

Préface

Au sujet de la Roue de l'intention

Souvent, au cours des documentaires biographiques, arrive ce fameux témoignage au sujet d'une personne ou d'un livre ou d'un événement qui a remis la personne sur son chemin de vie et qui a fait de sa vie une grande vie.

Souvent, je me suis amusé à faire ma biographie et à me poser la question quel être a changé ma vie, quel est mon auteur fétiche ou encore l'événement fantastique qui a orienté le reste de ma vie. Chaque fois, le résultat était sans conviction. Après réflexion, il y a toujours une personne qui détrône la précédente, je ne peux même pas identifier un auteur et, encore moins, un événement significatif. Non pas que ma vie fut dépourvue de personnages extraordinaires, soyez assurés que j'en ai rencontré plus d'un, je crois même que je suis privilégié à cet égard. Sauf que chacun de ces géants n'a influencé qu'une partie de moi. Certains ont modifié ma façon de gérer mes émotions, d'autres ma façon d'acquérir des compétences et combien d'autres ont influencé ma façon de créer ma vie. Mais aucun de ces éléments ne mérite la palme d'être mentionné dans ma biographie imaginaire.

Bien entendu, me fixer des objectifs fut l'un de mes dadas. J'ai même payé 2 400\$ pour une seule journée de formation sur l'art de déterminer et de mesurer des objectifs visés et ceci dans le but express de devenir riche et puissant. La technologie était si puissante qu'à peine en 3 mois, le prix était passé de 2 400 \$ à 6 500 \$ pour cette même journée de formation.

Vous pouvez imaginer que lorsque Nancy m'a parlé de la Roue des intentions, je souriais en mon for intérieur en me disant qu'elle venait de rencontrer son Waterloo. Voyez-vous, suite à toutes mes tentatives de contrôler ma vie, j'en arrive à la conclusion que ceux et celles qui se fixent des objectifs ne savent pas comment fonctionne leur puissance personnelle. J'étais donc prêt à lui démontrer que cette croyance de devoir se fixer des objectifs ne fonctionne simplement pas. Il y a trop de variables à contrôler,

le processus prend beaucoup d'énergie, se transmute en obsession compulsive. En un mot, c'est l'enfer de l'ambition organisée. Un enfer rempli de blâmes, d'accusations, de sabotage, de déception et surtout de recul.

Vous comprenez qu'au tout début de la conversation avec Nancy au sujet de la Roue de l'intention, je faisais preuve de patience, mais rapidement un point de bascule s'est produit. Les mots tels qu'origine et destination et particulièrement l'expression l'état d'esprit avec lequel on réalise sa destination, m'ont carrément propulsé dans un autre monde que celui des objectifs sans lendemain.

Plus Nancy m'expliquait les éléments et plus je découvrais le fameux pourquoi du comment et c'est peu dire. Une recette si simple et si efficace.

Nancy a raison parce qu'elle intègre à sa Roue de l'intention cet élément magique, d'une puissance sans limite. Cette magie se résume en un seul mot : l'attitude. L'attitude avec laquelle j'entreprends une destination fera de cette destination une expérience de satisfaction ou de déception, rien de moins.

Imaginez que je veuille aller me reposer à Cuba, mais que mon attitude soit celle de me défendre contre tous ceux et celles qui veulent m'exploiter. Alors je vais négocier tout ce que je peux négocier, le prix de ceci, de cela. Je vais entreprendre la recherche du fameux « deal » qui va faire de moi le champion des consommateurs avertis.

Mon attitude est celle d'un guerrier, d'un justicier assoiffé de gains pour moi et seulement pour moi. Si jamais, je vais à Cuba, avec cette attitude-là, soyez assuré que jamais je pourrai être satisfait. Je suis en guerre contre ceux et celles qui peuvent faire de ce voyage un paradis. Même si mon intention est noble, soit celle d'aller me reposer, avec cette attitude de vouloir gagner à tout prix, je mets tellement de conditions à réussir que je ne peux que faillir.

Revenons à l'exemple d'aller se reposer à Cuba. Imaginez que j'imagine le tout parfait, simple et facile. Imaginez que j'imagine que toutes les solutions qui feront de Cuba une destination idéale à mon repos m'attendent. Tout est en place. Je n'ai qu'à me présenter.

