



# *The Waseskun Circle*

## *Le Cercle de Waseskun*

August 2010

Août 2010

*Waseskun is a Cree word referring to that time just after a storm, when the dark clouds begin to part, the blue sky appears, and the first rays of sunlight shine through.*

*Waseskun est un mot Cri désignant le moment, après une tempête, où les nuages commencent à se dissiper, laissant apparaître le bleu du ciel et les premiers rayons du soleil.*

## **BALANCE - ÉQUILIBRE**



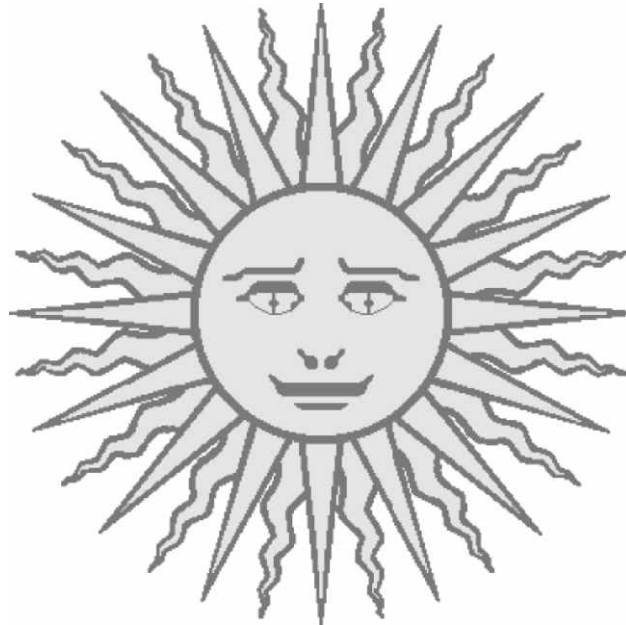


## EDITORIAL

Lasting change starts on the inside and works its way out. Inside of us lies truth and with truth comes balance. The truth is our guide toward discipline and self-control. We know when we reach deeply inside ourselves what needs to be done if we are to become joyful and happy!

## ÉDITORIAL

Les changements durables commencent à l'intérieur de nous-même et travaillent vers l'extérieur. À l'intérieur de nous la vérité se trouve et cette vérité apporte l'équilibre. La vérité est notre guide vers la discipline et le contrôle de nous-même. Lorsque nous cherchons profondément à l'intérieur de nous, nous découvrons ce que nous devons faire pour devenir joyeux et heureux.



### THE HELPER'S CORNER

"Trust is to let someone take care of you. Passion is to take care of someone".



### LE COIN DES AIDANTS

« La confiance c'est de laisser quelqu'un s'occuper de nous. La passion c'est de s'occuper de quelqu'un. »



# MEDITATION

# MÉDITATION

*"We have to have one mind for the Four Directions. Until we reach that one mind, we cannot be filled with understanding.... The Creator will not answer until you have just one mind, just like if you have one person."*

-Grandfather William Commanda, ALGONQUIN

The Elders have taught us to balance our lives emotionally, mentally, physically and spiritually. If I am out of control emotionally, I get angry, doubtful or erratic, I am out of balance. If I trigger bad mental pictures of my brothers and sisters, I am out of balance. If I get too hungry, angry, lonely, or tired, I am out of balance physically. If I don't pray and talk to the Creator daily, I am out of balance spiritually. To be centered, I must be in balance. The Creator talks to me from a quiet and still place. So if I get angry, what I should do first is to pause and get still so I can hear the guidance of the Grandfathers.

*Oh Great Spirit whose voice I hear in the winds, protect and keep me safe today - hear my prayers.*

*« Pour les Quatre Directions, nous devons n'avoir qu'un Esprit, autrement nous n'arriverons pas à comprendre complètement. Le Créateur ne nous répondra pas avant que nous ne soyons qu'un Esprit tel une seule personne. »*

-Grand-Père William Commanda, Algonquin

Nos Aînés nous ont enseigné de mettre de l'équilibre dans nos vies; l'équilibre émotionnel, mental, physique et spirituel. Si je suis hors de contrôle émotif, je deviens en colère, incertain, erratique; je manque d'équilibre. Si mon mental provoque des images malsaines de mes frères et sœurs, je manque d'équilibre mental. Si j'ai trop faim, si je me sens seul, en colère ou fatigué, je manque d'équilibre physique. Si je ne prie pas ou ne parle pas au Créateur quotidiennement, je manque d'équilibre spirituel. Pour être bien centré, je dois être bien équilibré. Le Créateur me parle d'un endroit calme et silencieux. Alors, si la colère se pointe, la première chose que je dois faire c'est de prendre une pause, me calmer, chercher le silence afin de bien entendre les conseils des grand-pères.

