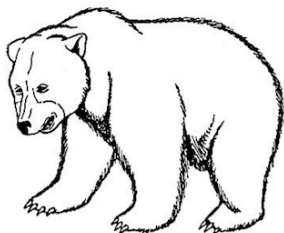


## L'ours

## Mashk<sup>u</sup>



Le grand chasseur représente la force et la sagesse. L'ours est toujours considéré comme un dignitaire. L'ours symbolise la protection. C'est le roi de l'introspection; il recherche constamment la vérité, il est avide des secrets de la terre, de la nature. Sa façon de les apprendre est de dormir au fond d'une caverne durant l'hiver, là où il est directement en contact avec l'énergie de la terre. Il est le maître des rêves et des solutions qui nous parviennent par ceux-ci.

### Symbolique de l'ours et animal totem

L'ours a plusieurs significations qui inspireront ceux qui ont cet animal comme totem:

- L'esprit du totem de l'ours encourage la confiance dans notre force
- Faire face à l'adversité, pousser à l'action et au leadership
- L'esprit de l'ours indique que c'est le moment de la guérison personnelle ou de l'utilisation des capacités de guérison pour aider les autres
- Le totem de l'ours souligne l'importance de l'isolement volontaire, du calme et du repos

Il nous insuffle les puissantes forces de la terre

## L'ours

**Il est plein de tendresse, l'ours aime se débrouiller seul sans demander de l'aide aux autres. Symbole de l'auto-observation ou de l'introspection, il pense qu'il faut savoir se retirer de notre quotidien pour écouter notre voix intérieure.**

**Qualités : indépendant, fidèle, fort, protecteur**

**Faiblesses : antisocial, anxieux**

## Caribou

## Atik<sup>u</sup>



Il enseigne le pouvoir qu'apporte la flexibilité dans l'adversité, la prudence et la persévérance dans l'accomplissement, et comment prendre sa place. Il nous montre comment être complet en tant que personne dans nos qualités féminines et masculines, et aussi quand il est temps de prendre le rôle de dominateur dans la vie ou d'être plus doux et subtil à d'autres moments. Il sera aussi d'une aide précieuse dans les transitions spirituelles, en communication et dans la réussite sociale. Il enseigne comment avancer aux côtés d'un groupe. Il représente le mouvement et la paix intérieure.

### Le Caribou

**Signifie la fierté et l'indépendance. Il nous aide à développer notre assurance et renforce notre sentiment de dignité. Il est doux; sa nature révèle un trésor inépuisable de compassion et d'amour qui lui permet d'ignorer la peur.**

**Qualités : fort, doux, fier, prudent, persévérant**

**Faiblesses : dominateur, tenace, rancunier**

## Castor

## Amishku



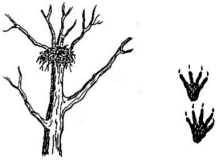
Le castor ou le bâtisseur, l'être d'action. Cela inclut un sens aigu de la famille et du chez-soi. Cet animal nous éclaire sur la puissance du travail accompli et sur la fierté qu'on en tire, sur la persévérance et ce qu'elle apporte de réussite, à quoi l'on peut s'attendre lorsqu'on y met tout notre coeur et notre temps. Pour parvenir ensemble à atteindre un objectif, il faut avoir l'esprit d'équipe. Ce dernier favorise l'harmonie. Il nous enseigne à avancer sans regarder derrière et à mettre de côté nos différents.

### Le castor

**Qualités : ingénieux, audacieux et intuitif, résilient, débrouillard, méthodique, sensible, travaillant, volontaire.**  
**Faiblesses : impulsif, anticonformiste, entêté, possessif, rigide, exigeant, séducteur, dominateur.**

## Écureuil

## Anakutshash



Son activité nous enseigne l'action plutôt que la contemplation, à planifier et à se préparer en vue d'un futur à la hauteur de nos désirs... le temps, l'argent et l'énergie qu'il faut y investir. Amoncellement de richesse sans jamais rien donner? Il est temps de nettoyer le bagage intellectuel inutile. Il enseigne l'équilibre de l'énergie, à activer nos ressources et à percevoir les choses autrement. Comment donner et recevoir, se reposer et travailler. Prenez-vous le temps de jouer? Utiliser-vous votre voix pour vous faire entendre ou juste pour crier? Essayez-vous de faire trop de choses en même temps? Bref, il nous enseigne l'équilibre de la vie.

