

C'est la vie!



François Levesque

2

CENTRE FORA

François Levesque

C'EST LA VIE!

**Série 3
Livre 2**

Centre FORA

**Sudbury (Ontario)
1994**

Données de catalogage avant publication (Canada)

Levesque, François, 1952-
C'est la vie!

Comporte 9 volumes, séparés en 3 sous-groupes :
débutant, intermédiaire et avancé.

ISBN 2-921706-04-0 (ensemble) ISBN 2-921706-12-1 (volume)

1. Lecture et morceaux choisis pour nouveaux alphabétisés. I.
Centre franco-ontarien de ressources en alphabétisation. II. Titre.

PC2115.L49 1994 448.6'2 C94-900659-9

Révision linguistique

Éditions Prise de parole, Sudbury (Ontario)

Conception de la page couverture

Groupe Signature Group Inc.

Illustrations

Marian Drouillard

Édition

**Centre franco-ontarien de ressources en alphabétisation
(Centre FORA)**

C.P. 56 Hanmer STN MAIN Hanmer ON P3P 1S9

Tél. : 705•524•3672 ou 1•888•814•4422

Télec. : 705•524•8535

Courriel : info@centrefora.on.ca

Site Web : www.centrefora.com

© Tous droits réservés, Centre FORA, 1994

Il est interdit de reproduire en tout ou en partie le présent
ouvrage, par quelque procédé que ce soit.

Deuxième réimpression, 2021

La réalisation de ce document a été rendue possible grâce à une
contribution financière de Santé Canada, Programme d'autonomie
des aîné(e)s, n° du projet - 4687-05-90/018. Les opinions exprimées
dans ce livre sont celles de l'auteur et ne sont pas nécessairement
celles de Santé Canada, ou du Centre FORA.

Dépôt légal — troisième trimestre 1994

Bibliothèque nationale du Canada

Je remercie Jacqueline, Robin, Christian et
Nathalie. «Par votre présence vous
enrichissez ma vie.»

François Levesque

*Le Centre FORA désire remercier les Éditions Prise de
parole de Sudbury (Ontario) pour leur collaboration
à la production des neuf livres de la collection C'est
la vie!*

Avant-propos

La collection *C'est la vie!* regroupe neuf livres visant trois niveaux identifiés par trois couleurs : débutant (jaune), intermédiaire (vert) et avancé (bleu). Les textes sont courts et présentés sous diverses formes : prose, poésie, lettre. Ils parlent du vécu des gens parfois avec humour, parfois avec sérieux. Amusants et informatifs, les textes sauront intéresser les personnes âgées autant que les adultes et les adolescents.

L'auteur, François Levesque, directeur de l'École de pensée Éducation populaire, sait observer les gens et leur façon de vivre. Il fait preuve aussi d'une très grande imagination. C'est un auteur qui sait faire penser, faire rêver et faire rire les lecteurs. Lorsque ses amis lui demandent d'où lui viennent les idées pour toutes ses histoires, voici ce que François leur répond : «Je me base sur des faits réels. J'aime raconter des situations qui me sont arrivées à moi ou à des gens que je

connais. J'exagère parfois mais ce sont quand même des faits vécus. Je suis chanceux d'être l'ami de personnes intéressantes. Cela m'inspire!»

Il est évident que François Levesque a pris grand plaisir et grand soin à écrire ces textes et que Marian Drouillard a eu autant de plaisir à les illustrer. Nous vous souhaitons ce même plaisir à les lire.

TABLE DES MATIÈRES

Il bat sa femme	9
Rêve d'eau	10
La situation mondiale	12
La planète Tournesol	14
L'influence des hamburgers	16
Depuis son départ	18
Je t'aime	20
Un jour!	22
Les francophones de Windsor	24
Deux jours à Niagara Falls	26
Tu as oublié?	28
Miaou!	31
Porter des lunettes	34
Un prix d'ami	36
Comme une bombe	38
Notre première rencontre	40
Moyens de combattre le cancer	42
Je voulais t'acheter!	44
Trop, c'est trop!	46
La mauvaise humeur	48
À l'aide!	50

En guerre contre les fumeurs	52
J'arrête de fumer	54
Sauter en parachute	56
La forêt s'anime	58
La vie d'un sculpteur	60
Vas-y, coupe!	62
Le service aux tables	64
L'éboueuse	67
Les formulaires d'impôt	68
Régime un peu banane.....	70
Une famille occupée	72
À l'aventure	74
Partir pour deux jours	76



IL BAT SA FEMME

Mon meilleur ami a des problèmes. Il bat sa femme. Il perd la tête et il la frappe. Il se fâche sans raison. Il éprouve beaucoup de remords après avoir agi ainsi, mais il est trop tard!

Il avoue ne pas pouvoir se contrôler. Il aime sa femme, mais il n'arrive pas à surmonter les épreuves normales de la vie. Si le ménage n'est pas fait ou si le repas n'est pas chaud à son goût, il se fâche. Sa femme fait tout pour lui plaire, mais il continue quand même. Tout prétexte est bon pour la frapper.

Il croit qu'il agit ainsi parce qu'il a souvent vu son père battre sa mère. En fait, il est comme son père et il se déteste.

Il a l'intention de demander l'aide d'un psychiatre. Sa femme l'aime, mais elle veut partir parce qu'elle a peur. Il espère pouvoir changer.



RÊVE D'EAU

Je vis près de la rivière. De ma chambre à coucher, j'aperçois les bateaux qui passent à l'horizon. Je rêvais depuis des années de posséder une telle demeure. Enfin mon rêve s'est réalisé. Mais je ne suis pas heureux!

J'ai tout ce que je désire sauf un réel plaisir à vivre près de l'eau. L'eau est trop polluée. On ne peut pas se baigner sans craindre d'attraper une maladie quelconque. Lorsque je vais à la pêche, je ne peux pas manger les poissons parce qu'ils sont contaminés par la pollution. Et ça ne s'améliore pas! Au contraire, la situation devient de plus en plus grave. Le fait que l'eau que je bois provient de la rivière m'inquiète. Le gouvernement nous dit que l'eau potable est nettoyée de ses impuretés, mais les scientifiques disent autrement.

J'espère qu'un jour il sera possible de me baigner comme avant et de ne plus être obligé de me protéger de la pollution de l'eau. Je vais écrire à mon député pour lui demander d'aborder la question avec le ministre de l'Environnement.

Je suis convaincu que plusieurs personnes pensent comme moi.

LA SITUATION MONDIALE

Il est facile de constater qu'à travers le monde :

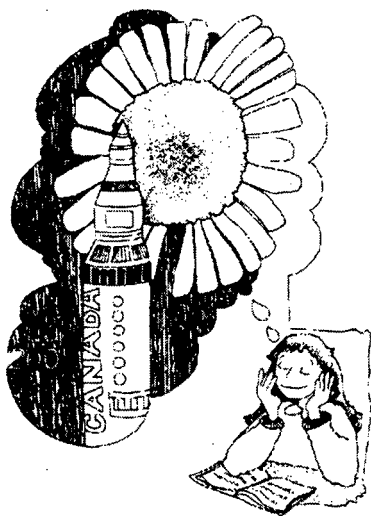


- Tous les pays souffrent des pluies acides. La pollution créée dans les pays industrialisés se répand partout à travers le monde.
- Les êtres humains doivent maintenant vivre avec la possibilité de guerres nucléaires.
- Les pêcheurs exploitent beaucoup trop les ressources des océans. Plusieurs espèces de poissons et de mammifères marins sont disparus ou en voie de disparition.
- Les déchets humains sont jetés dans des cours d'eau qui servent de source

d'approvisionnement en eau potable. Cela équivaut à diluer l'eau des toilettes et à la filtrer pour la boire!

- Des milliers de produits chimiques sont utilisés chaque jour. Certains de ces produits sont cancérogènes. Les compagnies sont souvent plus intéressées par leurs profits que par la santé des êtres humains. Les fruits que nous mangeons sont couverts de produits chimiques.
- Les êtres humains, les forêts, les poissons et les animaux sont en danger. Tout le monde dit que ça ne peut pas continuer.

Que faites-vous pour contribuer ou pour remédier à cette situation?



LA PLANÈTE TOURNESOL

Nous sommes en l'an 2054.

