

# 20<sup>e</sup> ANNIVERSAIRE



MARS 2023

Ce n'est rien contre le CHSLD où j'habitais; j'avais besoin de vivre dans un environnement qui pouvait ressembler à mon style de vie. Donc j'ai mis les bouchées doubles en physiothérapie pour être au mieux de ma forme physique, apprendre à cuisiner et tous les autres trucs qui m'aideraient aussi.

**EN CHSLD À 18 ANS, UNE HISTOIRE VRAIE, p. 19**

*Zack Bouchard, 1<sup>er</sup> cycle*

---

Ce cahier est donc devenu ma façon de partager les phénomènes étranges qui m'arrivent. Les bruits de grattements, c'est facile à ignorer, mais la porte qui bouge comme si quelqu'un tirait dessus pour l'ouvrir, c'est autre chose. Je commence à réellement avoir peur, surtout que je n'ai toujours pas trouvé de moyen de rentrer dans la chambre.

**LA CHAMBRE D'INVITÉ, p. 41**

*Stacy Pierre, 2<sup>e</sup> cycle*

---

Rendu à l'intérieur, l'air est complètement différent, on peut sentir que quelque chose d'atroce s'est passé. Il ne me faut que quelques pas avant de retrouver sur le sol, le corps d'un enfant gisant sans vie. Le corps est entouré de bougies blanches et rouges, accompagné de quelques objets qui pourraient être liés au monde occulte.

**LA RUNE D'EOHL, p. 60**

*Mathieu Bélanger, 2<sup>e</sup> cycle*

---

Aujourd'hui, je me sens faible. Très faible. Je combats encore une fois une pneumonie. Je crois sincèrement que c'est la dernière. Je souffre, j'ai mal. J'ai du mal à respirer. Mamie est à la maison et ma sœur est sur le chemin du retour vers la maison. Elle revient de sa fête d'amies.

**MOUSSAILLON, p. 81**

*Arielle Jobin, 2<sup>e</sup> cycle*

---

# 20<sup>e</sup> ANNIVERSAIRE



MARS 2023

## COORDINATION DU PROJET

Frédéric Maltais

## COMITÉ DE SÉLECTION

Christiane Beaulieu, Luc Beauregard, Nathalie-Patricia Bélanger, Mélanie Bellemare, Brigitte Bilodeau, Dominique Brown, Isabelle Coulombe, Valérie De Guise, Isabelle Faust, Maria Florenia Sauro, Mélanie Fortier, Lisa Fournier, Martine Gagnon, Chantal Gariépy, Maxime Garneau, Maryssa Girard-Cassista, Guylaine Guèvremont, Isabelle-Line Hurtubise, Chantale Jean, Annie-Claude Lachance, Marie-Ève Lagacé, Fanny Lamache, Éric Laroche, Martine Lauzon, Huguette Lavoie, Frédéric Maltais, Françoise O'Reilly, Julie Pinel, Dominic Provost, Marie-Hélène Samson, Mélissa Savard, Monique Talbot, Sylvie Théberge, Isabelle Tremblay-Chevalier, Maude Tweddell et Annie-Claude Veilleux  
**ainsi que l'équipe de volontaires de l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services**

publics du Québec (AREQ-CSQ)

**qui s'y sont investis sous la coordination dynamique de Jacques Boucher:**

Claire Bélanger, Réjean Benoit, Louise Bergeron, Édith Blais, Lynn Bourgault, Laurier Caron, Bernard Croteau, Gilles Duchesne, Daniel Gagné, Magelline Gagnon, Alain Gilbert, Claire Guay, Pierrette Guay, Diane Huot, Denise Lachance, Jacqueline Lachance, Huguette Lamontagne, Madeleine LeBoeuf, Roberte Lefrançois, Réjean Lemelin, Carole Lessard, Johanne Mercier, Francine Perron, Louis-Marie Pichette, Jean Robitaille, Gervais Soucy, Denise Turcotte-Gauthier et Gisèle Turcotte.

## SECRETARIAT

Guylaine Guèvremont, Annie-Claude Lachance, Marie-Ève Lagacé, Marie-Hélène Samson et Mélissa Savard.

## RÉVISION LINGUISTIQUE

Martine Lauzon

## MOT DE L'ÉQUIPE

Quelle tâche ingrate de ne retenir qu'une petite cinquantaine de textes... et de devoir en écarter autant alors qu'ils nous ont profondément touchés. Tant d'histoires poignantes et envoûtantes, pleines d'espoir et de volonté. Que tous ceux et celles qui ont pris leur courage à deux mains pour partager ces mots sachent qu'ils ont été lus et appréciés et que, bien des fois, il a fallu trancher entre des récits tous aussi séduisants.

Chaque texte a d'abord été évalué par trois jurés. Les textes ayant franchi cette étape ont ensuite été relus par plusieurs évaluateurs pour la sélection finale. Une dernière phase a ensuite permis d'attribuer les prix. Merci de tout cœur à chacune et à chacun, aux enseignantes et enseignants qui les ont soutenus ainsi qu'à tous ceux et celles qui ont contribué au concours.

Déjà 20 ans que la FSE-CSQ a mis en place le concours d'écriture *Ma plus belle histoire* sous l'impulsion de Paula Duguay, alors vice-présidente de la Fédération. Depuis, nous avons eu le plaisir de lire des milliers de textes et en avons publié au-delà de 1 000 dans nos recueils.

Être enseignante ou enseignant à la formation générale des adultes (FGA), c'est aussi aider ces jeunes et adultes à progresser sur des chemins parfois difficiles, afin qu'ils trouvent leur propre voie. Quoi qu'il en soit, le personnel enseignant est à leurs côtés, les accompagnant ainsi dans l'atteinte de leurs objectifs. Nous sommes fiers que *Ma plus belle histoire* mette en lumière la persévérance des élèves et leur talent, mais aussi le travail des enseignantes et enseignants. En effet, leur travail mérite d'être souligné à grands traits, car, sans leur engagement sincère, ce concours n'aurait pu perdurer.

De leur côté, les élèves de la FGA ont soif de réussite, de projets et de liberté. Ils l'expriment donc dans leurs textes empreints d'espoirs caressés et de déceptions vécues. Au fil des ans, ils nous ont permis d'être des témoins privilégiés de leur quête d'eux-mêmes, de leurs rêves et même de leur envol.

C'est pourquoi faire évoluer le visuel du concours du crayon vers l'oiseau nous a semblé naturel. En effet, écrire donne des ailes en libérant, en donnant voix aux rêves et corps aux idées. Écrire, c'est partager, c'est s'ouvrir aux autres, les émouvoir et les inspirer.

Bien que ce recueil contienne les 50 textes gagnants de l'édition 2022-2023, nous remercions et félicitons tous les élèves participants. Chacun à leur manière, ils en ressortent gagnants!

Encore une fois cette année, une centaine d'élèves ont eu la chance de participer à un atelier d'écriture avec notre parrain Manu Militari. Chaque atelier a été une occasion enrichissante de partage, d'authenticité, de douce fragilité et souvent de grande solidarité entre les élèves.

Si plusieurs histoires contenues dans ce recueil évoquent des parcours douloureux, le concours *Ma plus belle histoire* est clairement lumineux. Le processus d'écriture est assurément teinté de la volonté de toutes et tous d'aller de l'avant et de se bâtir un avenir répondant à leurs aspirations, soutenus par l'engagement de celles et ceux qui sont derrière eux pour les aider à s'envoler.

Merci à nos généreux partenaires qui, par leur appui financier, participent à la pérennité du concours.

Bonne lecture!



La présidente de la  
Fédération des syndicats  
de l'enseignement  
(FSE-CSQ),

*Josée Scalabrini*  
Josée Scalabrini



Le président de la  
Centrale des syndicats  
du Québec (CSQ),

*Éric Gingras*  
Éric Gingras



La présidente de  
l'Association des retraitées  
et retraités de l'éducation  
et des autres services  
publics du Québec  
(AREQ-CSQ),

Lise Lapointe

L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) est fière de s'associer de nouveau au concours d'écriture *Ma plus belle histoire*.

La créativité et la soif d'apprendre sont au cœur de cette initiative. Je salue ainsi la détermination des participantes et participants qui nous ont transmis ces textes inspirants. Par la composition de leurs histoires, ces personnes tracent ainsi le chemin pour celles et ceux qui aspirent aussi à achever leur parcours scolaire.

Au nom des membres de l'AREQ-CSQ, je tiens à féliciter chaleureusement les lauréates et lauréats des prix décernés par la FSE-CSQ.

Enfin, l'AREQ-CSQ tient à souligner la contribution du personnel de l'éducation des adultes.

Bravo aux participantes et participants pour leur engagement et leur dévouement!

Cette année encore, j'ai eu la chance d'être parrain du concours *Ma plus belle histoire*, organisé par la Fédération des syndicats de l'enseignement (FSE-CSQ), qui en est déjà à sa vingtième édition, et j'en suis très honoré.

Je suis extrêmement fier d'être associé à ce projet original qui met en valeur la créativité et la poésie. Ainsi, j'ai animé plusieurs ateliers d'écriture où j'ai raconté mon parcours artistique, de mes premiers coups de crayon malhabiles à mes derniers coups de poing métaphoriques, j'ai fait part de mon amour pour les images-chocs et pour les tournures de phrases tendrement ficelées.

Lors de ces ateliers, j'ai été agréablement surpris par le nombre de textes présentés par les élèves, par leur authenticité et par l'envie de ces personnes, souvent comme moi, de se livrer, de faire réfléchir ou de simplement jongler avec les mots. Par l'écriture, nous avons la chance de nous exprimer, et ce peut être un excellent moyen de surmonter une douleur qui ne reste plus piégée au fond de soi. C'est aussi une façon de mettre des mots sur nos maux ou sur notre joie. À la lecture de tous ces textes, j'ai frissonné, j'ai ri, j'ai écouté, j'ai aussi fait partager mes expériences. Merci à la FSE-CSQ de m'avoir fait vivre ces instants. Merci également aux étudiantes et étudiants pour leur spontanéité, leur accueil et leur générosité.

Étant moi-même un ancien élève de l'école des adultes, je comprends les défis que représente un retour à l'école. Je ne peux pas dire que j'ai eu un parcours scolaire exemplaire ; pourtant, je suis retourné à l'école des adultes. Ma mère l'avait fait avant moi. À force de persévérance et de ténacité, j'ai fini par obtenir mon diplôme d'études



secondaires. L'écriture a transformé ma vie. J'aimerais donc féliciter tous ceux et celles qui, à force de travail, de volonté et de courage, tiennent bon afin de décrocher leur diplôme.

