mais aussi parce qu'on pourrait danser en tournant ensemble puis il y a tellement de joie puis oui, Rûmî le poète persan, Rûmî.

[Jean-Marie] « R U M I » pour ceux qui veulent faire une recherche. Qu'est-ce que tu allais dire ?

[Nicole] Tu sais Rûmî lance cet appel, lance cet appel : « Ne retourne pas dormir, si tu as un moment d'éveil, ne retourne pas dormir, demeure. » Puis tout l'enseignement est là.

[Jean-Marie] C'est beau ça.

[Nicole] Ne retourne pas dormir, ah oui.

[Jean-Marie] On ne parle pas de fatigue physique pour dormir.

[Nicole] Face à notre planète, ne retourne pas dormir ce que tu vois là.

[Jean-Marie] C'est beau ça, c'est drôle hein ? Ça m'avait inspiré une phrase que j'avais dite il n'y a pas tellement longtemps : « Ne cessez jamais d'être touché » Ça ne vient pas de moi, des fois on dit des choses, tu en as dit des pas mal toi aussi hein. Mais c'est drôle des fois l'intuition, l'inspiration ça part d'où, puis ça se manifeste quelque part dans notre esprit, puis là, pouf ça sort. Parce tu en as dit des belles, ton célèbre : « Tout passe. »

[Nicole] Qui est un enseignement du Bouddha.

[Jean-Marie] Bah oui, mais dans la façon que tu les enseignes ces sources de sagesse, c'est le fun. Je t'avais entendu dire une fois : « Ma vie va mal, mais je vais bien. » C'est d'une personne qui t'avait inspiré ça ?

[Nicole] Tellement, une femme qui venait de traverser un divorce extrêmement difficile d'un mari, d'un conjoint violent, elle devait vendre sa maison, il avait reçu un diagnostic de cancer et dans le journal du matin puisque nous on vit sur la rive sud à cette époque, on venait d'apprendre que la compagnie pour laquelle elle travaillait depuis 23 ans allait fermer ses portes. Puis quand elle est rentrée le matin au studio de yoga moi je ne savais pas quoi dire, j'étais bouche bée parce qu'on savait ce qu'elle portait comme adversité ce qu'elle avait comme adversité devant elle puis notre professeur Françoise a dit : « Comment ça va Ginette aujourd'hui ? » , je n'ai jamais oublié sa réponse, elle dit : « Ma vie va mal, mais moi je vais bien. » Tout est là.

[Jean-Marie] Que c'est beau.

[Nicole] Oh mon dieu, encore aujourd'hui.

[Jean-Marie] Je suis content de t'amener là-dessus.

[Nicole] Oh mon dieu, encore aujourd'hui.

[Jean-Marie] C'est tellement beau puis ça c'est un beau conseil du cœur pour les personnes qui nous écoutent ça se peut que t'en reçois de la garnotte d'en face.

[Nicole] Que les circonstances de votre vie soient douloureuses, pénibles, difficiles, éprouvantes mais il y a une part de vous.

[Jean-Marie] Écoute pendant que j'y pense parce que je sais que je vais l'oublier, avant que tu lises ta question. Ça t'est venu d'où ça que la vie te soit douce ? Ça c'est une belle phrase que je retiens de toi.

[Nicole] Oui, j'étais dans une retraite en silence au Colorado assise sur un coussin à me critiquer, à me comparer, à me juger je suis arrivée dans la chambre le soir, j'étais épuisée mentalement, émotionnellement, spirituellement, tellement je me battais avec moi-même puis à un moment donné je me suis regardée dans le visage, j'ai vu dans mes yeux l'enfant, je l'ai vu la petite fille puis que la vie me soit douce ça c'est resté là.

[Jean-Marie] Que la vie me soit douce à moi et après ça tu l'as offert aux autres. « Que la vie vous soit douce. » Que c'est beau.

[Nicole] Oui, parce qu'on sait que ce n'est pas tout à fait possible tout le temps, mais c'est une prière, c'est une requête, c'est aussi une affirmation et une intention, une aspiration. Que la vie vous soit douce.