Un enseignant d'histoire raconte à ses élèves :

— En l'an 2005, des astronautes canadiens ont découvert la planète Tournesol. Sur cette planète, les habitants recherchaient le bonheur sous toutes ses formes. Tous étaient traités également. Il n'y avait pas de discrimination sociale. Les armes n'avaient

pas été inventées. Il n'y avait jamais eu de guerres. L'harmonie régnait.

Les astronautes étaient méfiants. Ils ne voulaient pas être trompés. Ils croyaient que la planète était une illusion, un mirage. Ils ont décidé de l'explorer un peu plus et après dix jours, ils nous ont transmis le message suivant :

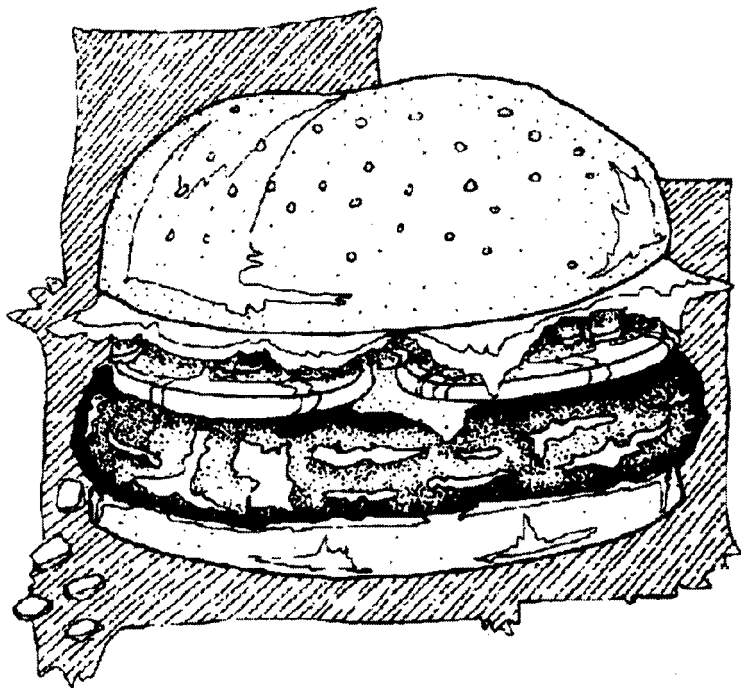
«La planète est merveilleuse. Tout le monde est gentil. Nous sommes accueillis comme des rois. Nous restons. Nous détruisons notre vaisseau spatial pour protéger la planète Tournesol contre l'invasion des Terriens. Ceci est notre dernière transmission.»

Une élève demande :

— La planète Tournesol existe-t-elle vraiment, monsieur?

L'enseignant lui répond :

— Oui! Ferme tes yeux et rêve... Tu la verras peut-être!



L'INFLUENCE DES HAMBURGERS

Nous, les hamburgers, les gens aiment nous manger. J'avoue même ne pas connaître une seule personne qui ne nous mange pas.

Deux morceaux de pain, une boulette de bœuf, de la laitue, des condiments et puis

voilà, vous êtes servis! Cette recette équilibrée est l'assurance d'un repas qui fera l'admiration de vos amis. S'ils ne sont pas emballés, du moins ils ne se plaindront pas et ils seront satisfaits.

De plus, vous pouvez changer le mode de cuisson en passant de la poêle à frire au four à micro-ondes ou à la grille du barbecue. Un barbecue vous permet de socialiser à peu de frais.

En tant que hamburgers, nous sommes maintenant ancrés dans la société moderne. Même si vous vous méfiez du cholestérol, vous ne pouvez pas nous écarter. Nous vous fortifions physiquement. Nous continuons à nous multiplier. Nous nous infiltrons partout et nous avons enrichi plusieurs commerçants qui connaissent notre secret.

Notre influence est sans pareille!



DEPUIS SON DÉPART

Je suis veuve. Mon mari est décédé depuis cinq ans. Je m'ennuie de lui. Je trouve la vie difficile depuis son départ.

Mes enfants vivent au loin. Ils ont dû s'éloigner à cause de leur travail. Ils

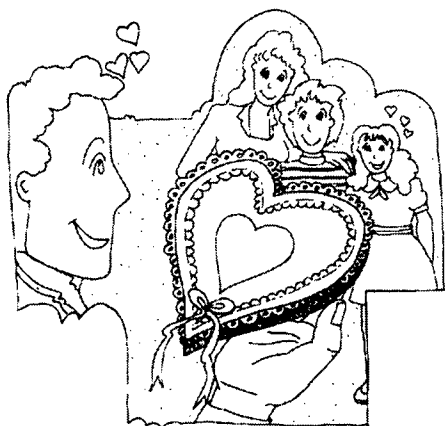
viennent me visiter une ou deux fois par année. J'aime les voir; ça me permet de parler de notre passé et de revivre de beaux souvenirs.

Ma vie n'est plus la même. Je me sens moins importante. J'ai l'impression de ne plus rendre service. J'ai besoin de me sentir utile.

Comme moi, plusieurs de mes amis sont à leur retraite. Ils vivent une vie sédentaire, mais ne sont pas seuls, eux. Parfois, lorsque je vois un couple de personnes âgées, je deviens triste. Je voudrais revivre des moments heureux avec mon mari, mais ce n'est plus possible.

Pour oublier mes problèmes, je fais du bénévolat dans un foyer pour personnes âgées. J'avoue que ça m'aide. Rendre service est la seule façon pour moi de tromper la monotonie de ma vie. Heureusement que je suis en santé!

JE T'AIME



Autrefois, les parents ne disaient pas à leurs enfants qu'ils les aimaient. Dire «je t'aime» était presque défendu. Après tout, si l'enfant était bien traité, c'était déjà

la preuve d'un amour incontestable.

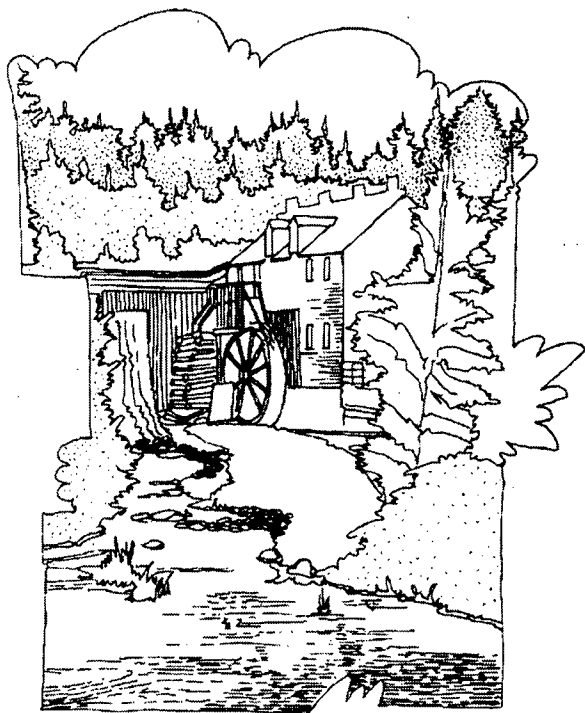
Comme des milliers d'autres jeunes, j'ai grandi dans une atmosphère plaisante, amicale et intéressante. Par contre, je dois avouer que j'avais besoin de me faire dire que l'on m'aimait. Même si je le savais, je voulais l'entendre. Mon père, lui, trouvait cela gênant d'exprimer ses sentiments. Ma mère, qui faisait tout son possible pour combler mes besoins, ne voyait pas la

nécessité de dire «je t'aime». Ces mots m'ont manqué pendant des années.

Aujourd'hui, avec ma femme, je dis «je t'aime» plusieurs fois par jour. Nos enfants trouvent qu'on exagère lorsqu'on leur dit «je t'aime» matin, midi et soir. Ils répondent : «Je sais! Je sais!» Mais ils aiment ça!

Quant à mes parents, je n'ai plus peur aujourd'hui de leur faire connaître mes sentiments. Ensemble on échange ces quelques «je t'aime» et on est heureux.

Je suis content que la vie ait changé et que «je t'aime» fait maintenant partie de notre vocabulaire quotidien.



UN JOUR!