J'applaudis aussi toutes les personnes qui ont soumis un texte et les autrices et auteurs des textes publiés. Je vous encourage à poursuivre vos rêves pour une vie meilleure, à croire en vous et en votre potentiel, et à ne jamais perdre de vue votre objectif. Il faut se rappeler que même un échec doit être perçu comme un apprentissage. Acquérir la certitude absolue d'atteindre un but donne les moyens d'y accéder.

En terminant, je désire souligner l'apport de tous les enseignants et enseignantes qui, par leur savoir, leur patience, leur dévouement, nous donnent l'envie d'élargir nos horizons, d'être imaginatifs, de stimuler notre créativité et de nous outiller pour la vie.

Ancien décrocheur, peu motivé par l'école en général, j'aurai finalement fait de la poésie mon métier, ma plus belle histoire.

*Écrire, c'est une manière de vivre*  
Gustave Flaubert

**Manu Militari**

# LE PRIX COUP DE POUCE CAISSE DESJARDINS DE L'ÉDUCATION

Intitulé à juste titre Coup de pouce Caisse Desjardins de l'Éducation, le nom de ce prix, destiné aux équipes enseignantes, fait écho au Coup de cœur destiné à l'élève ayant soumis le meilleur texte. Ce prix vise à reconnaître et à encourager l'engagement, la créativité et les initiatives locales. L'équipe de la FSE-CSQ ira à la rencontre de l'équipe gagnante afin d'organiser un gala local qui mettra à l'honneur les enseignantes et enseignants et les élèves du centre.

Nous avons l'immense fierté de souligner le dynamisme et le travail exceptionnel accompli par :

L'ÉQUIPE ENSEIGNANTE DU CENTRE DE FORMATION GÉNÉRALE  
DES ADULTES DU CHEMIN-DU-ROY (CSS DU CHEMIN-DU-ROY),  
À TROIS-RIVIÈRES, AVEC LE SOUTIEN DU SYNDICAT  
DE L'ENSEIGNEMENT DES VIEILLES-FORGES.

Votre engagement, gage du succès de ce concours, est une véritable source d'inspiration.

Au nom de tous vos pairs, enseignantes et enseignants, félicitations !



Parmi les initiatives des membres de ces équipes et des syndicats locaux qui les ont activement soutenus, mentionnons :

Au chapitre de la promotion :

- Implication de plusieurs enseignantes et enseignants pour une meilleure stabilité du projet, et concertation ;
- Participation de plusieurs services d'enseignement (alphabétisation, présecondaire, insertion sociale, intégration socioprofessionnelle, etc.), y compris les centres de détention ;
- Tournée de promotion dans les classes (au lancement et avant la date de retour) ;
- Diffusion en grand nombre des affiches, des formulaires et des anciens recueils ;
- Intégration dans le cadre d'activités de lecture et d'apprentissage dans les classes ;
- Création de versions thématiques du concours (*Ma plus belle histoire... d'amour, Ma plus belle histoire... d'horreur*) ;

Au chapitre de la célébration et de la valorisation :

- Bonification des prix, création de certificats locaux ;
- Sélection locale de textes gagnants additionnels ;

- Cérémonie de remise de prix et lecture publique en présence de l'ensemble des élèves du centre, des autres personnels du centre et du centre de services scolaire, des partenaires et de la communauté (invités d'honneur, auteurs littéraires, familles, anciens élèves, etc.) ;
- Enregistrements audio-vidéo des lectures, des photographies ;
- Conférence de presse ;
- Activités pédagogiques et lecture individuelle des textes ;
- Production d'un recueil local comprenant les textes de tous les élèves participants ;
- Articles dans les journaux locaux, syndicaux et scolaires et dans les médias électroniques ;
- Création d'une page Web ;
- Participation et lecture publique à des émissions de radio ou de télévision et tirage de recueils parmi le public ;
- Mention au Conseil d'administration du centre de services scolaire, à la Direction générale, au Conseil d'établissement, à l'Assemblée des personnes déléguées ;
- Plaques commémoratives, Mur des célébrités, bannières et autres affichages dans le centre et à l'extérieur ;
- Recherche des élèves participants ;
- Célébrations lors d'activités syndicales avec l'équipe enseignante et les élèves (reconnaissance, soupers, etc.) ;
- Réalisation d'une bibliothèque dans l'école.

# REMERCIEMENTS

La Fédération des syndicats de l'enseignement (FSE-CSQ) et la Centrale des syndicats du Québec (CSQ) tiennent à remercier chaleureusement leurs partenaires pour leur contribution à ce projet d'expression littéraire et de valorisation unique en son genre.

## NOS PARTENAIRES

---



Votre passion,  
notre vocation



**Desjardins**  
Caisse de l'Éducation

**beneva**



**Les  
libraires  
.ca**

Les  
protections  
**RésAut**  
Assurances auto, habitation et entreprise

 **CSQ**  
Centrale des syndicats  
du Québec



**Druide**

---

Nous tenons également à souligner la collaboration remarquable de l'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) dans le cadre de la sélection des textes pour le recueil *Ma plus belle histoire*.

---



# SOMMAIRE

- 12 **COUP DE COEUR**  
**FILLE DE MA TERRE**  
Christmas Fleur de Lima  
Ngbabo Yassif Asta  
Bendjoni
- 14 **L'AMOUR**  
**DANS LE TEMPS**  
Sébastien
- 14 **L'OBSOLESCENCE**  
**PROGRAMMÉE**  
Jean-Frédéric Gosselin
- 16 **LE COURAGE**  
**D'EMMA**  
Joanny Girard Blais
- 19 **EN CHSLD À 18 ANS,**  
**UNE HISTOIRE VRAIE**  
Zack Bouchard
- 21 **LA CONFIANCE**  
**ET SES POUVOIRS**  
Cindy Larochelle-Norton
- 24 **NUIT D'AUTOMNE**  
Mariane Poirier
- 27 **MA PLUS BELLE**  
**HISTOIRE**  
Mélissa Chrétien-Lafleur
- 30 **MENTION SPÉCIALE**  
**IL Y A**  
Martin
- 32 **L'ÊTRE HUMAIN**  
**DE SEXE FÉMININ**  
Shannick Houle
- 33 **À MA MÉMOIRE**  
Frédéric
- 35 **MA COURAGEUSE**  
**GRAND-MÈRE**  
Sebastian Bueno Carrillo
- 36 **LA VOIE**  
**DU SILENCE**  
Marie-Eve Bouchard
- 38 **LA MORT**  
**N'EXISTE PAS**  
Natacha Demers
- 41 **LA CHAMBRE**  
**D'INVITÉ**  
Stacy Pierre
- 44 **MENTION SPÉCIALE**  
**JE SUIS PARTIE**  
Eve Kaag
- 46 **MOI, JEAN,**  
**AUTISTE**  
Thomas Bolduc
- 49 **LA DÉPENDANCE**  
**AFFECTIVE**  
Delphine Grand-Maison
- 51 **LE FRUIT**  
**D'UN LABEUR**  
Simon Chouinard
- 54 **LES MONOLITHES**  
**DES ÂMES SŒURS**  
**DE TOURELLE**  
Eva-Laurence Gaeta
- 57 **DE LA TERRE**  
**À L'AU-DELÀ**  
Noémie Poirier
- 60 **LA RUNE D'EOHL**  
Mathieu Bélanger
- 64 **MENTION ANTIDOTE**  
**MON ENFANT**  
**À LA FENÊTRE**  
Jacynthe Girard
- 66 **LES PREMIÈRES**  
**PAGES DE MON**  
**JOURNAL**  
Caroline Bilodeau
- 69 **PASSEUR DE RÊVE**  
Sarah Bergeron-Nobert
- 72 **LA PERCEPTION DE**  
**L'ÉCHEC: LE DÉBUT**  
**D'UNE RÉUSSITE**  
Catherine Blouin

- 75 **LE CHEMIN DU GUERRIER**  
Richard Lantin
- 78 **LA BELLE ET LA BÊTE**  
Annie Lussier-Chaperon
- 81 **MOUSSAILLON**  
Arielle Jobin
- 84 **UNE NOUVELLE VIE: ROBERVAL**  
Houda Debbech
- 87 **MENTION SPÉCIALE**  
**CENTRE LA CROISÉE**  
Esseti Noura
- 88 **LE MUR**  
Marc-Antoine
- 91 **MA VIE CAUCHEMARDESQUE**  
Adissa Manli
- 93 **DE 0 À 200 KM/H**  
Samuel Biron
- 96 **LETTRÉ À MA MÈRE**  
Leila Ndam Rabil
- 98 **CINQ CENTS MAUX**  
Steve
- 100 **RÊVER GRAND TRAVAILLER DUR**  
Sadaf Merzai
- 102 **LETTRÉ À MON PROFANATEUR**  
Isabelle Brochu Levesque
- 103 **LES SAISONS**  
Marilyne Maisonneuve
- 105 **MENTION SPÉCIALE**  
**LE DERNIER LIT DU HAUT**  
Régis Crousset
- 108 **M<sup>me</sup> PERRUCHÉ**  
Marilyn Gagnon
- 110 **COFFRÉ**  
Maxime Lecavalier
- 111 **POUR MES PARENTS**  
Jayson Woods
- 113 **UNE FABULEUSE HISTOIRE**  
Alain Bélanger
- 116 **LA BEAUTÉ DES CHIC-CHOCs**  
Maurice
- 118 **MENTION SPÉCIALE**  
**LA MYSTÉRIEUSE NEIGE ROSE**  
Jacqueline Bédard
- 120 **MALÉDICTION OU BÉNÉDICTION**  
Océanne Charron
- 122 **CONTRAT CONFLICTUEL**  
Maxime Vallée
- 125 **LOVE**  
Younes Alouane
- 126 **UN TRÈS BEAU MOMENT DE VIE**  
Gérald Mongrain

**N. B.** Les textes ont bénéficié d'une révision linguistique respectant au mieux les choix de forme des auteures et auteurs.

# FILLE DE MA TERRE

---

Je suis Asta, Christmas, fleur de lima, Yangbabo,  
fille de Ngbabo Mathurin, née a Limasse,  
la fille d'un homme aimant, protecteur et rigoureux.  
Je suis la fille du plus extraordinaire des pères.

Je suis Christmas, attendue par mes biens aimés parents.  
Le 25 décembre, on m'espérait telle une déesse naissante,  
pressée par ce goût de la vie qui gisait en moi.  
On m'a vu apparaître le 22 décembre 1999.

Je suis le cadeau de Noël de ma merveilleuse mère  
Bissipou Raïssa Judith Rolande, arrivé en avance.  
Je suis la fille d'une femme battante, aimante et forte.  
Un tel trésor, seul Dieu nous l'a donné.

