

# ÇA PRESSE!

## Où est Rémi?

Dans les Chic-Chocs! 🏔️  
Pour le 16<sup>e</sup> voyage initiatique de la Maison, sur le thème des barrières infranchissables, ces peurs, préjugés, fausses croyances et modèles mentaux qui nous empêchent parfois d'avancer... On a hâte de savoir ce qui a émergé!



## Activités à venir

1<sup>er</sup> avril:

**Lancement de la page Facebook publique de la Maison**

13 avril:

**Prendre soin de la vie dans toutes ses dimensions**, avec Rémi, Matthieu Ricard, Nicole Bordeleau, Jean-Marie Lapointe, Alexandre Jollien et plusieurs autres

15 avril (Québec) et 16 avril (Montréal):

**Dialogue entre Rémi et Alexandre Jollien**

30 avril et 1<sup>er</sup> mai (Montréal)

et 5-6 mai (Québec):

**Formation leader source et notre rapport à l'argent** avec Rémi et Peter Koenig



## Ça presse... de pardonner

/ PAR CAROLINE GUAY

La vie nous fait souvent de jolis cadeaux bien emballés quand on se laisse porter par elle. Comme lors des rencontres régionales de mars. Nous avons le privilège de recevoir Robert Dutton, ex-patron de Rona et professeur aux HEC, pour un dialogue qui devait avoir pour thème l'autorité intérieure – le thème de l'année à la Maison –, et le sens de nos organisations.

«Business is people» comme le dit si bien M. Dutton. Nous voulions entre autres parler de l'importance des relations humaines et de placer l'humain au cœur des priorités organisationnelles, que ce soit avec les collègues, fournisseurs ou clients.

Or, au fil du dialogue avec Rémi, M. Dutton a eu l'humilité d'avouer ne pas avoir encore pardonné son congédiement aux dirigeants de Rona. Rémi s'est laissé porter par cette porte qui s'entrouvrait et a posé quelques questions à M. Dutton, sur ce pardon non encore advenu.

«Alors que ce thème – le pardon –, n'était aucunement prévu, le fait que Robert se soit ouvert, c'est extraordinaire, ça a ouvert la porte pour parler d'un thème rarement abordé à la Maison, et ça a interpellé tout le monde. Probablement qu'on avait besoin de ça! On s'est tassé du chemin et ce qui devait émerger a émergé.»

Pardonner n'est pas chose facile et représente parfois un long processus. À cet égard, il importe de laisser le pardon advenir, lorsqu'il sera prêt.

Par ailleurs lorsqu'il est mûr et qu'il advient, quel chemin de liberté pour soi et les autres.

En marche vers ce chemin de liberté, on a certes encore une fois beaucoup à apprendre des Premières nations. «Notre ami Dominique Rankin, chef héréditaire algonquin, nous a déjà raconté que lorsqu'un membre de la communauté commet un vol ou tout acte répréhensible, il est amené dans le Cercle de la communauté afin qu'on lui demande pardon. La communauté se questionne: "Où a-t-on manqué pour que tu commettes ce geste?", comme l'a expliqué Rémi lors de la rencontre régionale de Québec. La communauté entière prend sa part de responsabilité, consciente de l'interdépendance entre les êtres humains. Ouf... Pas facile...»

Vous, avez-vous des pardons qui ne demandent qu'à être accordés, en commençant par vous pardonner à vous-même? En vous posant d'abord la question: «Y a-t-il vraiment eu offense?» Nous prenons tellement tout personnel...



## BIENVENUE AUX NOUVEAUX MEMBRES DES COMMUNAUTÉS EXPÉRIENCE ET VIRTUELLE DE MARS 2019!

Manon Bolduc, Danielle Champoux, Yvan Lebel, Alain Marchildon, Marie-Josée Marquis, Pierre Mondou, Lyne Paquin, Karim Sénoussi.



## CUISINEZ AVEC AUTORITÉ INTÉRIEURE

LA RECETTE DE CORALIE,  
NOTRE AUBERGISTE

### Salade de quinoa pimpée

Cette salade est une de mes préférées pour son mélange de couleurs, textures et saveurs. Parfaite pour les lunchs de semaine ou en accompagnement d'un repas.

Créez-là à votre goût en choisissant les ingrédients qui vous plaisent.

Rendement: Environ 8 portions

Temps de préparation: 1 h

Temps de cuisson: 20 minutes

### SALADE

- 1 oignon jaune émincé
- 2 patates sucrées pelées et coupées en cubes
- 4 t de quinoa cuit et refroidi
- 4 t de kale haché
- 4 t d'un mélange d'herbes de votre choix, hachées (coriandre, aneth, menthe, persil)
- 2 t de raisins secs ou autres fruits secs de votre choix (abricots, dattes)
- 2 t de graines de tournesol ou de noix/graines de votre choix (amande, noix de Grenoble, pacane)

### ÉTAPES

1. Sur une plaque à cuisson, déposer les oignons et les patates sucrées avec un filet d'huile d'olive et du sel. Faire cuire au four à 425 °F jusqu'à ce que les légumes soient tendres et légèrement colorés. Tranquillement les odeurs de légumes rôtis se feront sentir, prenez le temps de les apprécier.
2. Laisser les légumes refroidir avant de les ajouter aux autres ingrédients.
3. Dans un grand bol, mélanger tous les ingrédients pour la salade. Prenez le temps de sentir toutes les odeurs dégagées par les herbes choisies et d'apprécier le mélange des couleurs vivantes.
4. Dans un mélangeur, mettre tous les ingrédients pour la vinaigrette. Prenez le temps de goûter et d'ajuster les ingrédients à votre goût.
5. Dans un bol, mélanger tous les ingrédients pour la garniture.
6. Servir dans un grand bol de service de votre choix, préférablement de couleur neutre pour faire ressortir tous les coloris de cette salade. Mettre les bouquets de chou-fleur cru sur le dessus de la salade. Agrémenter de quelques noix de votre choix.
7. Dégustez avec les gens que vous aimez et remerciez-vous d'avoir pris le temps de préparer un aussi beau plat.

### VINAIGRETTE

- 3 oranges pelées
- Le jus de 1 citron
- 2 c. à soupe de moutarde à l'ancienne
- 1/2 t d'huile de canola
- 1 c. à thé de cannelle
- 1 c. à thé de cumin

### GARNITURE

- 1 demi chou-fleur coupé en petits bouquets
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de cari