Mes pieds parcourent la ville. Ma tête est à la campagne. En effet, je dois travailler en ville pour gagner ma vie. Je n'ai pas le choix.

Je suis venue au monde et j'ai grandi dans un petit village de la Gaspésie. Là-bas, le ciel est toujours bleu et l'air est pur et frais. Les villageois regardent passer les bateaux. La vie est sereine. Tout le monde se connaît. Les gens n'ont pas peur de s'entraider. Le rythme de la vie ralentit lorsque l'hiver arrive. Les gens jouent aux cartes et se racontent des histoires.

J'ai dû quitter tout ce patrimoine et m'exiler à la ville. Il fallait que je gagne ma vie. Les gens de mon âge n'ont rien à faire dans mon village. J'ai essayé de vivre d'artisanat en vendant aux touristes des meubles fabriqués à la main, mais en vain.

Je travaille maintenant pour le gouvernement. J'économise afin de m'acheter une petite ferme tout près de mon village natal.

Lorsque je m'ennuie, je pense à mon village et à ma famille. Un jour!

LES FRANCOPHONES DE WINDSOR

Au mois de juillet dernier, le travail de mon mari nous a fait déménager à Windsor.



J'étais convaincue que cette ville était entièrement anglophone et que notre héritage français était menacé.

À notre arrivée, j'ai été surprise de découvrir que plusieurs rues avaient des noms

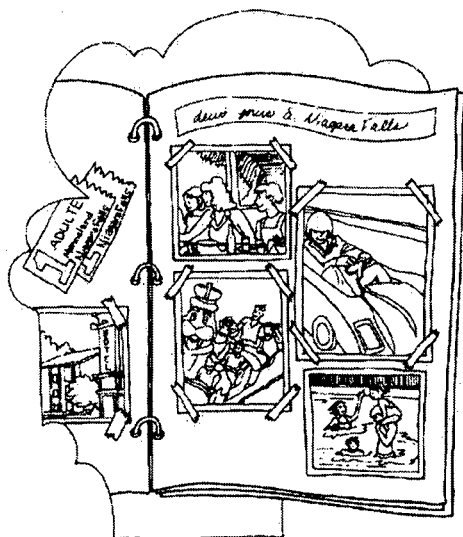
français, tels que Ouellette, Lespérance, Caron, Marentette, Pillette et Janette.

Les Franco-Ontariens de notre nouveau quartier nous ont expliqué que Windsor est vraiment l'un des plus anciens bastions de la langue française en Ontario.

Nous nous sommes même inscrits au nouveau centre francophone appelé Place Concorde. Cet endroit a été conçu pour faciliter et encourager le fait français. On peut s'y amuser, chanter, se baigner, suivre des cours du soir, se rencontrer et le tout en français!

De plus, les enfants peuvent poursuivre leurs études dans des écoles françaises. Il y a deux écoles secondaires françaises à Windsor. Chacune offre un enseignement de qualité supérieure. Les francophones de la région sont très bien organisés. Ils ont su assurer la survie de leur langue.

Depuis notre déménagement, j'ai trouvé un emploi, mon mari s'est adapté à son travail et les enfants sont heureux. C'est vrai qu'il faut faire un effort pour demeurer francophone à Windsor, mais c'est possible!



DEUX JOURS À NIAGARA FALLS

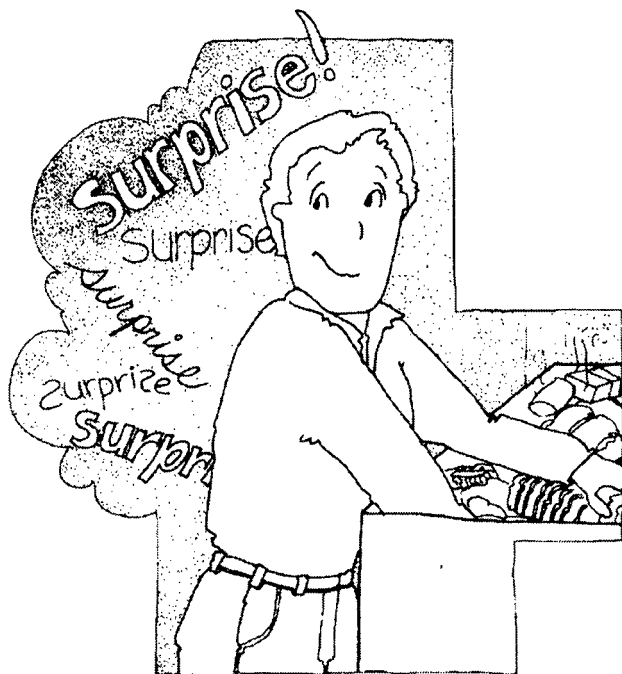
Ma famille et moi avons passé deux jours à Niagara Falls. Nous avons eu beaucoup de plaisir. À l'hôtel où nous étions installés, il y avait de tout pour s'amuser.

La première journée, nous nous sommes baignés dans la piscine. Ensuite, nous avons

joué au tennis et finalement nous sommes allés au restaurant. Notre repas était si délicieux que nous avons un peu trop mangé. Pour nous en remettre, nous avons fait la sieste sur le lit d'eau de notre chambre à coucher climatisée. À notre réveil, il y avait d'excellents films à la télévision. Nous avons donc commandé une pizza et nous sommes restés figés devant l'écran. Ce soir-là, nous avons dormi comme des rois.

Le lendemain, nous avons décidé de jouer au billard avant d'aller nous détendre dans le bain tourbillon. Après un autre excellent repas, nous avons fait l'expérience de conduire des voitures de course miniatures. La compétition était intense. Ensuite, nous avons visité un parc d'amusement. Le temps est passé rapidement.

Nous nous promettons d'y retourner. Cette fois, nous en profiterons pour voir les chutes. Il paraît que ça en vaut la peine!



TU AS OUBLIÉ?

La journée de mon anniversaire de naissance, je m'attendais à une surprise. Après tout, j'avais maintenant 40 ans. Pour moi, c'était une occasion bien spéciale. Aussitôt levé, je me suis précipité pour dire bonjour à ma

femme, Sylvie, et à nos trois enfants. Je retrouve Sylvie, seule et assise à la table de cuisine à lire le journal.

— Bonjour, Sylvie! Où sont les enfants?

— Bonjour, Robert. Les enfants sont partis chez leurs amis.

— Étant donné qu'aujourd'hui est une journée spéciale, je croyais que peut-être...

— Oui, je sais ce que tu veux dire. On devrait passer les samedis matin en famille, mais les enfants préféreraient simplement sortir.

— Tu as oublié?

— Quoi, donc?

Sur un ton un peu triste, je lui dis :

— C'est mon anniversaire aujourd'hui.

Sans même tourner la tête, elle répond :

— C'est vrai! Eh bien, joyeux anniversaire!

Je n'en croyais pas mes oreilles! Mes 40 ans allaient passer sans bruit. Ma famille m'ignorait. Je me sentais déprimé. À ce moment-là, Sylvie se retourne vers moi et me dit :

— Robert, irais-tu chercher un pain dans le congélateur au sous-sol?

En descendant chercher le pain, je m'imagine qu'il est tout moisi et que Sylvie en mange sans s'en apercevoir. Elle le mérite bien! Comme j'ouvre le congélateur, j'entends : «Surprise!» Mes enfants, mes amis et mes voisins s'étaient réunis pour me fêter!

Ma femme s'approche et chuchote :

— Tu sais bien que tu n'es pas du genre qu'on oublie. Profite de ta fête. Je t'aime!
Et tous se mettent à chanter : «Bonne fête, Robert!»



MIAOU!

Nathalie est assise sur une des branches de l'érable dans la cour arrière chez les Laframboise. Elle crie à pleins poumons :

— Au secours! Au secours!

Sa maman, Jacqueline, l'entend et sort rapidement de la maison.

— Mon Dieu, qu'est-ce que tu fais là, sur cette branche?

Nathalie lui répond :

— Noireau est monté dans l'arbre et il ne pouvait pas descendre. J'ai voulu l'aider. Maintenant je suis prise avec lui. J'ai trop peur de sauter.

François, le père de Nathalie, entend tout ce bruit.

— Qu'est-ce qui se passe, Jacqueline?