Imaginez que cet état d'esprit de facilité et de simplicité soit mon état d'esprit pour réaliser mon plan d'actions. Imaginez lorsque je vais appeler un agent de voyage « le deal » qu'il va me présenter, imaginez quand je vais regarder les annonces ce que je vais découvrir pour faciliter mon choix.

Pour moi, le secret de Nancy et la puissance de la Roue de l'intention résident dans l'état d'esprit avec lequel nous entreprenons notre destination.

Ce que je sais aussi de Nancy, c'est qu'elle a découvert 2 éléments qui facilitent la réussite de ce qu'on entreprend. Le premier est le sens que nous donnons à ce que nous faisons. Le sens, c'est comme l'essence du pourquoi. Il réside toujours dans le futur. Cela fait sens pour moi parce que je pourrai ou que je saurai. C'est la raison de mon présent.

L'autre élément est le plaisir. Avoir du plaisir à faire ce que l'on fait. Prenons par exemple le piano. Vous décidez d'apprendre une nouvelle pièce de piano, plutôt ardue et qui va exiger plusieurs heures de pratique, exemple, vous voulez interpréter du Chopin. Pour donner un sens à tout ceci, vous décidez que lorsque vous aurez maîtrisé Chopin, vous allez enregistrer le concert sur un CD et le vendre ou le donner à vos connaissances comme souvenir de votre prestation. Le CD donne un sens à votre travail.

Maintenant ajouter le second élément : le plaisir de dépasser votre dextérité, d'amener vos doigts à répondre aux commandes de Chopin. Maintenant, imaginez qu'un jour, vous êtes devant le piano et que vous n'arrivez pas à trouver l'énergie nécessaire pour

pratiquer. Vous pouvez alors vous rabattre sur le sens, le fameux CD en voie d'apparition. Si cela est suffisant, alors vous pratiquez. Si cela n'est pas suffisant alors vous prenez plaisir à voir aller vos doigts sur l'ivoire, vous prenez plaisir à admirer cette complicité du pouce et de l'annulaire qui produit cette séquence envoûtante et vous voilà parti pour la pratique. Il faut ces 2 éléments, un rationnel, le sens, et un émotif, le plaisir. L'un satisfait l'esprit et l'autre, le corps.

Nancy est une spécialiste dans l'art d'acquérir des compétences et de comprendre comment réaliser à quoi l'on se destine et ce sont, pour Nancy, des champs de compétences naturels. Je vous invite à poursuivre la lecture. Vous comprendrez ainsi pourquoi. De plus, elle enseigne magnifiquement.

Il y a 5 éléments à la roue de l'intention. Les uns aussi intelligents que les autres. C'est une recette. Il suffit de combiner les éléments pour obtenir les résultats. Tout comme pour obtenir un gâteau, il faut suivre la recette. Il faut connaître les éléments, les combiner, les faire cuire et voilà le gâteau est prêt à être dégusté.

La Roue de l'intention est complète en elle-même. Il suffit de l'expérimenter pour obtenir ce que vous souhaitez et encore une fois, il provient de l'état d'esprit avec lequel vous accomplissez votre plan d'actions. La Roue de l'intention est adaptative, elle génère une providence à la mesure de vos souhaits. Elle fait surgir cette lumière si nécessaire à décoder ce que camoufle l'ombre. Je vous souhaite de découvrir l'intelligence et d'expérimenter la puissance de cet outil qui permet de créer sa vie.

Ah! Oui, Nancy m'a demandé de parler de son titre « Mettre l'épaule à la roue ».

Selon Wikipédia, **METTRE L'ÉPAULE À LA ROUE**

Anglicisme, expression calquée de l'anglais **put one's shoulder to the wheel**.

Locution verbale

mettre l'épaule à la roue /mɛtʁe lɛ.pɔl a la ru/ (conjugaison de mettre)

(Canada) Travailler soi-même à quelque chose, s'engager dans une action concrète.

Je ne sais que dire sauf de compléter le titre par :

METTRE L'ÉPAULE ET VOTRE CŒUR À LA ROUE.