[Jean-Marie] Go.

[Nicole] Tu aurais fait quoi en deuxième choix de carrière si tu ne faisais pas le travail actuel ? J'ai eu tellement de carrières. J'avais été accepté à l'école de théâtre mon père a refusé, j'avais été accepté à Sainte-Thérèse puis je voulais être capable de vivre toutes sortes d'émotions que les gens vivent puis que mes circonstances ne me permettaient pas moi d'éprouver, j'ai pensé que le métier de comédienne pourrait me donner cette vastitude de l'âme humaine, de l'esprit humain, du cœur humain donc peut-être ça.

[Jean-Marie] Mais rien ne t'empêche de jouer des rôles à l'occasion, c'est quelque chose que tu aimerais réaliser ?

[Nicole] Non plus aujourd'hui, aujourd'hui mon plus grand travail et mon plus grand rôle c'est de devenir Nicole.

[Jean-Marie] C'est une moyenne job.

[Nicole] C'est suffisant.

[Jean-Marie] Ça en est des émotions ça aussi hein ?

[Nicole] Tellement.

[Jean-Marie] À être Nicole.

[Nicole] Oui.

[Jean-Marie] On a encore du temps, il nous reste un bon 15 minutes.

[Nicole] Qu'est-ce qui actuellement dans ta vie est ton plus grand défi ? Au risque de me répéter c'est de laisser tomber les étiquettes que je me suis imposées, que les gens m'ont apposées aussi. Les attentes que les gens ont parfois puis d'être qui je suis puis de vraiment rassurer les gens que moi aussi je pète les plombs, moi aussi je traverse encore des nuits blanches, moi aussi j'ai des moments d'angoisse, des moments de stress puis mon plus grand défi c'est de demeurer dans cette vérité-là, de ne pas me laisser, de ne pas m'éloigner de ça.

[Jean-Marie] Ça peut être facile quand on vit un beau succès qui dit succès professionnel personnel, tu as la même conjointe depuis des années tu es aimée applaudie, il y a un confort matériel, il y a un confort physiologique tu as l'air bien. Mais c'est facile des fois de s'endormir là-dedans c'est humain.

[Nicole] Ouais, mais c'est pour ça que la spiritualité faut la mettre à l'épreuve à tous les jours, c'est pour ça que je m'oblige et je m'incite et je m'invite à m'asseoir avec des gens qui ne veulent rien savoir ni de moi ni de la méditation ni du yoga ni de la spiritualité pour les écouter, les entendre puis que je pense que c'est ça, je pense que quelque part pour moi c'est parfois un défi parce qu'il y a des gens qui vont dire que c'est ésotérique, que c'est nouvel âgeux et tout ça puis le mot « spiritualité » est tellement galvaudé, si tu cherches le mot « spiritualité » sur les médias sociaux, tu vas de tout avoir, de comment composer tes propres malas, à colorier des mandalas, à la méditation qui est aussi vieille que l'humanité tout ça. Mais juste le fait de s'asseoir ensemble puis de s'écouter puis de se regarder dans les yeux sans jugement des fois c'est un défi puis c'est ça je trouve qu'on est là.

[Jean-Marie] Est-ce que tu as l'occasion d'accompagner, d'enseigner le yoga, la méditation à des gens qui sont incarcérés ?

[Nicole] J'en ai eu.

[Jean-Marie] Tu dois être bonne, tu dois être bonne.

[Nicole] Ah c'est drôle, parce qu'on a un ami en commun Rémi Tremblay, oui je suis très touché par les femmes dans la rue il faut que je fasse attention parce que ça me rentre dedans solide, parce que moi j'y suis passée à un fil, j'ai des amis qui ont laissé leur peau et tout ça. Ouais c'est beau.

[Jean-Marie] Est-ce que c'est juste parce que tu es passée proche, tu as perdu des gens dans la rue ou c'est ta grande sensibilité et vulnérabilité qui te bouleverse quand tu côtoies l'itinérance ?