— Eh bien, François, c'est simple! Le chat et Nathalie ont grimpé sur la branche de l'arbre et ils ne peuvent pas en descendre. Je n'ai pas le temps de t'expliquer. Aide-les à descendre! Fais vite!

Avec difficulté, François s'empresse de monter dans l'arbre. Une fois rendu sur la branche avec Nathalie et Noireau, il regarde Jacqueline et lui dit :

— Tu sais, j'avais oublié que je souffre de vertige.

Il s'accroche à la branche d'arbre et se met à crier avec Nathalie :

— Au secours! Au secours!

Pendant ce temps, Noireau en a assez d'entendre ce vacarme et il décide de descendre. François se penche vers Jacqueline et lui dit :

— Tout ça pour aider un chat! Nathalie et moi, on a peur. Qu'allons-nous faire maintenant?

Jacqueline leur répond :

— Essayez de vous calmer. Je viens d'appeler les pompiers et ils s'en viennent vous aider.

Le chat les regarde en miaulant :

— Miaou! Miaou! Miaou!

PORTER DES LUNETTES

Autrefois, plusieurs personnes refusaient de porter des lunettes. Ces personnes, hommes ou femmes, donnaient comme raison :



- Je trouve que les lunettes me font paraître ridicule. Je me trouve laid lorsque je les porte. On dirait que je me promène avec des loupes sur les yeux.
- Les gens ne peuvent plus voir mes yeux parce que mes verres

sont trop épais. J'ai l'air d'avoir des yeux de fouine.

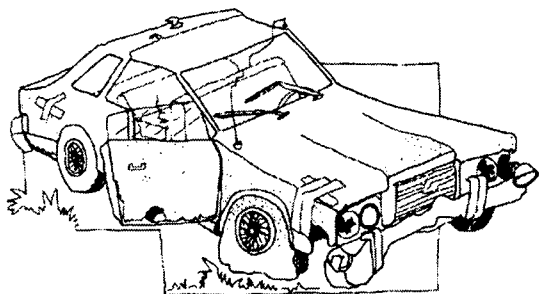
- Les femmes qui portent des lunettes ont l'air trop sérieux. Les hommes ne sont pas attirés par ce genre de femmes.
- Les lunettes donnent une apparence inférieure à un homme. Les femmes

désirent sortir avec des hommes parfaits.

- Mes lunettes sont trop lourdes. Elles me font mal au nez et aux oreilles!
- Si je porte des lunettes, ma vue va faiblir et je devrai avoir des verres de plus en plus épais.
- Les verres s'embuent en hiver quand on rentre au chaud. En été, les lunettes me glissent au bout du nez. Elles ne sont vraiment pas confortables.

Aujourd'hui, les gens ont un choix de montures presque illimité. Les lunettes sont à la mode. La technologie a permis d'améliorer l'apparence des lentilles puissantes. Plusieurs en profitent pour porter des lunettes afin d'améliorer leur apparence, même s'ils n'en ont pas réellement besoin. Ça leur donne un air professionnel.

Heureusement, les temps changent!



UN PRIX D'AMI

Isabelle trouve que ce n'est pas facile de faire l'achat d'une voiture usagée de bonne qualité. Elle raconte ses expériences à André :

— Dans les journaux, on annonce une multitude de voitures disponibles. Mon premier choix est une voiture à transmission automatique, à quatre cylindres. Je veux une voiture facile à conduire qui ne consomme pas beaucoup d'essence.

Chaque fois que je téléphone pour me renseigner sur une voiture annoncée, le vendeur me dit qu'elle est parfaite. Je me rends la voir et je lui trouve toutes sortes de

problèmes. La carrosserie est rouillée, l'huile coule du moteur, l'intérieur est en piteux état et la liste continue. Peux-tu m'aider?

André lui répond :

— Je crois pouvoir te rendre service, Isabelle. J'ai justement l'intention de vendre ma voiture. Elle n'a que quinze ans d'usure. Le moteur a huit cylindres. C'est un peu gros, mais il est en parfait état. L'intérieur est impeccable, à l'exception des endroits où mon chien dort durant les voyages. Le prix est très abordable, même que ça me convient si tu veux me faire des paiements mensuels.

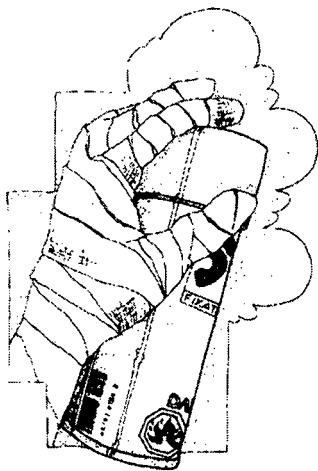
— Tu ferais cela pour moi, André?

— Bien sûr, Isabelle! Après tout, tu es mon amie.

Et les deux se dirigent vers le stationnement afin d'examiner la voiture et conclure une entente.

COMME UNE BOMBE

Roland fait parvenir une bande audio à une amie :



Chère Sarah,

J'espère que tu aimes ma voix. Je n'écirai plus de lettres pour un bout de temps. Je viens de subir un grave accident.

Le soir de mon anniversaire de naissance, mes amis m'ont fêté. On s'est rendu au chalet de mon père et on a allumé un feu de joie sur la plage. J'étais heureux! Je n'aurais jamais cru que...

Un des invités qui avait trop consommé d'alcool s'est mis à jeter des déchets dans le feu. Il trouvait ça drôle. Je l'ai vu jeter une bombe aérosol.

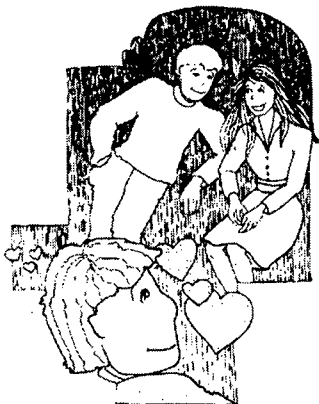
Je savais qu'une bombe aérosol peut exploser si on la jette au feu. Alors, j'ai réagi rapidement et je me suis penché pour la ramasser. Elle a explosé dans mes mains. Je n'ai ressenti aucune douleur. Mes amis criaient et pleuraient. À l'hôpital, on m'a expliqué que je m'étais brûlé le bout des nerfs.

Le chirurgien me dit qu'il va me falloir plusieurs mois, plusieurs années même, avant de pouvoir retrouver l'usage complet de mes mains. Je m'estime chanceux que mes mains aient protégé mon visage. Avec le temps, j'espère apprendre à vivre normalement.

Ton ami,

Roland

NOTRE PREMIÈRE RENCONTRE



Le jour du mariage est arrivé. Michel chuchote à Josée, sa fiancée :
«Te souviens-tu de notre première rencontre? C'était lors d'un souper chez des amis communs. Tu étais accompagnée de Jean-Guy. Au

premier coup d'œil, mon cœur s'est mis à battre à tout rompre. Je n'avais jamais rencontré une femme aussi jolie.

J'ai passé du temps à te regarder et à essayer de te connaître. Tes cheveux avaient l'air de la soie. Ton sourire me rappelait celui de la Joconde. Tes yeux perçants illuminaient la pièce. Je croyais rêver.

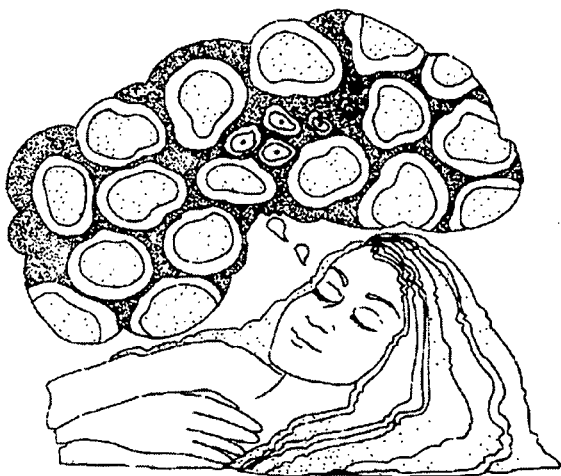
Je me suis approché de toi. Mes mains étaient moites. Mes genoux tremblaient. Je

ne voulais pas trahir mes émotions. Et puis... on s'est parlé! On a discuté de tout et de rien. Je me sentais si bien en ta présence. Je t'admirais et je voulais t'impressionner.