Merci Nancy de m'avoir offert cette belle opportunité de te dire Merci ! Mon cœur et mon esprit te disent Merci ! Merci en toute lumière, Et comme le dit si bien Nancy, « Bonne destination mes amis! »

Au sujet de Nancy

Un cerveau qui n'écoutait pas

Combien de fois vous est-il arrivé de réaliser que vous n'aviez aucune idée comment de faire quelque chose ? Vous demandez à votre cerveau de vous fournir une toute petite idée, une piste de solution, mais vous restez devant cet immense rien, seulement un grand vide. Puis devant cet état de fait vous demandez à quelqu'un et, celui-ci, vous répond qu'il n'y a rien de compliqué, il suffit de faire ceci ou cela et c'est fait. Peut-être que vous ne vous souvenez pas d'avoir souffert de ce vide, alors simplement pensez au Cube Rubik. Aligner une couleur par coté, rien de géant, mais pourtant, le nombre d'heures passées à tourner et retourner les faces du cube. . . Revenons à ce grand vide du « ne pas savoir comment faire ». Imaginez maintenant que ce grand vide est ce qui est le plus présent dans votre enfance, votre adolescence. Imaginez ce qui est si simple pour les autres est une énigme totale pour vous. Imaginez un cerveau qui ne répond pas à vos demandes. Imaginez le meilleur ordinateur de la planète connecté sur le meilleur robot, mais qui ne savent pas communiquer ensemble. Chez les humains, ce manque de connexion entre le « cerveau qui sait » et le « cerveau qui fait » est appelé dyspraxie.

Les enfants qui souffrent de dyspraxie sont malhabiles malgré leur grande intelligence. Ils perçoivent, ils savent quoi faire, mais leur « cerveau à faire les choses » ne répond pas. Un exemple : ce que le cerveau doit faire pour traverser une rue. Simple comme bonjour, me direz-vous. Voici la composition du simple comme bonjour. 85 % des gens

utilisent toujours le même pied pour embarquer dans la rue et sortir de la rue. Ce n'est pas un geste au hasard ou selon votre humeur, c'est un geste planifié, organisé et appliqué au quart de tour. Si une personne commence avec le pied droit, quelle que soit la largeur de la rue, elle ressortira avec le pied droit en premier. Le pied droit est le premier à entrer dans la rue et il est le premier pied à toucher au trottoir de l'autre côté et ceci en gardant à l'esprit que la rue soit 10 ou 12 ou 15 pieds de largeur.

Le cerveau s'organise pour donner la même réponse : pied droit à l'entrée, pied droit à la sortie.

Rien de trop compliqué, me direz-vous, mais là où le travail est exceptionnel ça se situe au niveau des enjambées. Qu'importe la largeur de la rue, les enjambées sont égales. Pour que ceci arrive, il faut que le cerveau estime la distance à traverser, puis divise cette distance en longueur habituelle d'enjambée et ajuste le tout pour que le pied droit soit le premier pied à toucher au trottoir de l'autre côté et, bien entendu, en harmonie pour ne pas déstabiliser le corps par des petits pas de rattrapage. Vous savez ces petits pas que les soldats font pour reprendre la cadence. Tout ce travail intellectuel est non conscient pour la presque totale majorité des humains. Sauf pour les cerveaux aux prises avec une déconnexion, une dyspraxie. Ces personnes doivent calculer consciemment toutes les distances. La largeur des passages, la hauteur des marches, etc. C'est une lourde tâche et c'est épuisant. Si votre cerveau ne calcule pas les distances correctement, vous ne pourrez pas vous promener dans les rangées d'un marché d'alimentation sans frapper et les étagères et les gens.

Mentalement habile et physiquement maladroit

Imaginez, passer votre enfance et votre adolescence à être reconnu un petit génie à l'école et comme une tête de mule quand il s'agit de faire les choses comme s'habiller, ranger sans tout casser ou échapper, courir sans tomber à la troisième enjambée, pédaler avant de tomber de la bicyclette. Vous pouvez sans doute facilement accepter que ce genre de contradiction d'être mentalement habile et physiquement maladroit puisse produire des images du soi-même qui suscitent le questionnement.

Ajoutez à la dyspraxie, une famille dysfonctionnelle imbibée de fatalité et la présence bénéfique de grands-parents qui louangent la détermination à vivre, à apprendre, à reprendre des milliers de fois le même mouvement de cet enfant dont le cerveau n'écoutait pas. Les grands-parents voyaient clairement, en Nancy, la présence du divin.

La découverte

Maintenant, vous pouvez imaginer pourquoi le quotidien de Nancy n'a rien à faire avec le nôtre, car Nancy utilise un cerveau qui ne l'écoute pas. Pourvue d'une intelligence hors de l'ordinaire, elle a dû faire son deuil de la normalité. Si à 19 ans, son cerveau la destinait à la chaise roulante, son esprit a décidé d'observer le phénomène de la dyspraxie pour comprendre comment arriver à des résultats.