Je suis Ngbabo Yassif Asta, la petite fille de ma grand-  
mère, partie trop tôt et qui a laissé dans le cœur de mon  
père un grand vide et un grand silence. Mon père qui m'a  
légué son nom et son prénom.

Depuis, je porte le monde en mon sein. Je suis  
maternelle, forte  
et aimante. Je suis celle qui s'exprime, qui raconte pour  
me libérer,  
mais aussi pour délier la voix des autres, de mes frères  
et sœurs,  
la fille au cœur d'or, pleine de bonté et de générosité.

Je me nomme Christmas Fleur de Lima Ngbabo Yassif Asta Bendjoni. Je viens de la République centrafricaine, un beau pays situé au cœur de l'Afrique, plus précisément de Bambari d'où je suis née. Je suis la fille de ma terre rouge. Je viens d'entre les eaux, le bassin du Tchad et le Chari.

Je suis née sous toutes les formes de couleurs. Mon drapeau comporte le bleu, le blanc, le vert, le jaune, le rouge avec une étoile jaune sur le bleu. Je suis femme de la diversité. On dit de moi que j'aime tout le monde.

Je viens du pays où mon hymne chante la renaissance et où la devise clame :  
Unité  
Dignité  
Travail

Je suis la fille de ma terre Bangui où la solidarité et le courage gronde le socle. Terre où l'indépendance nous appartient.

Je viens aussi de ce pays où la jeunesse vit dans la précarité, où l'éducation est en baisse due à l'éclatement de la guerre, des bombardements.

Je suis la survivante aux grands obstacles de ma vie, aux bouleversements du monde. Je suis Christmas, la courageuse, celle qui a dû affronter les grands défis de son parcours telle une combattante indomptable.

Je suis la poétesse qui exprime ses sentiments de joie pure, des douleurs de mon vécu dans un projet de résilience pour laisser ma voix aux sans voix. Je suis la poésie du fleuve. Je suis la voix d'une terre réunie, unie et solidaire.

Je suis la jeunesse africaine de Rimouski. Je suis debout et je marche...

.....  
**Christmas Fleur de Lima  
Ngbabo Yassif Asta  
Bendjoni,**  
*Francisation*

Centre de formation  
générale des adultes  
de Rimouski-Neigette  
(Rimouski), CSS des Phares

Enseignante :  
Nancy DesRosiers,  
Syndicat de l'enseignement  
de la région de la Mitis  
.....

# L'AMOUR DANS LE TEMPS

Sébastien,  
1<sup>er</sup> cycle

Centre de formation  
générale des adultes  
du Chemin-du-Roy  
(Trois-Rivières),  
CSS du Chemin-du-Roy

Enseignant :  
Luc Beauchesne,  
Syndicat de l'enseignement  
des Vieilles-Forges

Au travers du temps  
L'amour devient changeant  
De deux êtres aimants  
Une union s'est forgée.  
Par des caresses et des baisers  
Enfin, une famille fut créée.  
De leur nez aux petits pieds,  
Leurs enfants seront aimés.  
Malgré leur amour,  
Il arrivera un jour  
Où ceux-ci connaîtront plusieurs blessures  
Qui formeront, à chacun, leur futur.  
Au travers du temps,  
Ils apprendront  
Que le pardon  
Est seulement l'amour  
Qui pansera les blessures des gens qui les entourent.

# L'OBSOLESCENCE PROGRAMMÉE

Tu m'as choisi, puis tu m'as trompé et remplacé pour un modèle plus récent.

Notre relation fut charnelle, fusionnelle, passionnelle.

L'aisance avec laquelle tu t'es débarrassé de moi comme si je n'avais jamais existé et que rien ne s'était passé a entaillé mon cœur. Y penser ne fait que me dévaster davantage.



Nous nous tenions main dans la main, les moments où nous étions branchés l'un à l'autre me manquent, où nous écoutions notre musique ensemble quand nous allions nous entraîner, mais surtout où je me réveillais et où nos regards se croisaient avec envie.

Cela est révolu, du passé, obsolète... tous nos mémoires, nos souvenirs et nos photos. Ce sont les seules choses de tangibles qu'il me reste de nos moments merveilleux et fugaces.

Il est vrai que depuis quelque temps, je fonctionnais au ralenti, je traversais une période difficile et je me refermais sur moi-même. Malgré tout, et encore aujourd'hui, je t'aime.

Tu avais vraiment un don pour me faire sentir spécial et j'avais vraiment cru que j'étais chanceux d'être avec toi. J'étais persuadé que notre relation symbiotique représentait quelque chose à tes yeux. Mon cœur est désormais creux.

Je constate que je ne valais pas autant que je le croyais. Tu ne t'es même pas donné la peine d'attendre que je sois parti avant de rencontrer un nouveau modèle que tu as ramené à la maison. Plus beau, plus jeune et plus rapide.

Moi qui croyais que ce qui est essentiel était à l'intérieur...

C'est alors que tu m'as pris en me sortant de mes pensées.

Depuis que tu m'as rejeté, je n'ai plus de raison d'être, me suis-je dit en silence.

C'est alors que je sens mon corps glisser de tes mains et se diriger vers une chute mortelle. Je me remémore toute ma vie.

Je craque sous la pression de l'impact, est-ce mon salut ?

Malgré tout, à court de forces et d'énergie, je sens la vie me quitter. Il y a quelques dernières pensées qui me traversent l'esprit.

.....  
**Jean-Frédéric Gosselin,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes des Sommets  
(Magog), CSS des  
Sommets

Enseignante :  
Catherine Frappier,  
Syndicat de l'enseignement  
de l'Estrie  
.....

J'espère que, lorsque je serai mort, les battements de ma batterie auront cessé et que les synapses de ma carte-mère s'arrêteront, j'espère qu'au lieu d'être jeté dans l'abîme du dépotoir, ma peau de plastique, ma chair et mes os de métal, les veines de mes circuits, puis le cœur de ma carte-mère seront recyclés et donneront une nouvelle vie.

C'est alors que je m'éteins, puis je sombre dans un sommeil sans réveil.

Adieu,

Ton cher cellulaire

## LE COURAGE D'EMMA

Il était une fois, dans une contrée lointaine du nom d'Équestria, une petite princesse prénommée Emma. Elle habitait un énorme château avec son frère, le prince Noah, sa mère, la reine Élisabeth, et son père, le roi Enzo. Emma avait six ans et allait à l'école avec tous les autres enfants du royaume. Notre jeune princesse et sa famille vivront une aventure à laquelle ils ne s'attendaient pas.

En ce jour-là, à l'école, Emma avait eu un cours pour comprendre comment se conçoivent les bébés. Ce cours aura un impact important sur les pensées de la princesse, car elle se disait que cela serait génial d'avoir une petite sœur. Emma adorait son cadet, mais ce n'était pas une fille, il n'aimait pas jouer avec les poupées et il se querelle toujours avec la princesse. Elle se disait : « Si j'ai une sœur, elle voudra jouer à la poupée avec moi et on ne se disputera jamais. »

La journée se termina et Emma rentra au château avec sa meilleure amie, Anaïs. Les jeunes filles coururent vite voir la reine pour lui parler de leur journée et de ce qu'elles

avaient appris. Les deux petites filles l'instruisirent de leurs nouvelles connaissances. Elles avaient compté en anglais jusqu'à dix, appris les consonnes ainsi que les voyelles. Ensuite, elles avaient joué à cache-cache à la récréation puis, pour finir, elles avaient compris comment les mères et les pères font les nourrissons.

La reine était surprise qu'à un si jeune âge, les enfants apprenaient déjà comment se conçoivent les bébés. Emma s'empressa de demander : « Mère, puis-je avoir une petite sœur ? » La reine, sans voix, avait répondu : « Emma, pourquoi veux-tu une sœur ? Tu as déjà ton petit frère. » La princesse répondit alors : « Non, mère, j'aime beaucoup Noah, mais ce n'est pas une fille. Il n'aime pas jouer à la poupée et nous nous disputons toujours ! » Sa mère dit alors : « Je comprends que tu veuilles avoir une sœur, mais cela n'arrive pas toujours comme ça. » Emma était attristée, mais accepta ce que sa mère lui avait dit. Les petites filles montèrent alors dans sa chambre pour jouer.

À la suite de cette discussion, la reine se posa la question à savoir si elle désirait un autre enfant. Après quelques nuits, la reine décida donc d'en discuter avec le roi. Ils se mirent d'accord pour avoir un autre enfant. Les mois passèrent, puis un jour, Élisabeth et Enzo apprirent qu'ils attendaient des jumeaux grâce à leur amie la fée Bleue. La grossesse prit son cours, puis la famille apprit le sexe des jumeaux : ils auraient une fille et un garçon. Les nouveaux parents donneraient comme prénom Léana et Matéo. Quelques mois plus tard, Sa Majesté leur donna naissance. La nouvelle se répandit dans tout le royaume et parvint aux oreilles de la sorcière Katerina. C'était la sœur de la reine ; elle avait été bannie du royaume pour avoir utilisé de la magie noire contre Élisabeth. Katerina était remplie de haine, de colère et de jalousie envers sa sœur depuis ce jour.

Son plus grand rêve était d'avoir un fils. Alors, quand elle apprit que sa sœur et son époux ont eu des jumeaux, elle ourdit un complot horrible. Elle prononça une formule magique et apparut devant le berceau de Matéo. « Comme il est magnifique ! », se dit-elle. Elle contempla avec émerveillement le petit. Soudain, la reine entra dans la chambre pour donner le boire des bébés et remarqua la sorcière à côté du berceau. La reine s'écria : « Katerina, que fais-tu ici ? Lâche immédiatement mon fils ! » La reine

.....  
**Joanny Girard Blais,**  
1<sup>er</sup> cycle

Centres de formation  
professionnelle et  
d'éducation des adultes  
Sorel-Tracy (CFPEAST),  
CSS de Sorel-Tracy

Enseignant: Yves Danis,  
Syndicat de l'enseignement  
du Bas-Richelieu  
.....

ne fit pas deux pas que la sorcière avait déjà disparu avec Matéo dans un nuage de poussière! Élisabeth poussa un cri à glacer le sang. Le roi courut pour aller voir sa femme et comprit ce qui s'était passé. Enzo décida alors d'appeler tous les gardes pour qu'ils se mettent à la recherche de leur fils et de Katerina. Plusieurs jours passèrent, et la famille n'avait toujours pas de nouvelles.