## L'Écureuil

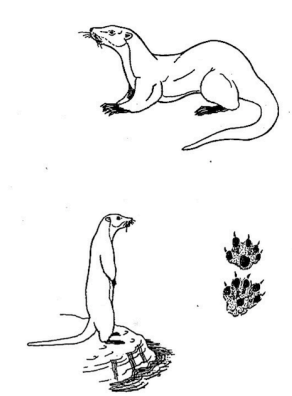
**Il enseigne l'approvisionnement, la prévision de son énergie pour une utilisation ultérieure; à réserver son jugement, son opinion.**

**Qualités : intuitif, enjoué, économe, protecteur, sociable, actif, productif**

**Faiblesses : possessif, radin**

## Loutre

## Nitshik<sup>u</sup>



Elle appelle à la joie, à la serviabilité. Elle nous invite à redevenir enfant, nous amuser et accepter le flot de la vie et des expériences. Avec elle, nous pouvons prendre le temps de nous reposer et d'oublier les soucis quotidiens. Elle est souvent le totem yin par excellence. Son énergie est féminine, mais elle peut servir de guide tant aux hommes qu'aux femmes. C'est un guide très maternel, qui prend soin de ses apprentis. Sa curiosité est légendaire et elle la partage facilement. Elle apprend à se débarrasser de ses préjugés, de ses préconceptions ainsi que de ses doutes envers les autres.

### La Loutre

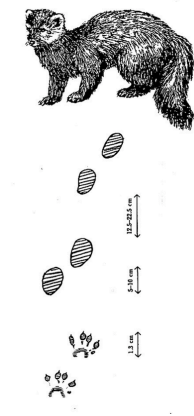
Elle détient une série de leçons sur la féminité, celle qui enseigne que la jalousie et la méchanceté n'ont pas leur place. Quand cette énergie s'exprime sans manipulations et sans contrôle, l'expérience est pleine de fertilité et source de vie. C'est la liberté de l'amour sans jalousie. La loutre nous demande de redevenir enfant et de laisser notre vie se dérouler tout simplement.

Qualités : joyeuses, curieuse, courageuse, amicale,  
serviable

Faiblesses : bonasse, idéaliste

## Martre

## Uapishtan



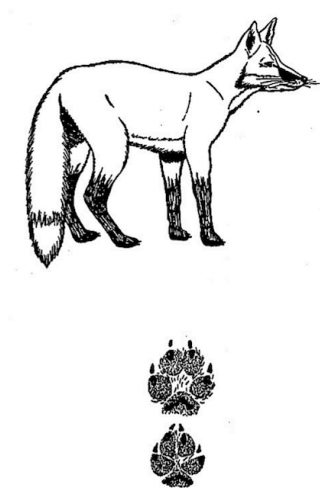
Généralement nocturne, il est aussi possible l'observer à l'aube ou au crépuscule. C'est un animal solitaire sauf pendant la période du rut. Elle passe une grande partie de son temps dans les arbres à l'affût ou dans des trous à l'intérieur des troncs. Puisqu'elle mange beaucoup de viande de lièvre, elle s'en procure autant qu'elle le peut et les garde jalousement sur son territoire. Lorsqu'elle a faim, elle s'en choisi un pour s'en faire un repas de choix... elle fait de l'élevage de lièvre!

### La Martre

**Qualités : patiente, solitaire, travaillante**

**Faiblesses : voleuse, hypocrite, opportuniste et arrogante**

## Renard Matsheshu



Il aime la compagnie, mais est très sauvage.

Il nous enseigne à faire preuve discernement et à distinguer le vrai du faux, l'art de voir à travers la tromperie. Il nous indique, par sa sensibilité, à développer notre physique autant que notre mental. Il nous montre à développer notre aptitude à trouver votre chemin malgré les détours ; d'être rapide à réagir dans les situations difficiles. Il a une affinité avec les activités nocturnes et nous enseigne à avoir foi en nos rêves.