[Nicole] Les deux puis je me demande toujours, je me questionne toujours, je n'aurais jamais la réponse. Comment ça en tant que société où est-ce ? Peut-être que c'est un choix personnel puis ça faut le respecter, mais où est-ce qu'on l'a échappé ? J'ai le visage d'une jeune femme que j'ai vu mardi soir dernier, oh mon Dieu où est-ce qu'on l'a échappé ? Où est-ce qu'on l'a échappé ? Tu sais à quel moment dans son existence aurait-elle pu avoir son prénom mentionné de façon différente, un sourire, une tape sur l'épaule quelque chose comme ça qui aurait peut-être fait pour elle du bien ou peut-être pas non plus ça aussi il faut accepter.

[Jean-Marie] Il y a beaucoup de paramètres ça serait un sujet qu'on pourrait élaborer ensemble parce que c'est une cause avec laquelle je suis impliqué puis je suis touché puis je veux dire à date là depuis les 10 dernières années que je marine dans le milieu de l'itinérance, je n'ai pas encore rencontré quelqu'un qui m'a dit c'est un choix et je l'assume. Alors il y a énormément de souffrance, il y a énormément de blessures, de traumatismes, de problématiques d'addiction, de santé mentale et tout ça réuni ensemble ça fait tout un cocktail qui te précipite à la rue, tu comprends. Mais ce que je trouve le fun c'est lors du Sommet sur l'itinérance où est-ce que j'avais partagé : « Ne cessez jamais d'être touché. » et c'est ce que j'ai envie de te dire, d'être touchée par cette dame je sais que tu es capable d'être touchée, mais c'est surtout qu'est-ce que j'en fais ?

[Nicole] Ouais, qu'est-ce que j'en fais ? Donc je fais une méditation de la compassion où je glisse son visage dans mes souffles ou dans mes mots.

[Jean-Marie] Oui, c'est puissant ça.

[Nicole] Oui puis je lui ai dit : « Que la vie te soit douce. »

[Jean-Marie] C'est beau, vraiment c'est beau, c'est beau, c'est beau. Ouais.

[Nicole] Bon ce sont de bonnes questions Jean-Marie. Si tu pouvais recevoir à souper n'importe qui à travers le monde, qui choisirais-tu ? Est-ce que la personne doit être vivante ?

[Jean-Marie] Non, tu choisis. Ça peut être une personne disparue.

[Nicole] Mon père.

[Jean-Marie] Oh oui, pourquoi ?

[Nicole] Parce qu'on n'a pas réussi dans cette incarnation-ci à faire la paix, je n'ai pas été capable, je n'avais pas les outils de percevoir sa souffrance puis j'aimerais ça qu'il m'en parle, qu'il me fasse assez confiance maintenant que je suis adulte pour me le dire, oui.

[Jean-Marie] OK, ça fait longtemps qu'il est décédé ?

[Nicole] Oui il est décédé en 1985, il est décédé subitement et ce qui est étonnant c'est que, en tout cas c'est une longue histoire, mais mon père et ma mère en se fréquentant ont eu un fils qui est mon frère aîné que je ne le savais pas parce qu'ils ont été forcés de le donner en adoption et après sa mort on a retrouvé ce fils-là qui avait la même dépendance que mon père et qui n'a pas grandi auprès de lui. Donc

peut-être tous les deux je les inviterai à ma table, je suis sûr que j'apprendrai tellement Jean-Marie.

[Jean-Marie] Mais ton grand frère aussi est décédé.

[Nicole] Ouais, de sa dépendance.

[Jean-Marie] Deux grands disparus dans ta vie que t'inviterais à un souper.

[Nicole] Oui, oui.

[Jean-Marie] Est-ce que tu as pensé à la première question que tu leur poserais ?

[Nicole] Je ne sais pas si je leur poserai une question, mais juste de sentir leur présence puis peut-être je leur demanderai conseil, peut-être que je leur demanderai conseil de voir une fois une fois qu'ils ont rendu l'âme qu'est-ce qu'ils ont appris, qu'est-ce qu'ils ont appris qui moi est dans mon champ d'aveuglement présentement, qu'est-ce qu'ils pourraient me conseiller ? Un conseil pour mieux vivre, moi je fais mes premiers pas dans vieillir, pour mieux vivre cette dernière partie de ma vie ça serait quoi un conseil.