*Oh Grand Esprit, la voix que j'entend dans les vents, protégez-moi et gardez- moi en sécurité aujourd'hui – entendez mes prières.*

## Inuit story of Creation - Malina and Anningan

## Histoire Inuit de la Création - Malina et Anningan

*The Inuit have several stories that go back to their beginnings. For traditional Inuit these stories are very important. One of the stories is about Malina, the sun goddess, and Anningan, the moon god.*



*Les Inuit ont plusieurs histoires qui remontent à leurs origines. Pour les Inuit traditionnels, ces histoires sont très importantes. L'une d'elles parle de Malina, la déesse du soleil, et d'Anningan, le dieu de la lune.*

This Inuit oral tradition tells of a time when these two lived together as brother and sister. One night Anningan attacked his sister. During the fight, a seal oil lamp was overturned. Malina's hands became black from the oil. As she pushed Anningan away her hands got his face dirty. Malina ran as far away as she could into the sky. Anningan started to chase her, and continues to do so even today. Because he chases her so much, each night he becomes skinnier. That is why the moon gets smaller each evening of a month. At the end of a month Anningan disappears for three days to eat. Then he starts chasing her all over again.

Cette tradition orale Inuit raconte qu'à une certaine époque ces deux Dieux vivaient ensemble comme frère et sœur. Une nuit, Anningan a attaqué sa sœur. Pendant le combat, une lampe remplie d'huile de phoque s'est renversée et l'huile a noirci les mains de Malina. En repoussant Anningan, elle lui a sali le visage avec ses mains. Malina s'est enfuie en courant le plus loin possible dans le ciel. Anningan s'est lancé à sa poursuite et continue encore aujourd'hui de la poursuivre. Il la poursuit tellement que chaque nuit il devient de plus en plus maigre. C'est pour cette raison que la lune devient un peu plus petite chaque soir du mois. À la fin du mois, Anningan disparaît pendant trois jours pour manger. Puis il recommence à poursuivre Malina partout.





## INTERVIEW WITH A RESIDENT



Ken is from Montreal. His great-grandparents, Mohawk from Akwesasne and Kahnawake, moved from Quebec to Germany. His lineage is Jacobs and Cook. His mother was German and he was raised as a German. As a child, he was very close to his grandfather who taught him everything from general maintenance to carving and the importance of nature for all human beings. His

mother being a serious abuser, the relationship with his grandfather was very important to him. When he died in 1974, Ken's life went spiraling downwards taking along his self worth. The only person who ever saw anything good in him was gone.

He got over that challenge and lived a fairly good life for 10 years or so. Then, his brother committed suicide and the downward spiral returned. He went back into the pen. In 1999, when his mother died, the same thing happened all over again. He went back to a life of crime and into the pen.

His life has been a series of mistakes and errors and he has often wondered why things went so badly for him. In 1978, he was shot by error, died but was revived after 7 minutes. Many operations and surgeries later, his body was forever transformed and scarred. His self image went again into a downward tailspin. After receiving a large amount of money as a settlement for the mistake, he indulged in parties, food and the best of drugs and in no time at all, he had blown it all away.

Ken has realized that at that time, he did not have any tools to rise to the challenges that he had to face. Since his arrival at

Waseskun, he has acquired tools. He understands that pain and suffering did this to him. He has decided to get more tools and to stop questioning himself whether he is a good for nothing and a bad guy. He is a man who has suffered through so many horror stories that the movie "Aurore l'Enfant Martyre" seems like a walk in the park.