Naturellement, Jean-Guy était là. Il prenait part à la conversation, mais je ne pensais qu'à toi. Je voulais savoir pourquoi il était avec toi. Qu'avait-il de si spécial?

Je me suis senti beaucoup plus détendu lorsque j'ai appris qu'il était ton frère et que tu étais libre.

Aujourd'hui, on se marie et je suis l'homme le plus heureux de la terre.»



MOYENS DE COMBATTRE LE CANCER

Les scientifiques ont identifié d'excellents moyens de combattre le cancer. En voici des exemples :

- Étant donné que le tabac est directement relié au cancer, il faut éviter de fumer. Aussi, il faut refuser que les gens fument en notre présence. La fumée est très nocive pour les non-fumeurs.

- Des jeux vidéo ont été conçus afin que l'opérateur du jeu puisse attaquer les cellules cancéreuses. Ces jeux permettent aux gens atteints du cancer de pouvoir réagir psychologiquement à leur maladie. Les médecins remarquent que les patients qui utilisent cette approche semblent avoir une attitude plus positive. Ils éprouvent du plaisir à pouvoir attaquer leur ennemi.
- Le voyage intérieur est un moyen très intéressant. Les malades imaginent les cellules atteintes et «voyagent» à l'intérieur de leur corps pour les guérir. Ils utilisent leurs ressources psychologiques pour visualiser leur cancer.
- La consultation entre patients permet de s'encourager mutuellement. Il est très rassurant de parler avec des gens qui ont beaucoup d'expérience. Ça permet de comprendre la maladie et d'apprendre à l'affronter.



JE VOULAIS T'ACHETER!

La journée où je t'ai épousée,
Je me suis promis de te gâter.
Je voulais tout te donner :
Maison, voiture, appareils ménagers!
J'ai travaillé fort pendant des années
Afin de pouvoir tout te procurer.
Pour cela, il a fallu m'éloigner.
J'ai passé bien des heures à m'épuiser.

En premier, tu m'as dit : «Merci!»
Et puis tu as sombré dans l'ennui.
À nos enfants, tu as donné la vie;
Je n'ai été que témoin lorsqu'ils ont grandi.

Maintenant, tu me traites de bandit;
Tu m'accuses d'avoir volé notre magie.
Tu me dis des mots pas très gentils;
Tu me prends pour un ennemi.

Je ne voulais pas faire de toi une esclave;
Je croyais, par tout mon travail, être un brave.
Au contraire, j'ai fait des ravages.
Je n'ai pas vu commencer ta rage.

Si tu me donnes la chance de recommencer,
Je vais apprendre à communiquer.
Il n'est plus question de t'acheter;
Maintenant, je vais t'apprécier.

TROP, C'EST TROP!

Selon moi, les films d'horreur modernes sont d'un réalisme trop brutal. L'action est violente et crue. Le spectateur a de la difficulté à regarder l'écran tant la scène est répulsive.



Dans ces nouveaux films d'horreur, l'usage de couteaux qui coupent la chair avec une précision chirurgicale est commun.

L'utilisation d'une scie à chaîne pour démembrer une

personne est chose courante. Les rites sataniques qui font appel aux sacrifices humains sont devenus presque banals. Franchement, je trouve ces films dégoûtants.

La popularité des films d'horreur modernes est due aux effets spéciaux morbides plutôt

qu'à une histoire logique et balancée. De plus, la violence est présentée à un rythme ultrarapide pour satisfaire la soif de sang des spectateurs. Dans un monde aussi violent que le nôtre, j'ai de la difficulté à comprendre la raison d'être de ces films. Notre société est en grave danger si la torture et la violence extrême sont devenues sources d'amusement et de divertissement.

Je trouve que les films d'horreur sont une bonne idée parce qu'ils font partie de notre culture. Cependant, le suspense et une bonne histoire suffisent. Je refuse de croire à la nécessité de pousser la violence à l'extrême.



LA MAUVAISE HUMEUR

Parfois, je me lève de mauvaise humeur. Ça me rend malheureux. Je suis déprimé sans raison valable. Je n'aime pas ces moments. Il m'arrive de ne plus m'aimer et de me sentir mal dans ma peau.

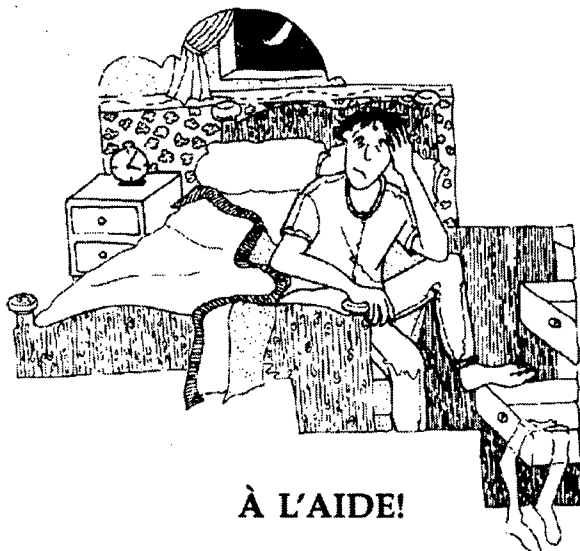
J'ai trouvé quelques moyens de réagir à ces sentiments.

Je discute de mes problèmes avec un ami qui me comprend et qui m'aide à penser de façon positive.

Au travail, je montre que je suis de mauvaise humeur et que j'ai besoin d'aide. La plupart du temps, mes coéquipiers font tout pour me faire sourire et pour changer ma façon d'être. Je redeviens moi-même et, ensemble, nous rions de la situation.

Je fais une liste écrite des bons et des mauvais moments de ma vie. La liste des bons moments dépasse de beaucoup celle des mauvais! Je me trouve aussi des qualités qui sont appréciées par les autres.

Ces moyens m'empêchent de m'en prendre aux autres et d'essayer de blâmer la société pour mes problèmes. Je crois qu'il faut s'aider dans la vie. De plus, nous aidons les autres en même temps.



À L'AIDE!

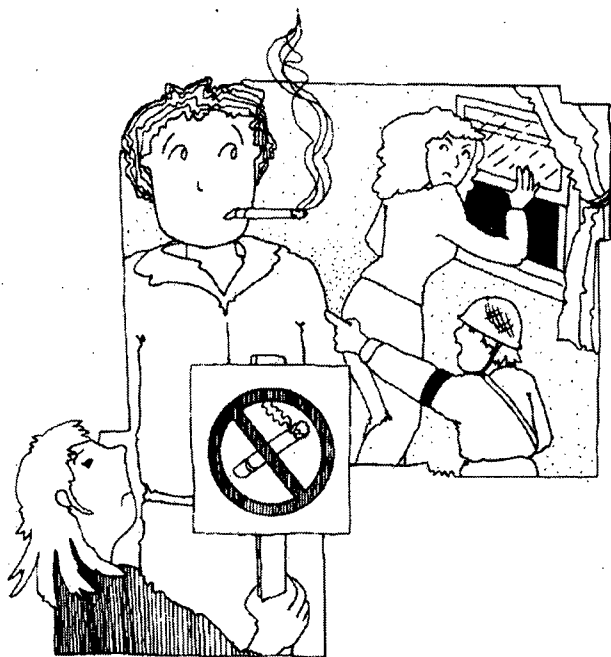
Je ne dors pas la nuit, je me sens nerveux, j'ai de la difficulté à me concentrer et je me sens fatigué. Mon médecin m'a dit que je souffre de stress et qu'il va falloir que j'apprenne à me détendre.

Je sais pourquoi je me sens ainsi. Voilà des mois que je travaille seize heures par jour, sept jours par semaine. Ma femme m'a averti, mais je n'écoutais pas. Longtemps, mes enfants ont cru que j'étais pensionnaire

dans notre maison, tellement j'étais absent. Un jour, ils sont partis. Je me suis dit qu'ils finiraient par comprendre et qu'ils reviendraient en s'excusant. Cela fait déjà trois mois et ils n'ont pas donné signe de vie.