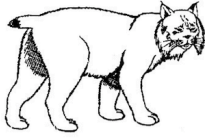
### Le Renard

**Illustre le Camouflage, l'habileté à se fondre dans le milieu qui l'entoure et d'y devenir invisible.**

**Qualités : imaginatif, perspicace, rapide, énergique**

**Faiblesses : imprudent, inconscient, voleur, rusé**

## Lynx      Pishu



Il est très attentif à ne pas briser la confiance qu'on lui porte. Ce qui le rend prudent, c'est la capacité qu'il a à déceler la fourberie. Il nous enseigne la prudence et en même temps, à se faire confiance et apprendre à être patient, à avoir conscience de notre savoir et à bien s'en servir. Les secrets doivent rester secrets, il nous enseigne de garder la bouche fermée lorsque notre impulsion de l'ouvrir essaie de prendre le dessus.

Il connaît les secrets et il est difficile de le faire parler. Il possède la faculté de voyager dans le temps et l'espace ; il peut ouvrir toutes les portes du passé. Le plus difficile est de l'apprivoiser, de lui faire comprendre que nous sommes digne de partager ses secrets, son enseignement. Il nous apprend à voir ce que les autres cachent, leurs peurs et leurs doutes.

### Le Lynx

**Il est le gardien des secrets oubliés. Il peut vous aider à voir à travers les gens et à percer le mensonge. Il symbolise le mystère et la soif de vérité.**

**Qualités : perspicace, intuitif, fidèle, stable**

**Faiblesses : sauvage, secret**

## Porc-épic

## Kak<sup>u</sup>



UKAUIAK<sup>u</sup>



Le porc-épic est un être très paisible, il ne bouge que lentement. S'il est attaqué, il ne fait que se rouler en boule. Il va lentement, mais il est aussi très joyeux et serein.

Il est associé dans la symbolique des Premières Nations au cœur, à l'enfance, à l'innocence, à la capacité de jouer et de prendre plaisir aux petites choses de la vie. Il nous apprend le sentier, parfois tortueux, qui mène au cœur et à la confiance. La confiance en nos propres capacités et la confiance en ceux qui nous veulent du bien.

Vous remarquerez combien deux enfants se font spontanément confiance et comment, lorsque survient un accident, l'un d'entre eux pourra pleurer sa peine puis rapidement rendre sa confiance à l'autre enfant en se réconciliant dans le jeu.

La confiance, l'innocence et l'amour favorisent l'harmonie, le bien-être, de meilleures relations, et la santé émotionnelle.

## Le porc-épic

**Il détient plusieurs qualités spéciales, celle de la foi et de la confiance, c'est-à-dire l'innocence. Les piquants de Porc-épic sont utilisés rarement, uniquement lorsque sa confiance a été trahie.**

**Qualités : curieux, courageux, joueur, bon, confiant, imaginatif, joyeux, charmant, serein**

**Faiblesses : effronté, prompt**



## Mouffette Shikak<sup>u</sup>



La mouffette est un animal d'Amérique du Nord qui enseigne la médecine du respect et de la prestance d'être que confère une confiance absolue en soi.

La médecine de la mouffette nous enseigne l'importance d'assumer nos convictions en nous respectant nous-mêmes. Si nous accomplissons ce que nous disons, si nous sommes fidèles à la parole donnée, nous créons une position de force et de confiance et aurons alors une réputation honorable.

### La mouffette

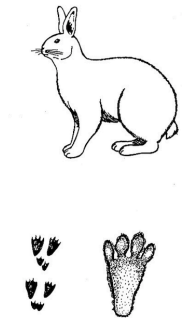
**Elle enseigne la Réputation, que si nos paroles s'appuient sur des actions, si nous nous respectons, notre réputation jouira de la force de nos convictions. Ainsi, il est le miroir de notre ego.**

**Qualités : fidèle, respectueuse, confiante, honorable**

**Faiblesses : intolérante, têtue, exigeante**

## Lièvre

## Uapush



symbolise la renaissance, l'équilibre. C'est l'un des animaux qui se métamorphose le plus aisément. Il représente l'intuition, et apporte l'exaltation qui accompagne la renaissance et une grande fécondité. Il aide à surmonter les périodes de changement et à suivre les orientations de notre intuition. Il représente la peur et la tragédie mais, au fond de lui, il possède la capacité de les surmonter. Il planifie et voit les possibilités que lui offre la vie. Il nous enseigne la prudence, à regarder et à anticiper, à concilier le travail et les jeux, à saisir les chances qui se présentent.