He is now able to talk about things that he had not been able to talk about before. His wife and children have disappeared from his life. He thinks back to that time and remembers it as the best years of his life. Things were good then and he hopes that his children have good memories of him. It's OK this way. Looking into the future, he is starting to feel a calling to work with children who have suffered abuse. He does not feel that he is ready yet to start over with nothing. He still has a lot to learn. He admits to being lazy and of having to work on his ego. Although his past still follows him around, he is in the learning process of recognizing his values. He is more tolerant, caring and understanding. He has understood the law of return and the importance for an individual to work on himself. He is there also for others.

When people come here, they have two choices: to start listening to the bullshit that goes around or to start looking at themselves. Ask yourself if it is the trees, the land, or the buildings that make this place crap. When you work on your own reality, you go through pain and suffering. Some of it goes away, some doesn't. Be grateful to the Creator for places such as this one. It's an important place if you are willing to look at yourself. Once you feel that you are worthy, you can start building your future. The past cannot change but the future can help you give back to humanity what you took from it and to put it on your priority.

Kenneth Eckel

## ENTREVUE AVEC UN RÉSIDENT



Ken est de Montréal. Ses arrière grands-parents étaient Mohawk d'Akwesasne et Kahnawake qui sont partis du Québec pour déménager en Allemagne. Il est descendant des Cook et des Jacobs. Sa mère était Allemande et il a été élevé comme un Allemand. Enfant, il était très près de son grand père qui lui a tout appris

de l'entretien général à la sculpture et aussi l'importance qu'a la nature pour tous les humains. Cette relation qu'il avait avec son grand-père était très importante pour lui car sa mère était sérieusement abusive. Au décès de son grand-père en 1984, sa vie s'est mise à descendre en spirale emportant avec elle le peu d'estime qu'il avait pour lui-même. La seule personne qui voyait du bon en lui n'était plus.

Il réussit à surmonter les défis qui se dressaient devant lui et à vivre une bonne vie pendant dix ans. Son frère se suicida et cette descente en spirale recommença. Il se retrouva au pénitencier et au décès de sa mère en 1999, la même chose s'est reproduit. Il retourna vers le crime, ce qui le mena encore une fois au pénitencier.

Il s'est souvent demandé pourquoi sa vie, une série d'erreurs et de mauvais choix, tournait mal aussi souvent. En 1978, il fut abattu par erreur, il mourut mais fut réanimé après sept minutes. À la suite des multiples opérations et de chirurgies majeures qui suivirent, son corps est resté cicatrisé et déformé. L'image négative qu'il avait de lui-même subit un autre coup dur. Après avoir reçu une grosse somme d'argent pour l'erreur contre sa personne, il s'est acheté les meilleures des drogues et se permit des grandes fêtes et des repas gastronomiques et en peu de temps, l'argent s'était envolé.

Ken a réalisé qu'il n'avait pas les outils à cette époque pour faire face aux défis qui se dressaient devant lui. Depuis son arrivée à Waseskun il obtient des outils. Il comprend que ce sont la douleur et la souffrance qui lui ont fait ça. Il a décidé d'aller chercher encore plus d'outils et d'arrêter de se questionner à savoir si il est un bon gars ou un bon à rien. Il est un homme qui a traversé tellement d'histoires d'horreur que le film « Aurore l'Enfant Martyr » ne semble être rien.

Il peut maintenant parler de toutes ces choses dont il ne pouvait pas parler avant. Sa femme et ses enfants ont disparu de sa vie. Quand il pense à cette période de sa vie, elle fut probablement la meilleure. Les choses allaient bien à cette époque et il espère que ses enfants ont gardé de bons souvenirs de lui. Lorsqu'il regarde vers l'avenir, il commence à reconnaître un besoin d'aider les jeunes qui ont souffert d'abus. Il ne se sent pas encore prêt de recommencer à zéro. Il lui reste beaucoup à apprendre admettant être paresseux et avoir besoin de travailler son égo. Malgré le fait que son passé le suit encore, il apprend à reconnaître ses valeurs. Il est plus tolérant, et compréhensif. Il a compris la loi du retour et l'importance pour un individu de travailler sur lui-même. Il est là aussi pour les autres.