Je travaille à mon compte et je planifie le chemin à suivre pour assurer la réussite de ma petite entreprise. Ça demande du temps et des efforts. Ce n'est pas facile d'essayer de gagner sa vie dans un monde aussi compétitif.

J'ai décidé de changer ma vie. Je suis malheureux et à bout de souffle. Je crois que je vais prendre deux semaines de congé et que je vais essayer de me faire pardonner par ma famille. Je vais leur expliquer que c'est par amour pour eux que je n'étais pas disponible et que j'admets ma faute. Avec de l'aide, je pourrais apprendre à me détendre. Nous pourrions retourner à une vie normale. J'espère qu'il n'est pas trop tard.



EN GUERRE CONTRE LES FUMEURS

Notre famille vient de déclarer la guerre. En effet, nous sommes contre les fumeurs. Nous savons que l'usage du tabac est nocif.

Notre maison est notre pays; les membres de la famille, notre armée. Je suis la générale.

Mon mari est le ministre des Affaires extérieures. Nos trois enfants sont les soldats.

Personne ne peut fumer dans notre maison. Notre plan est simple. Nous informons poliment les visiteurs qu'ils ne doivent pas fumer à l'intérieur. S'ils ne se conforment pas à notre demande, nous passons à l'action! Mon mari les met en garde contre les dangers du tabac. Il énumère les effets néfastes de la cigarette. Les enfants défilent avec des affiches géantes indiquant l'interdiction de fumer. J'ouvre les fenêtres de la maison et j'installe un ventilateur tout près de l'ennemi.

Jusqu'à présent, notre armée est victorieuse. L'ennemi est vaincu. Certains trouvent la situation amusante. Après de courtes négociations, d'autres vont fumer à l'extérieur.

Notre pays est sauvé jusqu'à la prochaine visite!

J'ARRÊTE DE FUMER



Ça fait longtemps que je veux arrêter de fumer. J'ai fait des plans de tous genres, mais je n'ai jamais eu la détermination nécessaire pour réussir.

Un de mes plans consistait à diminuer graduellement le nombre de cigarettes

fumées jusqu'à ce que j'arrête complètement. Ça fonctionnait bien, mais pour ma fête, une amie m'a donné une cartouche de cigarettes. Je ne voulais pas être impolie, alors je lui ai montré ma reconnaissance en fumant tous les paquets avec plaisir. Mon plan est tombé à l'eau.

Je me suis dit que j'arrêterais dès que mon niveau de stress personnel diminuerait. Il faut dire que j'ai toujours beaucoup de stress, alors je n'ai jamais arrêté.

Au nouvel an, j'ai pris la résolution, vous savez... Mais, j'ai commencé à engraisser parce que j'avais arrêté de fumer. Comme je n'aime pas engraisser, je me suis remise à mon habitude.

J'ai mâché de la gomme à la nicotine que j'ai achetée à la pharmacie du coin. Ça me donnait des maux d'estomac et j'avais de la difficulté à dormir. Cette gomme semblait plus nocive pour ma santé que les cigarettes mêmes, alors j'ai choisi de continuer à fumer.

Je sais qu'il me faut arrêter. Je souffre d'asthme. Je n'aime pas vraiment le goût de la cigarette et je pue le tabac.

Pour l'instant, je vais m'asseoir, fumer une cigarette et planifier l'arrêt de mon accoutumance.



SAUTER EN PARACHUTE

La journée où je suis montée
Dans un avion, pour en sauter,
J'ai cru ma vie terminée;
Je n'arrêtais pas de trembler.

Je n'ai pas neuf vies comme un chat!
Et si le parachute ne s'ouvrait pas?
J'avais peur de m'aplatir en bas,
Passant brutalement de vie à trépas.

Au moment où il fallait agir,
J'ai bien cru ne pas réussir.
À la porte, j'essayais de me retenir,
J'avais peur à en mourir.

Dès que je me suis mise à flotter,
Ma tête, elle, s'est mise à tourner.
La vie devant moi s'est déroulée.
Sur la corde, bien sûr, j'ai tiré!

Le spectacle était merveilleux!
Je n'arrivais pas à en croire mes yeux!
Je flottais, seule, dans les cieux;
Tout me semblait mystérieux.

Lorsqu'au sol je suis arrivée,
Je me suis roulée et je l'ai embrassé.
Le sentiment d'être apeurée,
En plaisir s'était transformé.



LA FORÊT S'ANIME

Quand il fait beau dehors,
Je crée de l'art.

Avec des ciseaux de sculpteur,
Je m'exprime à plein cœur.

Je me rends à la forêt
Qui se situe tout près,
Et sur les troncs secs, à l'ombre du feuillage,
Je sculpte un nombre incroyable de visages.

Je vais toujours au même endroit,
Je me sens inspiré chaque fois.
Ça me rend vraiment heureux
De voir mon art en ces lieux.

J'ai enfin trouvé sur cette terre
Un endroit qui respire le mystère.
Mes créations ne connaissent pas la misère.
J'ai l'impression d'être leur père.

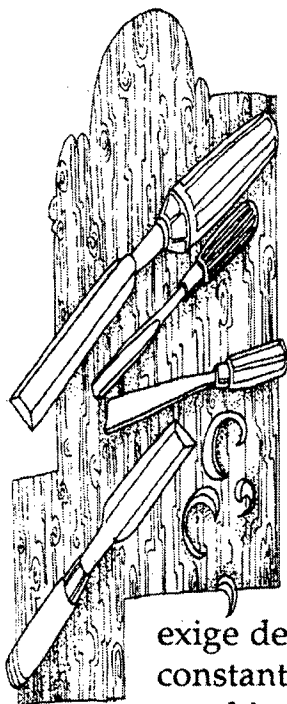
Parfois, j'invite un ami
À voir cet aspect de ma vie.
Mais il doit garder le secret
Avec le plus grand respect.

Dans mon monde, la forêt s'anime
Comme dans un grand film.
Tout comme un Amérindien,
Avec la nature, je renoue mes liens.

Je travaille assez rapidement
Parce que je possède un plan.
Je sais que les forêts disparaissent.
J'en profite tandis qu'il en reste.

Si mes sculptures sont appréciées,
La forêt sera peut-être sauvée.
Les gens pourraient faire un musée
De cet espace naturel tant aimé!

LA VIE D'UN SCULPTEUR



La vie d'un sculpteur est calme, détendue et solitaire. L'artiste passe des heures à créer diverses formes dans un matériau naturel. Les outils doivent être aiguisés régulièrement afin de trancher le bois dans le sens du grain.

Un sculpteur talentueux peut gagner sa vie en vendant ses pièces.

Devenir professionnel

exige des années de pratique constante. Le défi est de produire un objet d'art de qualité dans un

temps convenable. Le sculpteur s'appauvrit s'il prend trop de temps à réaliser un projet.

Les clients se rendent au studio du sculpteur et examinent les plus récentes œuvres à

vendre. De plus, ils peuvent commander des pièces uniques. Certains sculpteurs sont tellement occupés que les clients doivent attendre des mois avant d'obtenir leurs commandes.

La sculpture achetée devient une décoration qui fait parler bien des gens. Avec le temps, le prix de la sculpture augmente. C'est une excellente façon d'investir de l'argent.

Un sculpteur réalise des objets qui seront transmis avec fierté de génération en génération. Ce mode de vie est attirant pour les artistes désireux d'embellir notre planète.

VAS-Y, COUPE!

Depuis des années, je me rends au salon de coiffure où je dépense au moins huit dollars par mois pour bien paraître.

Ma coupe de cheveux me donne une allure professionnelle, mais je n'aime pas payer pour ce que je peux faire faire à la maison. Je viens de décider qu'à l'avenir, ma femme me coupera les cheveux.

Je lui explique mon plan :

— Jeannine, je viens d'acheter une tondeuse à cheveux électrique pour la modique somme de 75 \$. C'est très facile à utiliser et je veux que tu me coupes les cheveux. Les instructions indiquent que tu n'as pas besoin d'expérience.

Elle me répond :

— Encore un autre de tes plans de fou! Je n'ai pas l'intention d'essayer de te faire changer d'idée; je te connais trop bien. Qu'est-ce que je dois faire?

— C'est simple. Je m'asseois sur la chaise, tu branches l'appareil dans la prise électrique et tu coupes. Vas-y, suis ton instinct!