### Le lièvre

**Il représente la peur. Le message est : ce à quoi vous résistez persistera, ce que vous craignez le plus, vous le vivrez. En effet, plus l'on redoute une chose, plus notre énergie se positionne sur cette crainte et attire donc à nous ce que nous refusons.**

**Qualités : fertile, sensible, artistique, créatif, intuitif, prudent, observateur**

**Faiblesses : peureux, tragique**

## Aigle

## Mitshushu



L'**aigle** est **symbole** de beauté, de force et de prestige. Ceux qui s'identifient à l'animal totem de l'aigle se reconnaissent à la puissance de leur capacité de visionnaire, que ce soit une vision à court ou à long terme. Il encourage le développement de l'intuition dans la vie quotidienne. L'aigle apporte des enseignements sur les meilleures manières de s'élever plus haut et de prendre du recul par rapport aux situations dans lesquelles on se trouve. Il nous enseigne à gagner en puissance d'observation et nous à nous concentrer sur les tâches à accomplir. De plus, il est bon compagnon et il aide à développer notre conscience spirituelle.

L'aigle est un animal totem et symbole dont les attributs et significations sont nombreuses. En voici les plus courants :

- L'aigle est le messager du monde des esprits
- Le pouvoir de concentration
- La capacité à prendre les devants lorsque le moment opportun se présente
- Le pouvoir de voir, d'avoir une vision claire des situations
- Le totem de l'aigle a un lien fort avec le monde de la sagesse et des esprits
- Symbole de la conscience spirituelle

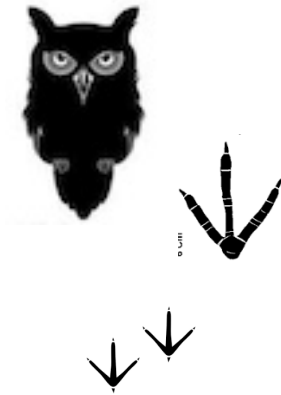
## L'aigle

**Qualités : solitaire, fier, fort, robuste, majestueux, courageux, fidèle, puissant, acrobate, altier, tolérant, territorial, foudroyant, indépendant, élégant, audacieux, ardent, loquace, placide, aisé, noble, intelligent, rapide, efficace, bonne adaptation.**

**Faiblesses : vorace, parfois paresseux, féroce**

## Hibou

## Uhu



Il a le pouvoir de donner aide et protection la nuit. De là, l'emploi des plumes du hibou dans les cérémonies rituelles. Parce qu'il n'affronte pas la lumière du jour, il fut également symbole de tristesse, d'obscurité, de retraite solitaire et mélancolique. Comme le chat et parfois le chien, on lui prête la faculté de pouvoir voir les défunts dans l'au-delà.

Le hibou, de par son cri nocturne inquiétant, ses grands yeux scrutateurs et son mode de vie « en retraite », fut vecteur de nombreuses superstitions. Il reste toujours très lié au domaine de la magie et de la spiritualité. Selon les époques et les cultures, le hibou a pris une image tantôt négative, tantôt positive. Il se distingue de la chouette par la simple présence d'aigrettes sur la tête.

### Symbolique du hibou

La chouette ou le hibou ont une symbolique riche qu'on retrouve dans de nombreuses traditions.

Cet animal peut symboliser les éléments suivants :

- Intuition, capacités intuitives
- capacité de voir ce que les autres ne voient pas ; voir au-delà de la tromperie et des masques
- Sagesse
- Messager en contact avec le monde spirituel et l'intuition
- Curiosité pour les mystères de la vie, l'inconnu
- Connexion avec le « moi supérieur »
- Annonce du changement

### Le hibou

**Il est symbole de sagesse et un guide spirituel.**

**Qualités: intelligent, stratégique, rapide, sage**

**Faiblesses : triste, boudeur, mélancolique**

## Corbeaux      Kakatshu



Les corbeaux sont des créatures qui titillent notre imagination. Ces beaux oiseaux au plumage d'un noir ténébreux et au regard perçant sont présents dans bon nombre de légendes, et sont depuis bien longtemps associés à de sombres présages.