Lorsque les gens arrivent ici, ils ont deux choix : écouter les conneries qui circulent, ou commencer à se regarder soi-même. Demandez –vous si se sont les arbres, la terre, ou les édifices qui sont de la merde. Lorsque vous travaillez sur votre propre réalité, vous ressentirez de la souffrance et de la douleur. Une partie s'envolera et une autre restera. Remerciez le Créateur pour des endroits comme celui-ci car il est important si vous voulez vous regarder en face. Une fois que vous vous sentirez digne et méritant, vous pourrez commencer à bâtir votre avenir. Le passé ne peut pas changer mais l'avenir peut vous aider à remettre à l'humanité ce que vous lui avez pris et en faire votre priorité.

Kenneth Eckel





## Harvesting of sweet grass, Turtle socks and Labrador tea

The leaves are dried, twisted into braids and burned as vanilla scented incense in some sacred ceremonies. In the Native culture, sweetgrass is used to make the world famous baskets and other crafts. The sweet, vanilla-like smell lasts for years. The scent only develops when the leaves have dried. It is used in virtually every sacred ceremony performed

by the Lakota (Sioux) people, making it one of the most honored native plants of the Plains. Indian people call sweetgrass the “grass that never dies.” When used in traditional ceremonies, the rising smoke from the burning sweet grass symbolizes purification of the people's hopes, needs and oneness with all things to *the Great Spirit*.



## La récolte du foin d'odeur, thé du Labrador et bas de tortues (Plantes pichets)

Le foin d'odeur est une plante vivace, robuste et odorante qui pousse dans un terrain riche et humide. Il peut être trouvé partout en Amérique du Nord et est habituellement récolté au mois d'août. Les feuilles sont séchées, tressées et brûlées dans certaines cérémonies sacrées, telle l'encens de vanille. Dans la culture autochtone, le foin d'odeur est utilisé dans la fabrication de paniers connus à travers le monde entier et aussi pour faire d'autres formes d'artisanat. Son odeur sucrée semblable à celle de la vanille peut durer pendant des

années mais se développe seulement une fois que la plante est sèche. Il est utilisé dans la plupart de cérémonies sacrées du peuple Lakota (Sioux) faisant d'elle, une des plantes autochtones les plus honorées. Ceux-ci la nomme « l'herbe qui ne meurt jamais ». Dans les cérémonies traditionnelles, la fumée qui s'en dégage lorsqu'elle est brûlée symbolise la purification de l'espoir des peuples, de leurs besoins et de l'union de tout avec le Grand Esprit.



# ANIMAL TOTEM

# TOTEM ANIMAL

## Spider - Creativity & weaver of fate

## Araignée Créativité et tisseuse du destin

A spider totem teaches you balance between past and future, physical and spirit, male and female. She is strength and gentleness combined. She awakens creative sensibilities and reminds you that the past is always interwoven with the future.

Un totem d'araignée vous enseigne l'équilibre - entre le passé et le futur, le physique et l'esprit, hommes et femmes. Elle est force et douceur combinée. Elle éveille la sensibilité créative et vous rappelle que le passé est toujours intimement lié à l'avenir.

Spiders are the keepers of the primordial alphabet and can teach you how to write creatively. Her body is shaped like the number 8 and she has 8 legs, which is symbol of infinite possibilities of creation. Her 8 legs represent the 4 winds of change and the 4 directions of the medicine wheel.

Les araignées sont les gardiennes de l'alphabet primordial et peuvent vous apprendre à écrire de manière créative. Son corps a la forme du numéro 8, et à 8 pattes, qui est le symbole des possibilités infinies de la création. Ses 8 pattes représentent les 4 vents du changement et les 4 directions de la roue de médecine.

Spider's message is that you are an infinite being who will continue to weave patterns of life and living throughout time. Do not fail to see the eternal plan of creation.

Le message de l'araignée, c'est que vous êtes un être infini qui continuera de tisser des modes de vie et de vécu à travers le temps. Ne manquez pas de voir le plan éternel de la création.

Those who weave magic with the written word usually have this totem.

Ceux qui tissent la magie avec le mot écrit ont généralement ce totem.





## A TRIP TO THE ECOMUSEUM

It was a real privilege to go out on a pass to cover a small story based on sacred animals. I took over 400 pictures plus video. There were so many pictures that I couldn't really show them all publicly, but the ones I could, I did.

It was really warm and humid that day. This trip was to Montreal, to a small park called Ecomuseum. There were numerous animals and exotic birds. The majority of the animals were local in nature, so there were no tigers or lions. However, there were eagles, wolves, bears, and turtles.