Jeannine, armée de la tondeuse et d'un sourire étrange, se met à me couper les cheveux. Quelques minutes plus tard, elle m'informe :

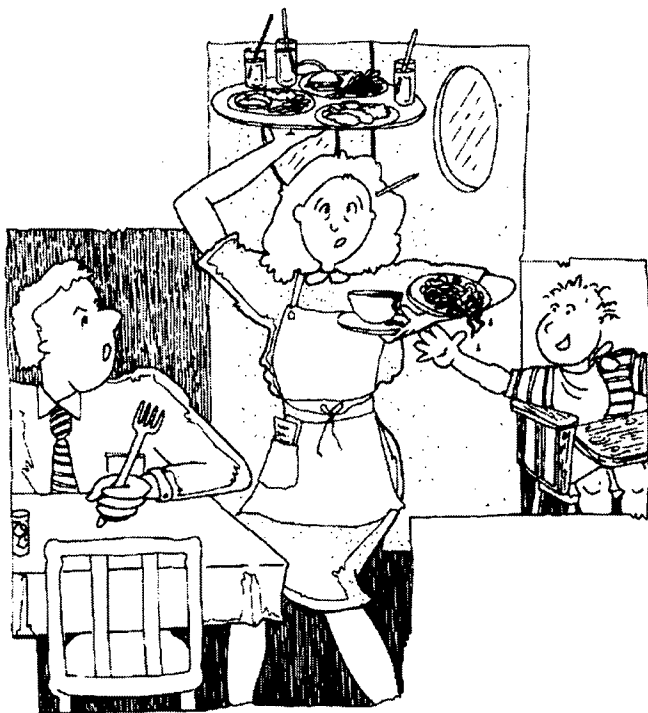
— J'ai terminé. Va voir les résultats dans le miroir.

Un coup d'œil dans le miroir et je m'empare de mon plus beau chapeau. Je me dirige à grands pas vers la porte.

— Où vas-tu? demande-t-elle.

— Premièrement au salon de coiffure et ensuite au magasin pour retourner la tondeuse électrique et me faire rembourser mes 75 \$.

Parfois vaux mieux dépenser un peu d'argent régulièrement pour un service assuré plutôt qu'une large somme pour un gadget qui nous fera tout gâcher.



LE SERVICE AUX TABLES

Ma sœur, Marie, travaille dans un restaurant où elle s'occupe du service aux tables. Elle trouve que c'est un emploi difficile.

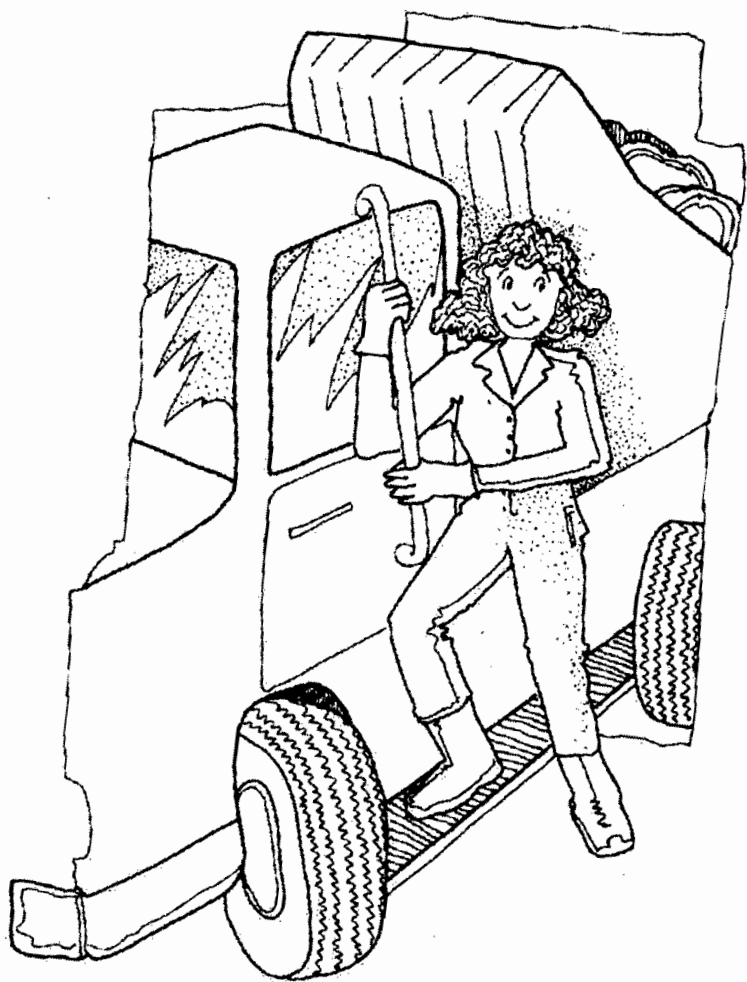
Elle me raconte :

— Les clients veulent un service rapide et attentionné. Je sais qu'ils ont raison. C'est parfois difficile à l'heure de pointe de répondre à tous leurs besoins. Je dois servir plusieurs tables à la fois et le temps manque.

La majorité des clients comprennent la situation et font leur possible pour me faciliter la tâche. Ils me rappellent gentiment mes oublis et ils me font signe quand vient le temps de régler l'addition. De plus, je peux voir, par leurs pourboires, qu'ils m'apprécient.

Parfois, un client manque de savoir-vivre. Il exige que je le serve immédiatement même si je suis occupée. Il se plaint de la nourriture sans raison valable. Rien ne le satisfait. Une telle personne a des problèmes personnels. Je dois être patiente et tolérante. Heureusement, cette situation est rare.

L'expérience d'être serveuse m'enseigne comment faire affaire avec le public. Je crois que c'est une excellente formation.



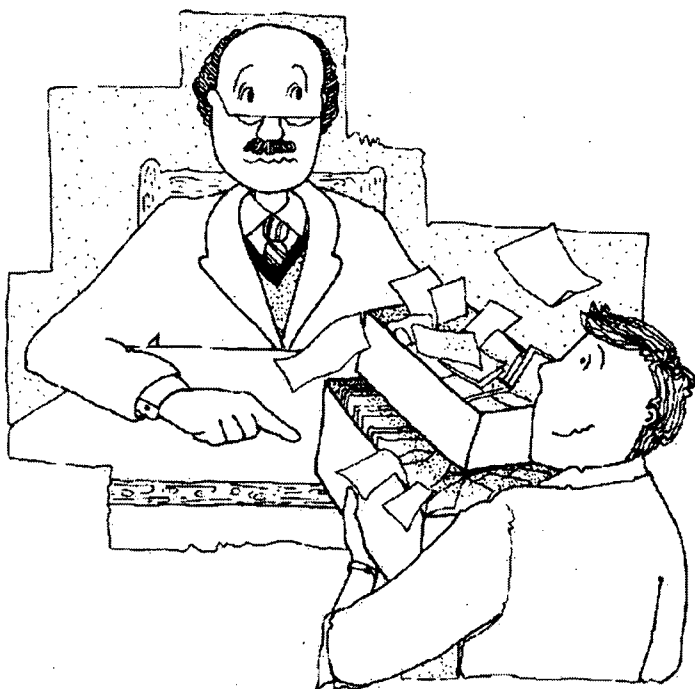
L'ÉBOUEUSE

Je suis une femme et je pratique le métier d'éboueur. Je conduis un camion et je ramasse les ordures ménagères de maison en maison.

Devenir éboueur n'est pas facile. Il faut avoir un niveau d'éducation acceptable et passer un test écrit. Surtout, il ne faut pas se soucier des préjugés des gens qui ridiculisent ce métier.

J'ai eu de la difficulté à faire accepter mon nouveau métier par ma famille et mes amis. Au début, mon mari disait que ce n'était pas un métier de femme. Mes enfants croyaient qu'ils seraient la risée du voisinage. Mes amis croyaient que ce métier n'était pas digne de moi. J'ai refusé de les écouter et j'ai gardé cet emploi.

Je gagne maintenant un bon salaire. Les heures de travail sont flexibles et tout le monde est heureux. Je ne m'ennuie jamais, car chaque jour est différent. Maintenant, mon mari cherche à savoir s'il n'y a pas de position disponible comme éboueur!