Dans la nature, plusieurs éthologues ont rapporté avoir vu des corbeaux utiliser des outils comme des branches pour faire certaines choses. On a aussi vu des corbeaux sauvages pousser des pierres sur des personnes essayant de grimper jusqu'à leurs nids, voler du poisson en tirant la ligne d'un pêcheur, et on a même vu certains individus particulièrement espiègles et malins faire les morts à côté de la carcasse d'un animal... Pour effrayer les autres, et pouvoir se régaler ensuite tous seuls d'un délicieux repas ! De même, on observe assez fréquemment que les corbeaux ont recours à la feinte ou au bluff. Par exemple, si un corbeau sait qu'un autre corbeau l'observe tandis qu'il cache de la nourriture, il peut très bien faire semblant de déposer la nourriture à un endroit, pour ensuite la cacher autre part.

Pour les Premiers Peuples, le Grand Corbeau est au contraire l'oiseau créateur, responsable de la création du monde. Il est le protecteur des humains, et leur aurait apporté le soleil, la lune, les étoiles, l'eau et le feu.

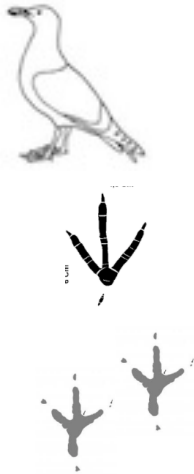
### Le corbeau

**Qualités : très intelligent, très fidèle, persévérant, rassembleur**

**Faiblesses : voleur, sournois, profiteur**

## Goéland

## Tshiashk<sup>u</sup>



Les mouettes ou goélands n'ont pas peur de nous, et, comme les souris et les rats, elles raffolent du contenu de nos poubelles. D'où leur mauvaise réputation. La mouette ou le goéland était primitivement propriétaire de la lumière du jour, qu'elle conservait jalousement dans une boîte, pour son seul usage personnel. La mouette rieuse ça ne nous fera pas rire du tout. A moins que ça soit un goéland. Quoi qu'il en soit, ces oiseaux qui se ressemblent car ils sont de la même famille et sont de véritables calamités. Comme il semble prouvé en plus que leurs excréments sont radioactifs, il y a du souci à se faire.

### Le goéland

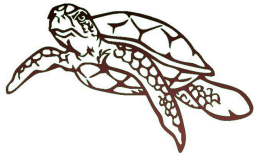
**Son nom signifie « pleurer ». Ce qui décrit précisément le chant de cet oiseau.**

**Qualités : fort, persévérant, aventurier, solitaire**

**Faiblesses : têtu, voleur**

## Tortue

## Missinak<sup>u</sup>



L'animal totem de la tortue est nous inspire à poursuivre notre chemin avec détermination et dans la sérénité. Bien qu'elle se déplace lentement sur terre, la tortue est aussi incroyablement rapide et agile dans l'eau. Ceux qui ont la tortue comme totem ou animal de pouvoir sont encouragés à prendre faire une et prendre le temps de regarder autour d'eux afin de trouver des solutions équilibrées et durables à leurs préoccupations. Traditionnellement, la tortue est symbolique de la voie de la paix, que ce soit en nous invitant à cultiver la paix de l'esprit ou une relation harmonieuse avec notre environnement.

### Symbolisme de la tortue

La symbolique de la tortue s'articule autour de la connexion avec la Terre et des symboles de l'enracinement et de la patience. La tortue représente :

- Un symbole du monde, de la Terre
- La capacité à rester calme, même dans les moments chaotiques
- La souveraineté
- Ralentir, prendre votre temps
- Détermination, persévérance
- Stabilité émotionnelle
- Connexion avec une sagesse ancienne

La tortue est également liée à l'énergie de l'eau et de la nature fluide des émotions.