Nancy a étudié la chimie alimentaire et elle possède une solide base de connaissances sur les effets des aliments sur le cerveau et le corps. Elle a développé une compréhension du fonctionnement du cerveau et des techniques qui permettent de faciliter les acquisitions de compétences significatives pour le cerveau. (ajoutez les 3 fonctions du cerveau.) Ceux et celles qui ont l'occasion d'expérimenter le « Brain gym » avec Nancy savent que les capacités de notre cerveau dépassent largement nos croyances au sujet de nos habilités à faire les choses. En plus de travailler avec le

dépassement du cerveau, Nancy partage dans tous ses ateliers, ce que j'appelle une grande découverte faite sur le terrain et non pas dans les livres.

Souvent, la solution est dans la simplicité. Rien de neuf, me direz-vous et vous avez raison, par contre il faut la comprendre cette simplicité de la solution. La voici dans mes mots et non pas dans les siens.

Il y a deux éléments essentiels pour acquérir un comportement et ainsi éviter de remettre à demain ce que l'on aurait dû réaliser hier.

Nancy vous expliquera qu'il faut savoir pourquoi on veut acquérir ce comportement, obtenir tel ou tel résultat. Il faut que ça fasse « sens » pour vous, mais seulement pour vous, dans votre vie privée. Puis il faut prendre plaisir à faire ce que l'on ne sait pas faire. Dès que ces deux éléments furent omniprésents dans la vie de Nancy, chaque jour apportait son dû de miracles, de dépassements, d'améliorations, et ceci, à un point tel qu'aujourd'hui, j'oublie que Nancy est différente, je vois le maître en elle et je suis fier de la connaître.

Il est évident qu'il y a un autre élément à cette transformation qu'elle nomme affectueusement son mari. Jean-Marc un être extraordinaire, un enseignant hors de l'ordinaire et d'une radieuse générosité qui fait comme seul un amoureux sait le faire soit de participer à une vie de géants.

Mon cerveau, mon meilleur ami

Avant de rencontrer Nancy, je trouvais accaparant tous les rituels de disciplines à faire, auxquels je devais me restreindre pour obtenir un petit plus dans ma vie.

Lorsque j'ai rencontré Nancy, je fus renversé de la facilité avec laquelle elle recevait l'information. Je me suis même permis de la tester en lui lançant toutes sortes de concepts qui habituellement alourdissent le raisonnement, mais dans son cas, tout restait léger, manœuvrable. Elle me semblait sans limite, sans résistance. À chaque rencontre sur la Roue de l'intention, j'expérimentais cette infinité, une intelligence qui me semblait sans limite ce qui me permettait de déployer toute sortes de nuances, de perspectives.

Dans l'exercice de la Roue de l'Intention, il y a à un certain moment la rencontre entre la Source, le profond plaisir d'être et le sentiment, cette manifestation du sens profond du pourquoi de la Roue. Dans cet espace de clarté, l'immense talent de Nancy m'apparut. Habituellement le cerveau a 2 grandes fonctions celui du savoir-être et celui du savoir-faire. Lorsque vous lisez ceci, vos 2 cerveaux lisent cette information mais dans leur dimension respective. Votre cerveau du savoir-faire détermine au fur et à mesure de la lecture à quel point c'est réaliste, faisable et surtout nécessaire. Pour le cerveau du savoir-être c'est toute une autre histoire. C'est la dimension de toute l'identité, des secrets de famille, des « images-limites » et plein d'autres.

Lorsque Nancy reçoit de l'information, elle ne peut pas tenir compte du savoir-faire, mais seulement du savoir-être. Lorsque je lui parle, il n'y a que de place que pour le

savoir-être. C'est la savoir-être qui crée le savoir-faire. Demandez à Nancy, son remède à la dyspraxie, c'est le savoir-être.

La Roue de l'intention est cette magnifique synthèse du savoir-être qui permet aux maladroits que nous sommes de devenir des maîtres de nos vies, de nos ambitions et surtout de notre goût de vivre nos désirs, nos souhaits.

Maintenant, que mon cerveau est mon meilleur ami, nos meilleures sorties sont celles de la Roue de l'intention. C'est notre meilleure façon d'être amis, de trouver le sens, l'attitude et surtout le plaisir de faire nouveau. Merci Nancy, d'être devenu qui tu es, un maître du savoir-être. --- *Serge Fréchette*