Un matin, Emma se réveilla plus tôt afin d'échafauder un plan pour retrouver son petit frère. « Je vais te retrouver et te sauver Matéo! », dit-elle. Elle partit donc à la recherche d'indices dans la sombre forêt. Après plusieurs heures de recherche, Emma, qui avait suivi des empreintes de pas, tomba sur une cabane en bois cachée entre de gros arbres. Elle marcha en direction de la porte, puis se dit: « Je sais que tu es là, je vais te ramener à la maison. » Elle prit tout son courage, entrouvrit la porte, puis pénétra à l'intérieur sans faire de bruit. Elle regarda dans chaque pièce qui se trouvait en bas, mais il n'y avait rien. Elle décida donc de monter à l'étage. Elle entendit soudain des pleurs, se mit à courir en leur direction et trouva Matéo. Emma prit son frère, se retourna pour se sauver, mais Katerina se trouvait juste derrière eux. La jeune princesse poussa la sorcière, descendit les escaliers, puis disparut en forêt. La sorcière se mit à poursuivre les enfants. La princesse vit un tronc d'arbre et alla s'y cacher avec son frère. Katerina continua donc sa chasse, sans même s'être rendu compte qu'elle avait déjà dépassé les enfants.

Notre jeune héroïne profita donc de cette occasion pour courir jusqu'au château qui ne se trouvait pas très loin. Après cette course épuisante, elle vit enfin sa maison. Des gardes avaient remarqué que les enfants étaient pourchassés par la sorcière. Ils réussirent à arrêter Katerina, l'enfermèrent dans un cachot et escortèrent les enfants jusqu' au roi et à la reine. Ceux-ci furent si heureux d'avoir retrouvé leurs enfants qu'ils organisèrent une énorme fête pour souligner le courage de la princesse. Bien sûr, ils vécurent heureux jusqu'à la fin des temps!

# EN CHSLD À 18 ANS, UNE HISTOIRE VRAIE

C'est en novembre 2019 que mon histoire commence. À seulement 18 ans, j'habite avec des centenaires et des personnes souffrant de démence. Être entouré de personnes âgées, c'est peut-être ça qu'il me faut pour évoluer.

En novembre 2019, à 19 h 30, je suis arrivé dans ma nouvelle maison (CHSLD). Dès que j'ai mis une roue dans cette bâtisse, un drôle de sentiment s'est mis à m'habiter. Le genre de sentiment que tu ne vis pas souvent, le genre à dire « Ouais, c'est la bonne place. » Les jours passent et, peu à peu, je m'adapte à cette nouvelle vie. Évidemment, on ne s'adapte pas au complet, car quand il y a un décès, que tu aimes ou non la personne, elle est remplacée plus vite que le personnage Lucky Luke dégainé son arme. En vrai, je ne me rappelle pas tout, car à ce moment-là, je n'assumais pas d'être là, donc ma meilleure amie à ce moment, c'était la marijuana. Et l'on m'avait dit: « Tu vas voir en CHSLD, il y a de la maltraitance. » À ça, je leur répondais souvent: « Je n'oserais même pas à être eux (préposés) et je suis le seul qui a toute sa tête. » En fait, j'avais la facilité d'être aimé de tout le monde, mais le contraire aussi était facile.

Je n'ai pas eu à attendre longtemps pour fêter Noël là-bas. À mon premier Noël, je me suis transformé en lutin ou, comme je disais, en lutin drogué. Plus la journée avançait, plus j'avais honte de cette journée et, pour en mettre une couche de plus, le Père Noël a décidé que j'étais le lutin qui l'accompagnait sur les étages. C'est à partir de cet instant que j'ai décidé que j'allais m'impliquer plus. Voir leurs sourires m'a tellement rendu ému que, depuis ce moment, il n'y a pas eu une journée où je ne sortais pas de ma chambre pour aller les voir, et les faire sentir importants encore.

Plusieurs mois ont passé, et le pire est arrivé en ce 13 mars 2020, une journée plutôt belle, pour ce mois. Ma mère se fait appeler, car je ne répondais pas à mon cellulaire, et elle s'est fait dire par mon centre : « Dites à Zack de profiter de cette journée, car c'est sa dernière de libre. » Malheureusement, à cause de la COVID-19, j'ai été confiné pendant presque trois ans. Ce serait mentir si je disais que jamais je n'ai été à l'extérieur. Durant l'été, je sortais parfois dehors dans la cour arrière. C'était la sortie que j'attendais avec enthousiasme. Mais, avant d'arriver à cette saison, j'ai dû affronter l'hiver des positifs, le printemps où on a eu tout le temps (des tests covid), l'été de la liberté, pour ensuite être à l'automne, où on a reconfiné. Encore aujourd'hui, je me demande comment j'ai fait à 18, 19, 20 et 21 ans pour encaisser tout ça.

Durant ce long confinement, j'ai décidé que j'allais tout faire pour quitter le centre pour vivre en appartement. Ce n'est rien contre le CHSLD où j'habitais ; j'avais besoin de vivre dans un environnement qui pouvait ressembler à mon style de vie. Donc j'ai mis les bouchées doubles en physiothérapie pour être au mieux de ma forme physique, apprendre à cuisiner et tous les autres trucs qui m'aideraient aussi. Il fallait que je sois capable aussi de gérer l'école à distance en même temps, pendant l'attente d'avoir une place. Malheureusement, la vie ne fait pas de cadeau, j'ai dû en faire plus. Durant l'année 2020-2021, mes épaules ont décidé de ne plus suivre. Des douleurs insupportables m'empêchaient de faire quoi que ce soit pendant des heures parfois même des jours. Le médecin a décidé alors de me faire passer des radiographies aux épaules et de me faire voir un ostéopathe. Après un ou deux mois, j'ai reçu des nouvelles de ce qui clochait avec mon épaule droite. Or, de mauvaises nouvelles, l'ostéopathe m'a annoncées. Malgré les exercices, mon muscle commençait à s'atrophier et il fallait commencer de nouveaux exercices de physiothérapie. On m'a conseillé de reporter l'idée d'aller en appartement adapté, si je recevais l'appel d'admission. Cette nouvelle a enclenché le pire en moi, une dépression suivie d'un diagnostic de trouble d'adaptation. Ce n'était rien pour m'aider à saisir le taureau par les cornes.

Après avoir vécu les pires moments à mon centre, les bonnes nouvelles se sont enchaînées. En avril, mon médecin m'a annoncé que le médicament qui stoppait ma maladie serait administré oralement, ce qui fait vraiment moins mal contrairement à la ponction lombaire que je recevais au dos. En juillet, le physiothérapeute a conclu que j'étais en mesure de vivre adéquatement en appartement si je continuais les exercices qu'il m'avait donnés. Et finalement, en août, j'ai reçu une nouvelle qui m'a fait le plus grand plaisir depuis une éternité. Je vous mets en contexte, je revenais d'être allé magasiner et la travailleuse sociale et l'éducateur spécialisé du centre ont demandé à me rencontrer. À ce moment, j'étais un peu stressé, car rares étaient les rencontres à deux intervenants pour moi. Je suis rentré dans leur local. Ils ont laissé planer le silence. L'éducateur a ouvert la bouche et m'a dit : « Tu as ta place pour l'appartement supervisé, tu déménages le 1<sup>er</sup> septembre. »

.....  
**Zack Bouchard,**  
1<sup>er</sup> cycle

Centre de formation des  
Maskoutains (La Marge)  
(Saint-Hyacinthe),  
CSS de Saint-Hyacinthe

Enseignante : Élise Morier,  
Syndicat de l'enseignement  
Val-Maska  
.....

## LA CONFIANCE ET SES POUVOIRS

Par une douce matinée ensoleillée, Zoya, une jolie fille aux cheveux argentés, décide de faire son jogging matinal. Habituellement, elle court dans son quartier, mais, ce matin-là, elle se sent attirée par le boisé près de chez elle.

En entrant, la jeune fille entend une mélodie à peine audible. Ces murmures se mélangent aux sons des arbres bougeant en harmonie avec le vent. Le chant la conduit jusqu'à un grand rocher au milieu d'un étang. Celle-ci tente de s'y approcher, mais perd l'équilibre. Croquant tombée dans l'eau, elle s'aperçoit qu'elle marche sur l'eau. Abasourdie, elle court vers le rocher. Plus elle approche, plus le son émanant du rocher devient fort.

Lentement, elle touche la roche et, instantanément, une sensation de chaleur s'empare d'elle, une chaleur indescriptible, mais qui lui procure un sentiment de sécurité et un immense réconfort. Présentement, elle en a réellement besoin : sa meilleure amie vient de déménager dans une autre ville et ses parents divorcent.

Ne sachant pas si ce qu'elle vient de vivre est réel, cette dernière retourne chez elle. En arrivant, elle trouve sa mère étendue sur le sofa. Depuis le divorce, sa mère ne va pas très bien. L'adolescente remarque que sa mère est fiévreuse. Elle lui touche le front et immédiatement, la fièvre tombe. Étonnée, sa mère la regarde et lui demande aussitôt : « Comment as-tu fait ça ? » Incrédule, Zoya est incapable d'expliquer le comment... Soudain, elle se souvient de l'évènement vécu auparavant avec le rocher. « Et si son pouvoir venait de là ? », se questionne-t-elle. Mystère... Zoya et sa mère décident alors de garder ça secret. De toute façon, qui les aurait crues ?

Quelques semaines plus tard, assise à la cafétéria de l'école, Zoya parle à son meilleur ami Milo. Ce dernier a appris qu'il a une tumeur au cerveau. Charmant, drôle et bienveillant, Milo a des traits de personnalité très similaires à Zoya.

Milo commence ses traitements le jour suivant. Malgré les séances de chimiothérapie, son état se dégrade rapidement. Zoya veut aider son ami, mais le seul problème est que personne, excepté sa mère, ne connaît l'existence de son pouvoir. Que peut-elle faire ? Si elle essaie de trop se rapprocher de lui, Milo se fera de fausses idées et elle risquerait de le perdre. De plus, si elle lui dit la vérité, va-t-il la croire ? Elle décide donc de ne rien lui dire, mais de réfléchir à une manière de l'aider.

Un mercredi soir, Zoya se rend chez Milo afin de lui remettre ses devoirs. Comme son état empire, ses parents préfèrent qu'il continue les cours à la maison. Le père de Milo est heureux qu'elle soit là étant donné le fait que son fils ne voit pratiquement personne depuis quelques semaines. Il l'informe que ce dernier se trouve dans sa chambre.



Malgré sa fatigue, Milo est très heureux de la voir. Ils s'étreignent. Dans ses bras, l'adolescente a l'idée d'en profiter pour tenter de le soigner subtilement. Par contre, incertaine d'elle, elle craint que cela ne fonctionne pas. Et si, quand elle avait soulagé sa mère de cette fièvre, c'était dû au hasard ? À bien y penser, soigner des gens avec la paume de ses mains, tout ça sort de l'ordinaire, mais elle le tente malgré tout.

Une semaine plus tard, l'état de Milo ne cessant de s'aggraver, il est hospitalisé. Chaque jour, Zoya rend visite à son ami et essaie de l'aider, mais rien ne fonctionne. Les proches de Milo commencent à perdre espoir.