Sorry, there were no buffalos.

It was a pleasure just to be there. All day it was threatening to rain and when we left and were on the highway back, it began to pour.

*(Not shown are the, fox, otters, rare ducks, snakes, night owls, deer, snapping turtles, various species of nocturnal animals; too many to mention).*

*Story and pictures by Cory Ashawasega*



## UN VOYAGE À L'ÉCOMUSEUM

Ce fut un grand privilège pour moi d'avoir une permission de sortie pour couvrir une petite histoire, basée sur les animaux sacrés. J'ai pris plus que 400 photos et un vidéo. Il y avait tellement de photos que je n'ai pas pu toutes les montrer mais j'ai montré celles que j'ai pu. C'était une journée chaude et humide dans le petit parc de l'écomusée à Ste-Anne-de-Bellevue. Il y avait beaucoup d'animaux, et d'oiseaux exotiques.

La majorité des animaux sont de la nature locale, pas de lion ou de tigre, il y avait des aigles, des loups, ours et des tortues, désolé pas de bison. Ce fut un grand plaisir d'être là même si c'était nuageux et avec un retour sous orage.

*(Non illustré sont le renard, la loutre, les canards rares, le serpent, hibou de nuit, les chevreuils et les tortues mordantes, et encore beaucoup d'autres, une liste trop longue à mentionner).*

*Histoire et photos par Cory Ashawasega*



## HONOR

I am honorable.

I keep my agreements and treat others with respect.

I will practice the virtues whenever I can, knowing that I am a worthy and noble person.

I will honor myself and others.

## HONNEUR

Je suis honorable.

Je respecte mes ententes et je traite les autres avec respect.

Je pratiquerai ces vertus partout où je le pourrai, Sachant que je suis digne et que je suis une personne noble.

Je rendrai honneur aux autres ainsi qu'à moi-même.

### Honor / ᠳᠠᠵᠢᠨᠴᠢᠰᠤᠨ

ᠳᠠᠵᠢᠨ ᠳᠠᠵᠢᠨᠴᠢᠰᠤᠨ. ᠠᠰᠠᠨᠴᠢᠰᠤᠨ  
ᠠᠵᠢᠨᠴᠢᠰᠤᠨᠴᠢᠰᠤᠨ. ᠠᠵᠢᠨᠴᠢᠰᠤᠨᠴᠢᠰᠤᠨ ᠪᠠᠴᠢᠰᠤᠨ  
ᠳᠠᠵᠢᠨ ᠠᠵᠢᠨᠴᠢᠰᠤᠨ ᠳᠠᠵᠢᠨᠴᠢᠰᠤᠨ





## A WORD FROM A PRISONER

For me, who is locked up  
alone behind bars  
me, who is helpless  
who finds beauty in nothing.

The days are long  
away from my home  
Life has not been kind  
Today, I cry alone.

I see everything in black  
I have lost all hope  
but it takes courage will and strength  
to forget my troubles  
and to face life.

One day, I will have paid  
my debt to society  
I will get a chance  
which I will try to keep  
for otherwise, I will find myself once again  
a shipwreck, a loser,  
an outcast of society.

*Anonymous*

## UN PETIT MOT D'UN PRISONNIER

Pour moi, qui suis enfermé  
qui est seul derrière les barreaux  
moi, qui est désespéré  
qui ne trouve rien de beau.

Les jours sont longs  
loin de ma maison  
la vie ne m'a pas gâté  
aujourd'hui, je suis seul à pleurer.

Je vois tout en noir  
j'ai perdu mes espoirs  
mais il faut du courage  
et de la volonté  
pour oublier mes ennuis  
pour affronter la vie.

Un jour j'aurai payé  
ma dette à la société  
j'aurai la chance tant espérée  
J'essayerai de la garder  
car autrement, je serais à nouveau  
une épave, un raté, un paria de ma société.