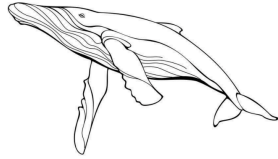
### La tortue

**Qualités : paisible, sage, persévérante**

**Faiblesse : lente**

## Baleine

## Mishtamek<sup>u</sup>



La baleine est la gardienne de l'histoire planétaire, des archives. Elle chante les mémoires dans le langage original de la Terre. Nous apprenons que notre vie est une mémoire sacrée. La médecine de la baleine nous enseigne à utiliser les sons et les fréquences qui équilibrent notre corps émotionnel et qui guérissent notre corps physique. Nous comprenons alors que le tambour du chaman apporte paix et guérison par son battement au rythme du cœur universel en permettant à tous les cœurs de battre à l'unisson. Les adeptes de cette médecine ont des aptitudes psychiques et télépathiques très développées, ils peuvent entrer en contact avec la conscience universelle.

### Symbolisme de la baleine

La baleine est la gardienne de l'histoire de la terre et de ses secrets. Le souvenir de la légendaire civilisation de Mu qui s'étendait autrefois à l'ouest de l'Amérique et qui est considérée par toutes les tribus Indiennes comme leur terre originelle, est maintenu en vie par la baleine, car elle fut jadis le témoin de la grande catastrophe dont fut victime la Mère patrie.

### La baleine

**Qualités : mystérieuse, apaisante, sereine**

**Faiblesse : trop curieuse**



## Outarde Nishk



N'étant jamais éloigné de la terre, ne s'élevant jamais dans les airs, il signifie dans la sagesse populaire, l'enfant qui ne s'écarte pas du giron de sa mère, qui ne devient jamais majeur, ni même adulte. D'autre part il n'est pas facilement surpris par les chasseurs, qui ont coutume de dire : Je suis une outarde, moi, on ne m'attrape pas. Oiseau fabuleux qui nargue le chasseur à qui il échappe.

En nocturne, il symbolise le monde temporel. Les houppes de plumes fines du mâle ne sont que parures éphémères ; le monde ressemble à cet oiseau qui se tient sur un pied, qui bat de l'aile et qui est insaisissable. En diurne, il évoque la capture impossible, que les hommes se disputent en se heurtant et en finissant par s'entretuer eux-mêmes : Il vaut mieux, dit la sagesse peule, partir sans regret de cette terre qui roule et écrase ceux qui veulent la dominer.

### Symbolisme de l'outarde

Elle est le symbole, dans le mariage, de l'union des âmes. Si l'on peut lire la marque de l'outarde dans la cendre répandue autour du lit d'un défunt, c'est que l'âme enfin libérée a pris son vol. Elle a un rôle d'intermédiaire entre la terre et le ciel ; et représente aussi l'arbre également épanoui dans le monde d'en haut par ses feuilles et dans le monde d'en bas par ses racines. Enfin, cet oiseau migrateur peut symboliser l'aventure de l'âme humaine."

### L'outarde

**Qualités : exploratrice, curieuse, rapide, stratégique**

**Faiblesses : agressive, bavarde**

## Saumon

## Utshashumek



Le saumon est un symbole de force et de don de soi, car pour donner naissance à sa descendance il remonte le courant au prix de sa vie. Un feu dort en lui et son désir de s'exprimer est omniprésent, le saumon a donc un tempérament bouillant. Dominateur, doté d'une grande volonté et très énergique, le saumon arrive toujours à ses fins.

### Le saumon

**Qualités : fier, énergique, confiant, passionné, généreux**

**Faiblesses : entêté, extrémiste, dominateur**

### Croyances et traditions

Dans plusieurs nations amérindiennes, lorsque les jeunes gens voulaient connaître leur animal totem, ils partaient en quête de visions. Ils devaient passer quatre jours et quatre nuits dans les montagnes ou dans la forêt sans manger ni boire. Pendant ce temps de jeûne ils priaient et demandaient au Grand-esprit de bien vouloir leur envoyer une vision. Un animal apparaissait souvent d'une façon très réelle et cet animal devenait l'animal totem de la personne à qui il était apparu. Il devait apporter sa protection, son courage et sa sagesse tout au long de la vie de cette personne.