Un dimanche, désespérée, la jeune fille décide de retourner dans cette mystérieuse forêt. Arrivant près du grand rocher, elle décide de s'adosser à un grand chêne. Tout est tellement calme et paisible que Zoya s'y endort. À son réveil, elle aperçoit un rossignol. Cependant, un détail attire son attention. Le bel oiseau aux plumes bleues a une aile cassée et ne peut plus voler. Lentement, elle s'approche de lui, le prend délicatement dans ses mains. Étonnamment, l'oiseau la laisse faire. Après quelques secondes, l'oiseau prend soudainement son envol, tout en la gratifiant de son joli chant. Tous ses doutes liés à l'existence de ses dons disparaissent aussitôt. Elle n'a jamais été aussi sûre d'elle. Elle repense aux instants où elle a tenté de guérir son ami. Et si tout ce qui lui manque, c'est la confiance ?

Le jour suivant, la jeune adolescente appelle les parents de Milo pour leur demander si elle peut lui rendre visite, mais ceux-ci répondent qu'il est trop fatigué, de repasser le lendemain. Sa mère va la reconduire à l'hôpital à la première heure.

- Es-tu certaine de ce que tu fais ?
- Je n'ai jamais été aussi sûre de toute ma vie, répond Zoya avec confiance. Zoya monte rapidement retrouver son ami. En entrant dans la chambre, Milo la voit et lui sourit. Il est très fatigué. Son état a gravement empiré.

.....  
Cindy Larochelle-Norton,  
1<sup>er</sup> cycle

Centre Monseigneur-Côté  
(Victoriaville), CSS des  
Bois-Francis

Enseignante :  
Guylaine Provencher,  
Syndicat de l'enseignement  
des Bois-Francis  
.....

– Milo, je dois faire quelque chose, cela va paraître étrange, mais je te jure, après tout va bien aller, fais-moi confiance, l'implore-t-elle.

Après quelques secondes d'incompréhension, il finit par acquiescer. Zoya place une main sur le front de Milo et l'autre sur son torse. Elle prend de grandes inspirations. Une minute plus tard, Milo a de moins en moins de difficulté à respirer. Elle enlève donc ses mains.

La semaine suivante, Milo sort de l'hôpital. Il n'y a plus aucune tumeur. Ses médecins n'arrivent tout simplement pas à y croire, mais après avoir refait des analyses, il n'y a plus aucun doute. Tous appellent ça un miracle, mais pour Milo, le miracle, c'est sa meilleure amie.

Jusqu'à ce jour, Zoya se questionne encore si elle doit révéler ce secret. Pendant ce temps, celle-ci l'utilise quand l'occasion se présente et projette d'étudier en médecine pour aider les malades. Elle en retient que, même en ayant des pouvoirs, ceux-ci ne peuvent pas bien fonctionner si elle n'a pas confiance en elle. ***Avoir confiance en soi est l'une des clés du bonheur.***

## NUIT D'AUTOMNE

Feuilles qui tombaient dans le vide de la vie,  
Quelle était cette jolie feuille qui parfumait mes journées,  
Qui m'ensorcelait avec son odeur de citrouille et d'épices ?  
Un souvenir d'une nuit d'automne en 2010 où je sautais  
dans les tas de feuilles,  
Les feuilles qui sont tombées de ces immenses arbres  
qui envahissaient le jardin de mes parents.  
Chaque fois que je voyais ces feuilles tomber sur ce sol  
recouvert de décorations d'Halloween,

Que voyais-je,

Que voyais-je,

Cette belle petite fille châtain, les cheveux à l'odeur  
des pommes dans une tarte sortant du four.

Cette petite fille qui semblait n'être là qu'aux moments  
des pleurs et des peurs,

Me semblait étrange,

Mais j'avais une envie mystérieuse de la découvrir,

De découvrir ses secrets qui empoisonnaient mon esprit.

C'est alors que, quand j'ai détourné le regard d'elle  
durant deux secondes,

Elle avait disparu.

Je voulais terminer ce chapitre,

Ce chapitre qui me rendait folle,

C'était infernal !

Pourquoi la voyais-je partout ?

J'ai passé la nuit à la chercher en tous lieux,

Mais à chaque fois que je la recherchais,

Je me faisais transporter dans plusieurs moments  
temporels.

Tout ce que je voyais,

Un homme faisant des attouchements et une tentative  
de viol

À une jeune enfant âgée de 10 ans pendant son sommeil.

Un homme qui était son cousin et en qui elle avait  
confiance,

Venait de lui enlever une partie d'elle.

À ce moment-là, je me fis transporter dans un autre  
moment où

Je vis plusieurs séquences du passé

Montrant de l'intimidation et de la violence purement  
gratuite envers cette fille.

Solitaire. Rejetée.

Comment peut-on faire subir de telles atrocités  
à une pauvre jeune fille sans défense ?

J'ai hurlé.

J'ai hurlé en voyant ces séquences :

« Laissez-la tranquille ! Lâchez-la ! Elle ne le mérite pas ! »

Mais tout ce que je voyais, c'étaient ces gens,

Ces gens si répugnants qui continuaient de harceler  
la petite.

Pourquoi, à cet instant, ai-je commencé à sentir un poids  
au niveau du cœur ?

Ce poids me perçait le cœur comme un poignard.

J'ai hurlé.

J'ai hurlé de toutes mes forces, de douleur,

Jusqu'à m'effondrer au sol.

Que voyais-je,

Cette belle petite fille aux cheveux châains  
qui apparaissait devant moi.

Je me sentais si sottte, du fait qu'elle me voyait toute  
crispée au sol comme une faible.

Mais étonnamment, elle a tendu sa main vers moi.

Sa main sentait si bon.

Elle me donnait confiance.

Quand je lui ai pris la main,

J'ai apparu dans un gros labyrinthe de miroirs.

J'ai vu diverses femmes sur les miroirs autour de moi.

Une femme ayant les cheveux noirs, une autre aux  
cheveux acajou, une autre bruns, une petite aux cheveux  
châains et, enfin, une dernière femme ayant les  
cheveux blonds, je dirais bien cappuccino.

Mais bizarrement, toutes ces filles,

Me ressemblaient.

Chaque femme qui avait vécu toutes sortes d'atrocités,  
c'était moi ! Depuis le début, celle qui me transportait  
dans tous ces moments était la « moi » de quand j'étais  
petite, la « moi » de 10 ans.

C'est à ce moment-là que toutes les « moi » du passé s'avancèrent vers moi.

Plus précisément celle aux cheveux châtons.

Elle me regardait dans les yeux et, avant de partir, elle me dit cette phrase que je n'oublierai pas :

« Mariane, réveille-toi ! Bats-toi ! Ne laisse pas le passé te rattraper. Bats-toi svp ! Maintenant, réveille-toi. »

Toutes les « moi » me prirent dans leurs bras et je me réveillai.

14 octobre 2022, 13 h 35, je suis là, Mariane Poirier, à écrire sur une nouvelle vie que j'essaie de réparer et de vivre.

Ma nouvelle vie est...

Ma plus belle histoire !

.....  
**Mariane Poirier,**  
1<sup>er</sup> cycle

Centre de formation  
générale aux adultes  
Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CSS des Chênes

Enseignante :  
Katerine Massicotte,  
Syndicat de l'enseignement  
de la région  
de Drummondville  
.....

# MA PLUS BELLE HISTOIRE

Ma plus belle histoire est un récit d'amour, de bienveillance, de don de soi, mais surtout d'appartenance.

Ma plus belle histoire n'est pas terminée, elle le sera lors de mon dernier souffle et là encore.

## **Le commencement d'une histoire**

Ma plus belle histoire a commencé dans un moment turbulent de ma vie, un moment où l'amour de soi n'était pas au rendez-vous.

Ma plus belle histoire se compose de milliers de beaux récits, elle est invisible pour certains, incompréhensible pour plusieurs, indétrônable, indestructible, rien ne peut l'arrêter. Elle a commencé un jour de printemps, ce qui était prévisible, puisque les pluies d'avril font les fleurs de mai. Lorsqu'elle est arrivée, je ne m'attendais pas à cela.

C'est comme si tout était devenu limpide. La raison pour laquelle on m'avait mise sur cette Terre, la raison pour laquelle j'avais été témoin de tout ce qu'il ne faut pas, de tout ce qu'il ne doit pas.

### **Les fleurs**

Les fleurs du printemps sont fragiles, mais tellement solides à la fois. Elles arrivent après plusieurs tempêtes décoiffantes, après les temps durs et froids. Elles s'entrelacent dans des fondations brisées et faibles, se glissent une place au soleil et créent des racines fortifiantes. Elles emmènent avec elles la douceur, avec cette même beauté, elles améliorent tout ce qui les entoure. Leurs brises laissent à ceux qui l'inhalent un effluve de bonheur.

### **Ma plus belle histoire est une fleur**

Ma plus belle histoire, je la vis pleinement. Je prends le temps nécessaire de l'arroser, lui parler, l'écouter et guérir lorsque quelqu'un essaye de la piétiner. Pour cette fleur, aucune barrière ne pourrait m'arrêter. Pour cette fleur, il n'y a pas grand-chose que je ne ferai pas. Si la larve tentait d'en approcher, de mon corps, je ferais un barrage. Je me déshydraterais entièrement pour qu'elle puisse vivre. Je déplacerais un continent, une truelle à la fois, pour suivre le soleil.

### **Ma plus belle histoire est une fleur souvent jugée jamais égalée**

Il est facile de se dire que le gazon est plus vert chez les voisins. Il n'est pas facile de regarder notre propre jardin et d'y voir les lacunes, les manquements et les erreurs. L'équilibre est si fragile. Je crois que nous passons beaucoup trop de temps à regarder quel nouvel arrosoir nous pourrions acheter plutôt que d'investir des engrais naturels sur nos sols.

Elle est capable de voir ce qui est souvent invisible pour tous. Elle fait confiance et pardonne lorsqu'on lui fait de l'ombre. Elle est authentique, aucun produit chimique, ni modification génétique n'a été tentée. Si l'ouragan se lève, elle enchevêtre ses racines à ses fondations. Elle chante même à ses pairs comment s'y prendre.

### **Ma plus belle fleur est arc-en-ciel**

Avoir un pétale orange lui apporte un sens aigu de la communication et une créativité à remplir l'écosystème. Suivie d'une explosion de jaune, car la vie est belle et remplie de gaieté. Elle a quelques pétales verts pour l'équilibre fragile de sa nature et l'espoir de renaître chaque printemps. Elle a plusieurs pétales rouges pour la passion, l'amour. L'amour de soi et l'amour des autres. Son centre est bleu, car elle est loyale. Ses pistils marine, convoités comme le safran, favorisent le rêve. Sa tige est violette, car dans son for intérieur, elle veut protéger le monde entier d'eux-mêmes et des autres. Ses feuilles sont noires pour les ténèbres qui vivent en elle, elles ont des veines blanches pour faire déteindre cette douleur.