[Jean-Marie] Mais tu sais que nos proches moi j'aime penser que nos proches qu'on aime, qui sont plus là, qui sont disparus, ils sont libérés hein. Ils sont libérés de leur corps qui les faisait souffrir, on les sent alors on est capable d'entretenir une relation. Est-ce que tu fais pareil avec ton frère et ton père ?

[Nicole] Oui, moi avec mon frère parce que je l'ai connu beaucoup beaucoup, très très tard, mais avec mon père il n'a jamais été aussi vivant qu'après qu'il ait quitté son corps pour moi.

[Jean-Marie] Et quelle sorte de dialogue que vous avez maintenant ?

[Nicole] Je lui parle, je lui dis : « Tu vois là j'en arrache, là tu vois je sais que tu le sais. » puis très souvent je vais laisser mes phrases se terminer sur une virgule pour que lui les termine, pour que lui me montre comment.

[Jean-Marie] Et tu as les réponses ?

[Nicole] Ah, oui, oui. Ce n'est pas une réponse en mot, mais je m'en rends compte le lendemain matin ou 3 jours plus tard je suis comme : « Ah OK, waouh il y a quelque chose qui s'est passé. » , j'ai une foi immense en l'invisible, en l'éternel, dans le divin, j'ai une foi immense dans ceux et celles qui sont passés sur l'autre côté de la rive, j'ai une foi immense dans tout ce que je ne vois pas, c'est fou hein ?

[Jean-Marie] Mais que tu ressens.

[Nicole] Que je ressens, ouais.

[Jean-Marie] Alors tu as aimé l'expression « Rendre l'âme » tantôt, la journée que tu vas rendre l'âme, où on part ? Tu t'en vas où ?

[Nicole] On reste, on laisse le corps derrière comme un vêtement que tu as oublié chez un nettoyeur et tu restes, tu rentres dans ce grand vortex d'énergie jusqu'à tant qu'il y aura une prochaine incarnation pour toi, mais tu restes, tu ne vas pas nulle part.

[Jean-Marie] OK, donc tu as une belle ouverture, curiosité par rapport à la réincarnation en ce qui te concerne.

[Nicole] Oui je fais partie de ceux qui croient au karma, je crois à la réincarnation aussi parce que pour moi il y a des choses que je vois chez certains enfants encore j'en reviens à eux, je suis comme oh mon Dieu il est arrivé sur cette terre avec ce talent, avec cette capacité, avec ce côté artistique, donc oui.

[Jean-Marie] Tu te dis que ça ne date pas d'hier ça ?

[Nicole] Non, mon Dieu non.

[Jean-Marie] On continue encore un peu, quelques minutes, tu tombes sur des belles questions.

[Nicole] Bah oui je suis chanceuse.

[Jean-Marie] C'est le fun.

[Nicole] Que dirais-tu à la jeune version de toi-même de 8 ans ? Fais confiance. Puis là elle me demanderait, parce que je la connais : « Confiance en quoi ? » en ton expérience, mais pas en ton expérience ton apprentissage, en ton expérience du moment présent, fais confiance à ton intuition, fais confiance à ton ressenti, fais confiance à ton corps, fais confiance à ton souffle, fais confiance en ton expérience de ce maintenant.

[Jean-Marie] Et c'est beau.

[Nicole] Ça ne ment jamais. Le corps ne ment jamais.

[Jean-Marie] Tout comme moi à ta connaissance, tu n'as pas d'enfant hein ?

[Nicole] Non.

[Jean-Marie] OK.

[Nicole] Non je n'ai pas pu.

[Jean-Marie] Ah, tu aurais voulu ?

[Nicole] Peut-être, mais il y a eu l'hépatite C qui était là pendant très très longtemps. Il y a aussi le fait que bon moi j'ai su très très tôt que mon orientation sexuelle serait différente puis je viens d'une génération où c'était moins ouvert, mais j'ai la chance d'en avoir autour de moi, des petits voisins, des neveux, des nièces et tout ça, oh mon Dieu.