*Anonyme*

*What occurs around you and within you reflects your own mind and shows you the dream you are weaving. Respect all life. Speak only of the good qualities of others. Do not harbor thoughts of an angry nature, for they destroy peace like an arrow. Generosity of heart brings peace and abundance for all in the circle. If you see what needs doing, do it now.*

*Ce qui se produit autour de vous et à l'intérieur de vous reflète votre propre pensée et est une illustration des rêves que vous bâtissez. Respectez toute vie. Ne parlez qu'en bien des autres. N'entretenez pas des pensées de nature colérique car, comme une flèche, elles détruisent la paix. La générosité du cœur apporte la paix et l'abondance à tous ceux qui sont dans le cercle. Si vous voyez ce qui est à faire, faites-le maintenant.*



## ITS JUST A JOKE

## C'EST RIEN QU'UNE BLAGUE

A fisherman from the city was out fishing on a lake in a small boat. He noticed another man in a small boat open his tackle box and take out a mirror. Being curious the man rowed over and asked, "What is the mirror for?"

"That's my secret way to catch fish," said the

other man. "Shine the mirror on the top of the water. The fish notice the spot of sun on the water above and they swim to the surface. Then I just reach down and net them and pull them into the boat."

"Wow! Does that really work?"

"You bet it does."

"Would you be interested in selling that mirror? I'll give you \$30 for it."

"Well, okay."

After the money was transferred, the city fisherman asked, "By the way, how many fish have you caught this week?"

"You're the sixth," he said.



Un homme de la ville était à la pêche dans un petit bateau sur un lac. Il aperçu un autre homme dans un petit bateau ouvrir son coffre à pêche et en ressortir un petit miroir. Curieux, l'homme rama vers lui et lui demanda, « C'est pour quoi le miroir? »

« C'est ma façon secrète de pêcher, » dit l'autre homme. « Tu fait briller le miroir au dessus de l'eau. Lorsque les poissons voient le reflet du soleil sur l'eau, ils nagent à la surface. Ensuite je n'ai qu'à les prendre avec le filet et les mettre dans le bateau ».

« Wow! Ça marche? »

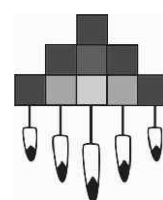
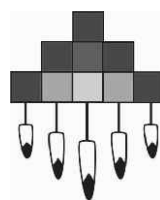
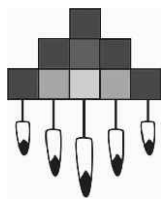
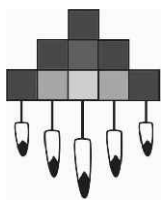
« Bien sûr. »

« Serais-tu intéressé à me vendre ce miroir? Je te donne 30.00\$ ».

« OK »

Après le transfert d'argent, l'homme de ville demanda à l'autre « Dis-moi, combien de poissons as-tu pris cette semaine? »

Il lui répondit, « Tu es le sixième »



## DONATIONS/DON



GIFTS OF WILD MEAT ARE ALWAYS APPRECIATED BY OUR RESIDENTS AND GUESTS DURING SPECIAL EVENTS. **Please contact Christiane at (450) 883-2034**

LES DONS DE VIANDE SAUVAGE SONT TOUJOURS APPRÉCIÉS PAR NOS RÉSIDENTS ET NOS INVITÉS LORS D'ÉVÈNEMENTS SPÉCIAUX.

**Veillez contacter Christiane au (450) 883-2034**



**Thank you to all our collaborators / Merci à tous nos collaborateurs**

*Stan, Sonny, Cyndy, Lyse, Lynn, Christopher, Cory, Sonny, Glenda, Ginger,  
José, Kenneth.*

*If you are interested in receiving our newsletter or in collaborating please contact us. If you wish to submit articles, stories, photos or other information, we will do our best to include your contributions in our next publication.*

***The Waseskun Circle***

*501 Marguerite d'Youville  
PO BOX 1159  
Saint-Alphonse-Rodriguez (Qc), J0K 1W0  
Tel. : 450 883-2034 Fax : 450 883-3631*

*Si vous êtes intéressés à recevoir notre journal ou à devenir collaborateur, communiquez avec nous. Si vous voulez nous soumettre des articles, des histoires, des photos ou toutes autres informations, nous ferons notre possible pour inclure vos contributions dans notre prochaine édition.*

***Le Cercle de Waseskun***

*501 Rue Marguerite d'Youville  
Boîte Postale 1159  
Saint-Alphonse-Rodriguez (Qc), J0K 1W0  
Tel. : 450 883-2034 Fax : 450 883-3631*



*(Photographs by Cory & Lyse)*