### **Ma plus belle histoire est une fleur**

Ma plus belle histoire est de veiller sur ma fleur préférée. Cette fleur ne doit pas être cueillie, elle ne doit pas sécher ni faner. Elle doit continuer de fleurir. Ma plus belle histoire est d'être une jardinière et ma plus belle fleur se nomme Maïla.

.....  
**Mélissa Chrétien-Lafleur,**  
*1<sup>er</sup> cycle*

Centre de formation des  
Maskoutains (Laframboise)  
(Saint-Hyacinthe),  
CSS de Saint-Hyacinthe

Enseignante: Élise Morier,  
Syndicat de l'enseignement  
Val-Maska  
.....

# MENTION SPÉCIALE

## IL Y A

Il y a des nuits blanches, plus noires qu'encre, où l'on aimerait se cacher jusqu'aux yeux pour ne plus voir.

Des jours gris aux teintes acariâtres qui nous rendent renfrognés, rembrunissant ceux que l'on côtoie.

Il y a les matins, qui suivent les nuits blanches, où l'on préférerait ne plus se réveiller par faute d'attrait.

Sans omettre les soirées que l'on passe seul dans un souvenir pourfendeur.

Il y a la constance des jours n'ayant d'égal que l'incertitude du lendemain.  
Celle de ne pas savoir s'il serait mieux de dormir ou de se cacher.  
De quoi au juste ? Peut-être simplement de nous-mêmes.

Il y a des baisers vrais au goût sucré, de mauvais au goût amer.  
Ceux que l'on oublie, ceux dont on se souvient jusqu'à la mort.

Il y a des amourettes nous faisant découvrir des amours vrais nous détruisant.  
L'une que l'on apprécie pour sa facilité, l'autre que l'on aime pour ses difficultés.

Il y a l'homme heureux, le triste, le colérique.  
La femme douce, la forte, l'âpre.  
Des gens différents, faits pour se rencontrer.

Il y a des rois, des reines.  
Des paysans, des citoyens.  
Tous égaux.



Il y a des menteurs que l'on estime.  
Des gens honnêtes que l'on n'admet pas.

Il y a la vie que l'on a, que l'on aimerait changer ;  
celle que l'on veut, mais que l'on ne peut avoir.  
Celle que l'on s'invente pour plaire ;  
celle que l'on abandonne pour peu.

Il y a des gens satisfaits qui n'ont rien, ne demandant  
pas même un bout de pain.  
Des gens insatisfaits ayant tout, qui ne se contentent  
de rien en voulant toujours plus.

Il y a les professeurs qui nous aident, mais que jamais  
l'on ne remercie ; des gens qui nous abattent  
que l'on remercie.

Il y a les souvenirs qui rendent mélancoliques ;  
ceux qui rendent gais.

Il y a la mère, la sœur, la femme, qui nous apprennent  
à nous laisser s'exprimer.  
Le père, le frère, l'homme qui nous apprennent  
à être forts.

Il y a la femme qui pleure pour un rien à qui l'on donne  
toute notre attention.  
L'homme qui ne pleure qu'une fois et que l'on ignore.

Il y a l'amour que l'on ne reçoit pas et celui  
que l'on offre à profusion.  
Celui qui nous fait du bien et celui qui ne nous fait  
ni chaud ni froid.

Il y a des gens faits pour rester ; d'autres faits pour  
s'en aller. Des gens qui restent, mais que l'on  
ne remarque pas ; d'autres qui s'en vont laissant  
un vide incommensurable.

Il y a ceux qui recherchent, ceux qui trouvent,  
ceux qui demandent, ceux qui reçoivent,  
ceux qui volent, ceux qui perdent.

.....  
**Martin,**  
1<sup>er</sup> cycle

Centre de formation  
générale des  
adultes, CSS des  
Hautes-Laurentides

Enseignante :  
Karine Despaties,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières  
.....

Il y a les gagnants, des perdants, les tricheurs,  
des menteurs.

Il y a des gens bons; d'autres mauvais. Ceux qui  
n'aident pour rien; ceux qui n'aident personne.

Il y a tant de choses, mais à la fois si peu.

Tant d'émotions, mais trop peu que l'on exprime.

Tant d'amour, mais si peu qui en donnent.

## L'ÊTRE HUMAIN DE SEXE FÉMININ

On dit que l'art donne un message de la réalité qui ne peut être exprimé en d'autres termes, comme l'art d'être une femme!

Fragile comme de l'argile, il suffit qu'elle se façonne, disposée à prendre forme. La forme qu'elle veut! Mélodieuse dans sa façon de chercher son bonheur malgré les obstacles. Patiente pour témoigner de sa persévérance malgré le manque de tact à son égard, l'égard d'être reconnue comme l'être de sexe féminin!

Elle ne vieillit pas, elle prend de la valeur.

Alfred Musset a dit: « Prenez le temps comme il vient, le vent comme il souffle et la femme comme elle est. » J'ajouterais peu importe ses formes, la couleur de ses cheveux et celle de ses yeux. Pour cette entièreté, elle a raison d'être admirée!

L'ampleur de sa valeur ne dépend de personne à part d'elle-même et l'influence qu'elle aura autour. Une femme, c'est le plus grand réservoir inexploité de talents au monde entier. Nombreuses sont-elles aux yeux des hommes à paraître insaisissables, comme si elles étaient le plus beau des rêves!

Beauté sans bonté, c'est une lumière sans clarté.

Les atouts physiques demeurent seulement superficiels; elle sait aussi se montrer belle autrement que par ses courbes! Ni docile, ni soumise, mais dévouée et sincère, tout cela laisse place à la beauté même d'une femme. Énormément de qualificatifs sont utilisés pour représenter que la gent féminine peut-être douce, déterminée, séduisante et coquette. Mon préféré: battante!

Elles sont une majorité qui devraient être enlacées et aimées, prises pour exemple. Les femmes sont réfléchies malgré qu'elles soient jolies!

On ne nait pas femme, on le devient.

Cette femme que tu deviens, sache que c'est l'opportunité d'en être fière, puis de ne pas te montrer naïve de ce que tu es capable d'accomplir! Le monde nous ouvre les portes vers un avenir qui nous reconnaît enfin pour ce que nous sommes capables de faire! Prends la forme que tu veux, comme une magnifique fleur, tes si jolis pétales se déploient, et cet art, je le regarderai!

.....  
**Shannick Houle,**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre La Relance  
(Saint-Jean-sur-Richelieu),  
CSS des Hautes-Rivières

Enseignante:  
Sabine Gervais,  
Syndicat de l'enseignement  
du Haut-Richelieu  
.....

## À MA MÉMOIRE

Au début, tu n'étais qu'un tout petit être essayant tant bien que mal de survivre. La violence qui régnait dans ton milieu familial te causait sans cesse des terreurs nocturnes.

Quand la nuit tombait et que tu avais peur, tu aurais voulu que ta mère vienne te réconforter et te fasse oublier tes inquiétudes de demain, mais seule son absence tu avais.

Quand tu pleurais et que tu vivais de la souffrance, tu aurais aimé que ta mère te console, mais seule son intolérance tu avais.

.....  
Frédéric,  
1<sup>er</sup> cycle

Centre de formation  
générale des  
adultes, CSS des  
Hautes-Laurentides

Enseignante :  
Karine Despaties,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières  
.....

Quand tu avais mal quelque part ou que tu ne te sentais pas bien, tu aurais aimé qu'elle te prenne dans ses bras et soigne tes douleurs, mais seule son ignorance tu avais.

Quand ton père après une mauvaise journée te battait avec rage pour te faire ressentir son non-désir de t'avoir dans sa vie, tu aurais aimé que ta mère te protège et te dise que tu es important pour elle, mais seul son indifférence tu avais.

Quand tu faisais de mauvais rêves et que tu souillais tes draps par peur que ton père vienne de nouveau profaner ton être, tu aurais aimé que ta mère te dise: « ne t'en fait pas mon fils, je t'aimerai peu importe ce qui arrivera », mais seul son long silence tu avais.

Tu te souviendras toujours de tes 4 ans, quand subitement on t'a arraché de ton milieu familial pour t'envoyer dans un milieu encore plus traumatisant. Tu y as été placé avec ton petit frère que tu as perdu de vue 5 ans après.

Durant ces années, tu as souhaité que les choses changent et te laissent enfin respirer, c'est pourtant ça qu'on t'avait promis, mais une fois de plus, à deux reprises, tu as vu ta dignité s'érafler sur le sol soi-disant protecteur.

On t'a empêché de parler de ce que tu vivais à la maison, car sinon on allait enlever les seules visites que tu avais avec ta mère et tu ne pouvais pas te le permettre, car malgré tout, tu pouvais quand même retrouver un certain réconfort dans cette relation superficielle.

Aujourd'hui, tu es devenu un homme. Tu as mené bien des combats. Il est évident que tu ne l'as pas eu facile, mais tu n'as jamais abandonné. S'il t'arrive un jour, où tu n'as plus envie de te lever le matin pour affronter l'adversité, il sera important que tu gardes en tête que c'est dans les combats les plus difficiles que nous apprenons notre vraie valeur.

Il te reste encore bien du chemin à faire, alors n'abandonne jamais et n'oublie pas qui tu es.

# MA COURAGEUSE GRAND-MÈRE

Aujourd'hui, je voudrais rendre hommage à une femme extraordinaire qui m'a appuyé grandement pendant mon enfance et dans mon adolescence ; un pilier fondamental pour ma carrière artistique, un être qui a été présent dans les moments agréables, difficiles et mortels, sans exception. Son nom est Vicenta.

Ma grand-mère Vicenta est la mère de six enfants. Elle était une personne qui aimait cuisiner. Ses repas étaient exquis ! Elle suivait des cours de cuisine deux jours par semaine afin d'améliorer et de perfectionner ses techniques. Quand Noël arrivait, c'était elle qui faisait le poulet farci, le gâteau et d'autres plats exquis de la région. À Noël, toute la famille partageait ses histoires vécues dans la maison et ma grand-mère s'amusait avec ces histoires. Elle aimait faire des blagues, danser et cuisiner.