LES FORMULAIRES D'IMPÔT

Je suis comptable. J'établis le bilan financier de mes clients et je prépare leurs déclarations d'impôts. Certains clients sont organisés; d'autres le sont moins. Voici des exemples :

- Je reçois parfois des boîtes remplies de documents. Le client désire que je passe au travers de tout et que je complète son formulaire. Même lui n'arrive pas à s'y retrouver. Je ne panique pas. Je fais de mon mieux et je lui demande un prix approprié.
- De temps en temps, un client vient me voir avec presque rien. Il a perdu ses reçus et n'a aucun papier. Il voudrait pouvoir inventer des reçus à partir de nos conversations. Je lui indique ce qu'il faut obtenir, car mon travail doit être documenté.

Heureusement, la majorité des clients sont bien organisés. Je remplis leurs formulaires rapidement. Ils payent exactement le montant d'impôt que j'ai calculé. J'ai aussi beaucoup de plaisir à voir les réactions de ceux qui ont droit à un remboursement. Ces gens-là me trouvent génial!



RÉGIME UN PEU BANANE

Le mois dernier, j'ai décidé de suivre un régime amaigrissant. Je me suis promis de manger moins de nourriture engraisseante. Quelques jours plus tard, je lisais que manger des fruits avant les repas, ça coupe l'appétit. Quelle excellente idée!

Le problème, c'est que je n'aime pas vraiment tous les fruits. Je n'aime que les

bananes. Alors, j'ai décidé de ne manger que des bananes avant chaque repas. Je croyais avoir là une idée géniale.

Pendant trois jours, j'ai suivi fidèlement mon régime. Je commençais à perdre du poids, mais je trouvais cela monotone.

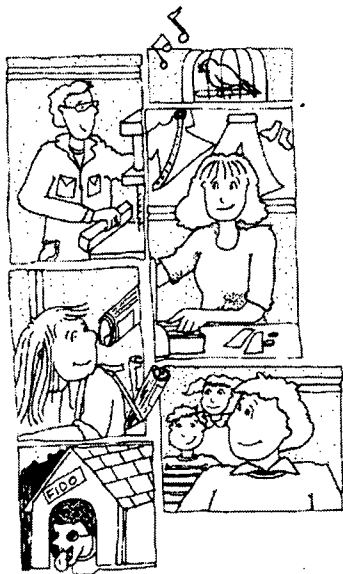
Pour varier mon menu et garder mon goût pour les bananes, j'ai cherché de nouvelles façons de les manger. Je me suis dit que si je mangeais des bananes avec les repas, ce serait tout aussi valable.

Un gâteau aux bananes, ce n'est que de la farine, des œufs et du lait et c'est nourrissant! Des morceaux de bananes trempés dans une fondue au chocolat, c'est un dessert bien mérité. Et la liste s'est allongée. Si bien qu'aujourd'hui, un mois plus tard, à quelques kilogrammes près, mon poids est le même... Hum!

Dernièrement, j'ai lu dans un autre livre que si une personne mange du yogourt...

UNE FAMILLE OCCUPÉE

Marie écrit à une amie :



«Vivre en famille aujourd'hui exige des sacrifices de la part de tous les membres afin de soutenir un mode de vie convenable. Notre famille compte quatre personnes.

Je travaille maintenant comme vendeuse dans un magasin de vêtements. À l'heure des repas, les employés des environs ont quelques minutes

pour faire des achats. C'est le temps le plus occupé pour la vente. Je mange lorsque j'ai du temps libre.

Mon cher mari, Paul, travaille à l'usine comme machiniste. Il doit souvent faire des

heures supplémentaires. Comme il est expert dans son domaine, c'est difficile pour lui de refuser. De plus, nous avons besoin d'argent!

Nos enfants, Sylvie et Gabriel, sont étudiants. Après l'école, Sylvie livre des journaux et Gabriel garde les enfants des voisins. Ces travaux leur donnent de l'argent de poche.

Même Fido, notre chien, a un emploi. Il doit surveiller la maison et nous protéger contre les voleurs. C'est le canari qui a le meilleur emploi. Il lui suffit de chanter pour nous rendre heureux.

Lorsque la fin de semaine arrive, nous passons du temps ensemble afin de compenser pour les activités de la semaine. La vie moderne est exigeante, mais nous sommes quand même heureux.»

À L'AVENTURE



En apparence, notre famille a une vie très structurée : nous habitons un quartier chic, notre maison est plus que respectable, notre voiture est une familiale importée, et notre chien a suivi des cours d'obéissance. Nous avons un style de vie très convenable aux yeux de la société.

En réalité, nous sommes une famille d'aventuriers de fin de semaine. Les portes de notre garage cachent une vieille fourgonnette 1964 qui est pour nous un moyen d'évasion sans pareil. Le vendredi soir, nous préparons notre nouvelle aventure : nous plaçons nos sacs de couchage et la nourriture nécessaire pour deux jours dans

la fourgonnette, puis nous partons pour des destinations inconnues.

Nos départs et nos retours se font toujours discrètement, dans la noirceur de la nuit. Si nos voisins découvraient notre secret, nous ne ferions plus bonne impression dans le voisinage.

Sur la route, nous devenons des intrépides et nous essayons de visiter le plus d'endroits possibles. Il n'y a pas de règles à suivre. Nous nous couchons là où nous nous arrêtons. Nous acceptons même que notre chien «arrose» les arbres au bord de la route. Nous vivons incognito, sans prendre de bains. Nous buvons des boissons gazeuses et nous mangeons des croustilles. Nous sommes de vrais «rebelles» — libres de toute contrainte.

De retour à la maison, nous retrouvons notre style de vie habituel, comme si de rien n'était, jusqu'à la fin de semaine suivante.



PARTIR POUR DEUX JOURS

Je suis père d'une famille de quatre enfants. J'essaie de passer le plus de temps possible avec ma famille. Je suis aussi un homme d'affaires et je dois m'éloigner de la maison une fin de semaine par mois afin de rencontrer des clients. Je voyage surtout en avion.

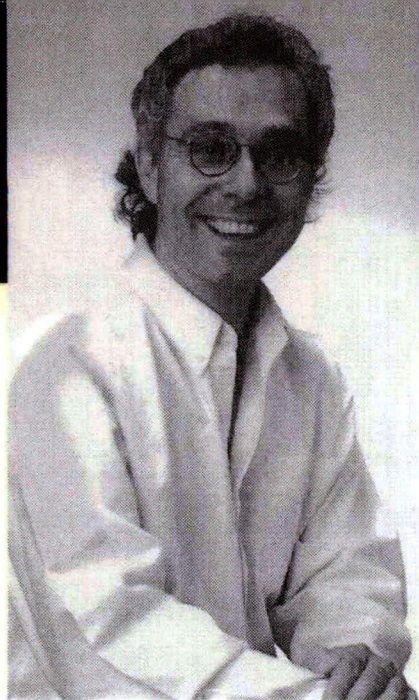
Avant mon départ, ma femme insiste pour que nous prenions un repas familial. À cause de l'horaire à suivre, ce repas est bien

souvent le petit déjeuner. Les enfants me donnent des conseils pour mieux vendre mes produits. Ils sont presque experts en marketing. Après tout, je vends des jouets et ils les connaissent.

Ma famille m'accompagne jusqu'à l'aéroport. Ma femme a déjà acheté le billet d'avion et les enfants transportent les bagages. Le moment du départ arrivé, ils se mettent à pleurer. Je ne peux résister à l'envie de laisser couler quelques larmes moi aussi. Ce n'est pas facile de partir pour deux jours.

Les autres passagers veulent savoir pourquoi nous sommes si tristes. Je fais semblant qu'il s'agit d'une mortalité. C'est plus facile de mentir que d'essayer d'expliquer notre situation.

À mon retour, je suis accueilli en héros. On passe des heures à se raconter ce qui s'est passé pendant mon absence. Je suis un père comblé!



François Levesque...

François Levesque adore les gens et la vie en général. Ébéniste, sculpteur, enseignant, technologue, sociologue, conseiller, il aime créer. Son plus grand bonheur est de rendre heureux les gens autour de lui, surtout par ses créations.

publié par



CENTRE FORA