[Jean-Marie] Tu es une belle matante ?

[Nicole] Assise à terre en arrivant, je m'assois à terre en arrivant à leur hauteur.

[Jean-Marie] Mais tu vois le conseil que tu as proposé à la petite version de toi-même, c'est là que je me dis à défaut d'être maman ou d'être papa on a la possibilité d'échanger, de transmettre, de donner et c'est enrichissant aussi.

[Nicole] Tellement, tellement.

[Jean-Marie] On a le temps d'une autre question je pense que je vais demander Mathieu, on a encore le temps ? OK, une autre question, let's go let's go. Mathieu c'est mon technicien. Mais tu en as eu deux, qu'est-ce qui est tombé ? On va finir avec les deux questions, je vais regarder le temps, deux questions go. Sur quoi tu es tombée, garde-toi la face.

[Nicole] Voyons.

[Jean-Marie] C'est quoi ?

[Nicole] Quelle est ta plus grande peur ? Et c'est la question qu'on doit toujours être capable de répondre, à n'importe quel moment parce qu'elle peut changer là. Présentement ma plus grande peur est de demeurer attachée à des situations, à des circonstances qui vont m'empêcher d'évoluer, je suis à un moment où faut que je laisse des choses derrière je dois fermer des portes, boucler des boucles, il y a des cycles qui doivent se terminer et ma plus grande peur serait de rester attachée à ça.

[Jean-Marie] Donc lâcher prise fois 1000.

[Nicole] Oui lâcher prise, je vais commencer par laisser être puis après je vais progresser vers un lâcher prise.

[Jean-Marie] C'est beau, c'est beau, mais là tu as quand même pigé, OK. Go, ça serait ta dernière question aujourd'hui.

[Nicole] Une journée parfaite pour toi ça serait quoi ? Bah là c'est une journée parfaite pour moi, aujourd'hui c'est une journée parfaite pour moi parce que je suis vivante, parce que j'ai pu déjeuner avec Hélène, parce que je suis allée promener mon chien au parc pour jouer avec un frisbee, parce que je suis ici avec toi, parce que aujourd'hui j'ai une autre rencontre qui me met en joie, parce que je sais aussi que je vais avoir un moment de méditation puis de silence puis il va sûrement peut-être arriver quelque chose que, mais bon c'est une journée parfaite.

[Jean-Marie] Who knows.

[Nicole] « Parfaite » est entre guillemets hein.

[Jean-Marie] Oui, oui tout à fait, tu as raison. Alors ma dernière question je vais dire : « Nicole Bordeleau c'est... » tu remplaces les trois petits points par quoi ? Nicole Bordeleau c'est...

[Nicole] Une femme qui est depuis son premier souffle en quête et qui le demeurera à preuve du contraire jusqu'à son dernier souffle. Ouais, ouais.

[Jean-Marie] Mais tu sais qu'on peut faire un jeu de mots. « Enquête » comme « l'enquêteur » , elle enquête et elle est en quête.

[Nicole] Les deux, « en quête » oui.

[Jean-Marie] Merci.

[Nicole] Merci à toi.

[Jean-Marie] C'est passé vite ?

[Nicole] Tellement, tellement.

[Jean-Marie] Merci quel beau cadeau.

[Nicole] Partagé.

[Jean-Marie] Ah que c'est beau ça. Alors j'aimerais remercier les personnes qui ont contribué à cette émission « Porte-parole », premièrement l'idée originale c'est mon agente Marie Philippe Lemarbre, je lui dis merci. Merci à Philippe Lapointe le directeur radio, Jean-Sébastien Laliberté chef diffusion, Mathieu Tessier notre metteur en ondes, recherche coordination Aya Jenifer Andoh, Gerlie Ormelet aux réseaux sociaux. Ici Jean-Marie Lapointe, merci d'avoir été avec nous, on se dit à très bientôt pour une autre émission de « Porte-parole ».