Ma grand-mère était quelqu'un de spécial. Toutes les choses qu'elle faisait étaient faites avec amour. Par exemple : guérir les animaux, corriger ses enfants, corriger ses petits-enfants et faire de très bons repas, entre autres, tout ça pour n'en nommer que quelques-uns. Pendant mon enfance, ma grand-mère m'a donné beaucoup d'amour, elle était très patiente avec chacun de ses petits-enfants. Tous les matins, elle invitait ses petits-fils à faire une randonnée dans la forêt. Après l'activité, elle nous achetait un jus d'orange ou une crème glacée pour récompenser notre effort. J'aimais énormément passer du temps avec elle dans toutes les activités qu'elle aimait faire.

Un mois avant Noël, ma grand-mère avait un grand événement culinaire pour l'église. Elle avait énormément travaillé pour préparer 500 tamales sans arrêt. Je me souviens d'avoir entendu ma mère dire à ma grand-mère de ne pas prendre une douche, mais elle ne l'a pas écoutée et elle a pris sa douche. Le lendemain, à 5 h, le beau-fils a appelé ma mère en lui disant que ma grand-mère était dans un état critique. Elle avait fait un accident vasculaire cérébral. Après avoir raccroché le téléphone, ma mère était

.....  
**Sebastian Bueno Carrillo,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Saint-Michel  
(Sherbrooke), CSS de la  
Région-de-Sherbrooke

Enseignante :  
Renée-Claude Hallé,  
Syndicat de l'enseignement  
de l'Estrie  
.....

vraiment triste et fâchée en même temps. Le temps est passé, et ce n'était plus la même chose. Ma grand-mère ne parlait plus et ne marchait plus. La première fois que je l'ai vue après son accident, j'ai été étonné, triste et surpris de voir une personne si forte dans cet état. C'est sûr que les premières années ont été très difficiles pour communiquer avec elle vu sa condition physique. Malheureusement, sa santé a empiré de plus en plus. Après avoir vécu ainsi pendant quatorze ans, elle est décédée le 4 janvier 2022. Aujourd'hui, ma grand-mère est morte, mais je sais qu'où qu'elle soit, elle ira bien et sera en paix.

Nous nous souviendrons d'une femme forte qui, dans les moments difficiles, avait un mot pour nous faire sentir bien, nous nous souviendrons de ses magnifiques repas et plats extraordinaires et exotiques qu'elle préparait, nous nous souviendrons de cette femme courageuse qui a été capable d'élever ses enfants seule avec amour et discipline. Ce magnifique être que j'ai eu la chance de connaître et avec lequel j'ai pu partager du temps! Pour ma belle grand-mère.

## LA VOIE DU SILENCE

J'avais 12 ans la première fois que j'ai vu ma mère pleurer. Elle était couchée sur son lit avec un livre rouge à la main. Un ouvrage qu'elle m'a offert le jour où Edmond a demandé ma main à mon père. *Môman* m'avait chuchoté à l'oreille qu'elle espérait qu'il me serait plus utile qu'à elle. C'était le *Traité usuel des droits des femmes*<sup>1</sup>, écrit par Marie Gérin-Lajoie<sup>2</sup>. Je ne pouvais que rêver d'un

- 
1. Le traité usuel des droits des femmes est un ouvrage de vulgarisation du droit civil et constitutionnel.
  2. En 1902, Marie Gérin-Lajoie est une militante très influente pour le mouvement féministe. Notamment, elle a rédigé un traité de droit usuel pour les femmes, ouvrage de vulgarisation du droit civil et constitutionnel.

avenir meilleur. Les femmes, en 1929, sentaient que le changement était à leur porte. J'ai malheureusement compris assez rapidement que la réalité n'était pas aussi simple que la théorie.

J'étais heureuse de me marier. C'était mon devoir après tout. Il y avait, cependant, ce feu en moi qui brûlait. Je voulais être plus que la femme de ou la mère de... Edmond voulait des enfants rapidement et il me l'avait fait savoir un peu trop clairement. Dès lors, j'avais compris que mon mari ne me laisserait jamais être autre chose que ce en quoi il croyait. Pour Edmond, les femmes étaient de pauvres poules sans cervelle qui devaient obéir.

Les violences ont commencé tout de suite après la lune de miel. Pendant que les femmes obtenaient le droit de vote en 1940, moi, je me faisais frapper parce que j'avais fait ma première fausse couche. J'avais le droit d'être une femme, j'avais le droit d'exister. Mon mariage était la cage qui me retenait. Edmond détestait les féministes. Pour lui, les femmes étaient incapables de réfléchir par elles-mêmes. Moi aussi, je les détestais. Cette Thérèse Casgrain<sup>3</sup> pouvait bien dire ce qu'elle voulait. À ce jour, je peux mettre ma main au feu que son mari n'a jamais levé la main sur elle.

Mon fils était dans l'embrasure de la porte quand Edmond m'a frappée pour les allocations familiales. Une belle avancée, quand on est dans la théorie.

– Si tu penses prendre l'argent qui me revient pour te sauver. Mon fils pis moi on va te tuer Marie-Ange Gagnon!

Edmond m'avait brisée tellement de fois. Mais c'était un homme. On pardonne tout à un homme, n'est-ce pas? Dieu est miséricordieux après tout.

Après 15 ans de mariage, j'avais réussi à trouver des méthodes pour éviter les coups le plus possible. Quand il buvait, j'allais cacher mon fils dans la grange pour être la seule à recevoir sa colère. Le vendredi soir, il partait chez sa maîtresse. C'était notre seul moment d'accalmie.

---

3. Entre 1920 et 1940, Thérèse Forget Casgrain est une réformatrice, féministe et femme politique canadienne.

.....  
**Marie-Eve Bouchard,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
Saint-Gabriel (Saint-  
Gabriel-de-Brandon),  
CSS des Samares

Enseignante: Sarah Lapré,  
Syndicat de l'enseignement  
du Lanaudière  
.....

Nous étions en 1954, je pouvais demander le divorce pour adultère. La vérité était que j'avais beaucoup trop peur des repréailles. Il fallait être forte et je ne l'étais plus. Edmond avait éteint mon feu.

Entre les années 1960 et 1970, la puissance maritale a pris un coup. Moi, j'en avais déjà pris plusieurs. Les féministes avaient réussi alors que j'avais perdu. En 1970, une femme n'est plus dans l'obligation d'épauler son mari et ne lui doit plus obéissance. Une femme peut divorcer avec la violence comme motif valable. Ça, évidemment, c'est la théorie, car la loi n'a pas de peur. La loi, c'est la justice et l'équité. Qu'en est-il de celles qui ont trop mal pour monter sur la balance? Celles qui se tapissent dans l'ombre d'un homme qui les fait disparaître? À mon époque, on ne parle pas de ces choses-là. Elles existent sans réellement exister. Elles sont punies sans réellement être punies. En théorie, les femmes sont libres. En pratique, cela dépend du genre d'hommes qu'elles ont épousé.

Marie-Ange Gagnon (née Pelletier) – 1992<sup>4</sup>

## LA MORT N'EXISTE PAS

Si je vous disais que la mort n'existe pas, me croiriez-vous? Et si je vous disais que j'ai été cliniquement morte à la suite d'un arrêt cardiorespiratoire à l'âge de 16 ans? Oui, oui! Depuis cet événement, ma perception de la mort a vraiment beaucoup changé. Vous, avez-vous peur de mourir? Moi, je n'ai plus peur. Plus peur depuis ce jour...

---

4. Témoignage fictif d'une enquête sur les violences faites aux femmes. Selon Sophie Simon, «les violences faites aux femmes sont longtemps restées cachées, ignorées en tant que fait de société et question de sécurité et de santé publique. Il a fallu attendre les années 1990 pour que les premières enquêtes sur le sujet soient réalisées et que leur ampleur soit révélée» (SIMON, Sophie (2014). «Violence faite aux femmes: définitions, principaux chiffres et politiques publiques de lutte», *Les Tribunes de la Santé* (44), p. 93-98).



Je me nomme Natacha et j'ai vécu une expérience de mort imminente.

Je suis partie de chez mes parents à l'âge de 15 ans pour aller vivre en appartement avec mon copain. Je n'allais plus à l'école et j'habitais un trois-pièces et demie au deuxième étage.

Une semaine avant l'événement, j'étais allée à l'urgence, puisque je faisais de la température; j'étais toujours très fatiguée. J'avais juste envie de dormir et j'avais un peu de sang dans mes urines. Les analyses ont montré une mononucléose ainsi qu'une infection urinaire. Le médecin de l'urgence m'a donc prescrit des antibiotiques pour traiter l'infection urinaire. Toutefois, ce médicament allait être la cause de ma mort...

### **Une semaine plus tard...**

On cognait à la porte de mon appartement. J'étais nue dans mon lit. J'ai réussi tant bien que mal à me projeter au sol. J'ai attrapé le drap et j'ai rampé jusqu'à la porte. J'ai réussi à atteindre la poignée pour la débarrer. C'était ma maman! Elle avait ressenti l'urgence, elle savait qu'elle devait venir. Elle avait pressenti le pire. Prise de panique, elle s'est précipitée chez le voisin pour appeler mon père. Mon corps était si enflé que j'étais méconnaissable. Cela faisait 28 heures que je dormais; j'étais bien, je ne respirais presque plus. Ma mère était incapable de mettre mes bottes tellement mes pieds étaient enflés. Mon père est finalement arrivé avec mon oncle et tous les deux m'ont descendue du 2<sup>e</sup> étage. Ils m'ont installée dans la voiture et mon papa a conduit rapidement jusqu'à l'urgence. Après m'avoir installée sur une chaise roulante, nous avons franchi directement les portes battantes derrière lesquelles se trouvent habituellement tous les médecins.

À partir de ce moment, plus rien.

Mon cœur s'est arrêté de battre.

Bizarrement, j'ai vu mes parents ainsi que mon oncle de l'autre côté des portes battantes, ma mère et mon oncle assis sur les chaises de la salle d'attente et mon père debout qui regardait à travers la petite fenêtre carrée. Tout à coup, j'ai atterri dans un immense champ de blé. Devant moi se trouvait une structure ressemblant à

une plateforme d'environ un mètre et demi de hauteur, quadrillée comme un jeu d'échecs. Une façade complétait cette structure avec une porte en plein centre. Deux hommes habillés comme des Romains se tenaient de chaque côté de la porte, sans bouger ni parler, comme deux statuts. Je me suis avancée, j'ai ouvert la porte et, devant moi, il y avait un couloir. J'avais l'impression de me retrouver dans une vieille maison des années 1900. À ma gauche, il y avait une chambre avec deux petits lits en métal sur lesquels traînaient des couvertures de laine verdâtres. J'ai continué jusqu'au fond et derrière la dernière porte à droite se trouvait une femme vêtue d'une longue robe blanche, aux cheveux noirs très longs qui regardait droit devant elle. Par la grande fenêtre au-dessus du lit, je pouvais voir trois lunes et un voilier. Il faisait nuit.

