



**PARTICI-PATRICK**

Lien autochtone



**4**  
**Patrick**  
4 life pour la vie

## Signification de la médaille du marathon 2010

### Les quatre couleurs de l'humanité

Au commencement, le créateur a rassemblé les quatre éléments, la terre, le vent, le feu et l'eau, et les a insufflés. De cette union, l'humanité fût créé.

Dans la culture Ojibway et celle de plusieurs autres peuples autochtones, le chiffre quatre demeure un symbole profondément sacré et divin et est l'essence de l'existence; les quatre points cardinaux où siègent les quatre forces de l'univers, les quatre saisons, les quatre stades de la vie de l'homme et les quatre couleurs (noir, blanc, rouge et jaune) représentent les races humaines.

Dans la conception des quatre couleurs, la roue de médecine représente la naissance, le renouveau et la continuité. Plus important encore, c'est un symbole englobant de la Terre Mère, à l'intérieur de laquelle les peuples du monde sont unis pour le bien ou pour le mal et ainsi, la vie prend son cours.

Fred Restoule (voir la photo ci-dessous), un artiste peintre autodidacte, qui aime particulièrement l'art autochtone et faunique. Cette année, c'est M. Restoule qui a fait la conception des médailles pour Partici-Patrick 2010. Portez les quatre couleurs avec fierté en vous souvenant de la signification que ces dernières ont pour la culture autochtone. Si vous voyez M. Restoule, assurez-vous de le remercier personnellement pour votre médaille.



## Signification de la médaille du marathon 2011

Chacune des quatre couleurs sur le médaillon représente un point cardinal et une race humaine.

- La couleur jaune représente Waabnong, l'Est et la race asiatique.
- La couleur rouge représente Zhaawnong, le Sud et les habitants d'origine de Turtle Island-North en Amérique.
- La couleur noire représente Engaabiiyanong, l'Ouest et la nation africaine.
- La couleur blanche représente Giiwednong, le Nord et la race blanche.

Ces couleurs représentent aussi les stades de la vie qui débutent à l'est et qui comprennent l'enfant, la jeunesse, l'adulte et l'aîné.

Le cercle, divisé en couleurs, représente la solidarité et l'égalité. Chacune de ces quatre nations possède des dons spéciaux et uniques qui peuvent devenir une communauté mondiale qui travaille en collaboration afin de prévenir le VIH/SIDA.

### **Migizi Miigwaans- la plume de l'aigle**

The migizi miigwaans –la plume d'aigle sur le médaillon représente la force et le courage. L'aigle peut voler le plus haut dans le ciel et le plus près de Gitchie Manido –le Grand Esprit. L'aigle migizi a l'honneur d'avoir la responsabilité d'apporter les prières des gens jusqu'à Gitchie Manido. Dans ce même sens, nous reconnaissons la force et le courage de Patrick et des personnes qui sont atteints du VIH/SIDA.





## La roue de médecine

La roue de médecine amérindienne est un outil puissant qui aide les gens à maintenir une vie équilibrée. La roue de médecine est divisée en quatre parties égales. Chaque quart représente une des composantes de la vie humaine : **la composante affective, spirituelle, physique et cognitive ou mentale.**

La roue de médecine nous enseigne que toutes les dimensions de notre vie doivent être bien équilibrées.

Le rouge, le jaune, le noir et le blanc de la roue de médecine représentent les quatre races de l'humanité. Chacune des parties du cercle est égale car d'après le Créateur, tous les humains sont égaux. Les différentes tribus et races sont comme les fleurs de diverses couleurs dans un pré.

La roue de médecine représente aussi les quatre points cardinaux : **l'Est, le Sud, l'Ouest et le Nord.**

- La sagesse amérindienne affirme que le Nord (Giwedenong) symbolise la pensée cognitive ou mentale.
- L'Est (Waabnong) représente la dimension spirituelle ou la recherche de soi-même.
- Le Sud (Nibinzhaawng) soutient l'affectivité soit, les émotions.
- L'Ouest (Epegiismong) démontre la composante physique qui est l'agir.

### Activité de la roue de médecine

Pense à un moment dans ta vie où les quatre dimensions humaines étaient en déséquilibre.

- Quel quart de la roue n'était pas équilibré?
- Pourquoi?
- Qu'as-tu fait pour retrouver l'équilibre?

Par exemple :

Le manque d'exercice = ton corps perd sa force = dépression au niveau affectif

Le manque d'activité physique a une influence sur la force de ton corps. Si ce manque d'activité physique persiste, tes émotions et ton habileté de penser clairement seront affectées.

## La roue de médecine

Quart	Ce qu'il symbolise	Questions que vous pourriez poser
<b>Affectif</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Habilité de s'entendre avec les autres</li> <li>• La façon de prendre soin des autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Est-ce que je passe assez de temps avec les autres? <i>(C'est possible que vous passiez trop ou pas assez de temps avec eux.)</i></li> <li>• Est-ce que je communique bien avec les autres?</li> <li>• Comment puis-je mieux communiquer avec les autres?</li> </ul>
<b>Spirituel</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Les croyances spirituelles</li> <li>• La façon d'agir selon vos croyances spirituelles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelles sont mes forces et mes faiblesses?</li> <li>• Quels sont mes besoins?</li> <li>• Quels sont les besoins des gens autour de moi?</li> </ul>
<b>Physique</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La santé physique</li> <li>• Les fonctions du corps</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quelle image ai-je de moi-même ?</li> <li>• Qu'est-ce que je pense de moi-même et de mon potentiel?</li> <li>• Comment est-ce que je me sens envers moi-même et mon habileté à grandir et à changer?</li> <li>• Est-ce que je réponds aux besoins de mon corps en ce qui a trait à : la nourriture, l'eau, l'air frais, l'exercice</li> </ul>
<b>Cognitif ou mental</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Le savoir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quel but est-ce que j'ai atteint?</li> <li>• Quelles nouvelles habiletés et attitudes est-ce que j'ai apprises?</li> <li>• Quelle nouvelle façon de vivre ou quelle nouvelle expérience de vie est-ce que j'ai acquise?</li> <li>• Est-ce que je prends le temps d'apprendre de nouvelles choses?</li> <li>• Est-ce que je me permets de changer?</li> <li>• Est-ce que je fais des bons choix?</li> </ul>