Sans même tourner la tête, elle a tendu sa main droite vers moi. Alors que je la saisissais, elle a pointé la fenêtre de sa main gauche et a prononcé : « Que la nuit soit aussi claire que le jour ! » À ce moment-là, les deux volets de la fenêtre se sont ouverts et mon corps a été aspiré. J'ai vu un couloir noir. Mon corps n'était plus : j'étais une énergie ! Une lumière immense et réconfortante m'a dit : « Non, ton temps n'est pas encore venu. » C'est alors que j'ai ressenti deux énergies de chaque côté de moi et, à la vitesse de la lumière, j'ai traversé l'espace et je me suis retrouvée en suspension dans le ciel. Le soleil était derrière moi et j'ai vu le toit de l'hôpital où l'on m'avait admise. Comme si j'étais un rayon de soleil, j'ai traversé la fenêtre de ma chambre, sans même savoir c'était laquelle. À mon réveil, je souffrais énormément : le sang sortait de mes pores de peau et j'étais en traitement de dialyse, puisqu'un de mes reins ne fonctionnait plus. J'ai compris que j'étais retournée dans mon corps de souffrance. L'infirmière est venue me voir et je lui ai demandé un papier ainsi qu'un crayon. J'ai fait un croquis de l'hôpital et j'ai placé un X sur la fenêtre que je croyais avoir traversée. L'infirmière, surprise par mon dessin, m'a alors annoncé que j'avais fait un arrêt cardiorespiratoire et qu'on avait dû me réanimer. Elle m'a aussi confirmé que j'étais bel et bien au même emplacement marqué d'un X et qu'il y avait effectivement une porte bleue sur le toit de l'hôpital, comme l'indiquait mon dessin.

C'est à partir de ce jour que j'ai compris que, quand le corps meurt, nous ne ressentons plus le froid, le chaud, la faim, la soif, la peur ou la tristesse. Mon âme est retournée vers le soleil, sa source d'énergie. J'étais bien, j'étais là! J'ai compris aussi qu'il valait mieux se nourrir de connaissances et faire le bien plutôt que de posséder des biens. J'ai compris également que nous sommes constitués de poussière et de lumière. Nous habitons tous un corps de souffrance. Notre corps meurt, mais notre âme vit éternellement, puisque la mort n'existe pas.

.....  
**Natacha Demers,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes Le Parcours  
(Dolbeau-Mistassini),  
CSS du Pays-des-Bleuets

Enseignante :  
Julie Tremblay, Syndicat  
de l'enseignement  
du Pays-des-Bleuets  
.....

## LA CHAMBRE D'INVITÉ

13 septembre 1973, je viens de finir d'emménager dans ma première maison. À part ce journal qui avait l'air de m'attendre devant la porte, la maison était complètement vide. Pas un meuble, pas une poussière, rien. Mon foyer est caché dans les bois, mon voisin le plus proche est à environ cinq minutes à pied. Je vis enfin seul et je ne connais personne pour le moment dans le village, c'est la raison pour laquelle je me suis dit que j'allais écrire dans ce cahier.

15 septembre 1973, depuis ma première soirée, j'ai commencé à entendre des cognements et des grattements qui proviennent de la chambre d'invité. La porte est barrée et, bizarrement, je n'ai pas la clef pour l'ouvrir, mais quand j'ai visité la maison, la pièce était vide. Alors, je ne comprends pas ce qui peut créer ces bruits, je ne sais pas si c'est la fatigue, mais j'ai presque l'impression de percevoir des voix.

9 octobre 1973, ça fait trois semaines que je me suis installé. Depuis quelques jours, des choses inexplicables se passent autour de moi et je crains de perdre la tête. Ce cahier est donc devenu ma façon de partager les phénomènes étranges qui m'arrivent. Les bruits de grattements, c'est facile à ignorer, mais la porte qui bouge comme si quelqu'un tirait dessus pour l'ouvrir, c'est autre chose. Je commence à réellement avoir peur, surtout que je n'ai toujours pas trouvé de moyen de rentrer dans la chambre. J'ai essayé de voir si je pouvais m'introduire par une fenêtre, mais de l'extérieur on dirait que la pièce n'existe pas. Ça ne fait pas de sens et l'ancien propriétaire ne répond pas à mes lettres ni à mes appels, je n'ai donc personne pour me rassurer et répondre à mes questions.

10 octobre 1973, je ne sais pas plus quoi penser. Je suis réveillé depuis environ trois heures du matin, parce que j'ai cru entendre quelqu'un crier mon nom et je suis sûr que ça provient de cette pièce. Je ne sais pas pourquoi, mais j'ai décidé de m'asseoir devant la porte et d'attendre. Attendre quoi, je ne sais pas, mais je refuse de bouger tant et aussi longtemps que je ne suis pas sûr que cette voix provienne de mon imagination.

Je me suis endormi devant la chambre d'invité. Je ne sais pas à quoi je m'attendais, mais évidemment la porte est encore bloquée. Cependant, devant se trouve un morceau de papier, où c'est tout simplement écrit « **frappe** ». Au moment de le ramasser, j'aurais juré avoir vu une ombre s'avancer en même temps. Ça doit sûrement être ma propre ombre, mais avec les derniers jours, j'ai le sentiment de perdre la notion de la réalité. Une bonne nuit de sommeil et une petite visite dans le hameau devraient m'aider à reprendre mes esprits.

13 octobre 1973, ça fait deux jours que je ne dors pas. Depuis ma sortie, c'est devenu pire, je suis en panique. Quand je suis rentré de cette soirée, mon corridor était rempli de petits papiers où c'était écrit la même chose en boucle, « **frappe** ». J'ai immédiatement tout ramassé et jeté à la poubelle, mais aussitôt revenu, d'autres notes remplaçaient déjà celles que je venais de mettre aux vidanges. J'ai passé deux heures à recommencer ce cycle, jusqu'à temps que je me tanne et décide d'aller

m'enfermer dans ma chambre et prier pour que ça s'arrête. Je n'ai même pas mis un pied dans ma turne que j'entendais des cognements, bien entendu personne n'était à l'entrée. Ça fait maintenant deux jours que cela dure et je ne suis plus capable. Ça frappe si fort que mes murs bougent, il y a tellement de notes dans le couloir qu'elles m'arrivent jusqu'aux chevilles. Je ne sais pas quoi faire pour que cela s'arrête, je pense que je dois au moins essayer de faire ce que le mot me demande et de frapper.

14 octobre 1973, j'ai attendu que le soleil se lève pour prendre mon courage à deux mains et frapper sur cette porte maudite. Je ne sais pas si c'est le manque de sommeil, mais je pense que je n'ai jamais eu aussi peur de ma vie, pourtant c'est simplement une porte, ma porte. Après dix minutes devant, j'ose et je cogne à la porte.

15 octobre 1973, je n'arrive toujours pas à croire ce qui s'est passé. Je ne trouve aucune façon rationnelle d'expliquer ce qui m'est arrivé après que j'aie frappé sur cette foutue porte. Évidemment, la pièce que je n'ai pas vue depuis mon emménagement s'est ouverte. Avec tout ce qui m'arrive, je n'étais pas vraiment surpris, mais ce qui m'a fait sursauter, c'est ce qui se trouvait à l'intérieur. La chambre était dans le noir complet, cependant je pouvais distinguer une silhouette au milieu de la pièce. On dirait que plus je m'approchais, plus l'ombre avait l'air de me ressembler. Au point qu'arrivé nez à nez avec la chose, j'avais l'impression d'être devant un miroir. J'ai commencé à tendre le bras pour le toucher, mais tout est devenu noir et je me suis réveillé par terre dans la chambre obscure. La chose n'était plus là, il y avait seulement mon journal devant la porte à m'attendre comme la première journée.

Mon sang se glace dans mes veines, parce que je viens de prendre conscience que je suis enfermé ici. Je frappe, me lance sur la porte, mais rien à faire, elle ne flanche pas. Je regarde en-dessous de la porte, et c'est là que je le vois avec la lumière du jour, c'est moi. Je me vois faire le ménage, j'essaye de crier, mais rien ne sort. Je n'arrive à sortir aucun mot, aucun bruit, rien, seulement le silence. Je ne peux rien faire d'autre que d'observer cette ombre me remplacer.

.....  
**Stacy Pierre,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Saint-Michel  
(Sherbrooke), CSS de la  
Région-de-Sherbrooke

Enseignante:  
Marie-Josée Foisy,  
Syndicat de l'enseignement  
de l'Estrie  
.....

# JE SUIS PARTIE

Un jour, j'ai compris. J'ai compris que je me devais de partir. Non pas parce que je ne l'aimais pas, mais parce qu'il fallait que je m'aime davantage. Je m'étais déjà relevée de tellement d'épreuves que j'aurais dû savoir éviter. Ces épreuves auxquelles j'étais constamment confrontée, j'aurais dû les voir venir. Il m'était impossible de rester en étant consciente que ça recommencerait. Évidemment que j'avais mal. J'en étais au point où je n'arrivais plus à supporter cette répression constante. Je devais agir. Chaque jour, je regardais le bel homme dont j'étais avant tout tombée amoureuse. Devenir l'ombre de l'homme qu'il m'avait présenté à nos débuts. Mon amoureux n'existait plus. Peut-être n'avait-il jamais existé. Comment est-ce possible de devenir l'opposé de la personne qu'on était ? Comment pouvait-il avoir tant changé ? Chaque jour où il s'absentait enfin, je remerciais le ciel pour cette journée de tranquillité. Tout en chérissant nos précieux souvenirs du passé. Repenser à ces beaux moments me permettait de tenir bon les jours où il restait à la maison. À crier trop fort ou à briser ce qui représentait pour moi notre nid, sans raison. Chaque jour, il criait jusqu'à outrepasser nos horaires. Et chaque soir, il étirait le temps qui me paraissait déjà si long. En me criant ses insécurités, à coup de grossièretés que je n'oublierai jamais.

Mais à quoi bon endurer tout cela ? Chaque soir, il empiétait sur tous les aspects de ma vie. Avec toute l'énergie qu'il pouvait me soutirer, j'étais constamment dans une course contre moi-même. Toujours en retard. En manque de sommeil ou même pire, en manque d'amour propre. Je cherchais encore malgré moi à nous réparer un peu tous les deux. De mon mieux.

J'ai compris. J'ai compris cette fois. Je devais miser sur moi ce qui me restait d'énergie. Cette fois, j'ai compris. J'ai réalisé enfin que tout était pareil. Identique à mon passé. C'était là, encore une autre fois, juste devant mes yeux. C'est moi qui refusais de voir la réalité en face. Pourtant, personne n'aurait pu reconnaître les signes mieux que moi. Ces signaux d'alerte, je les connaissais. Mes anciens échecs, mes anciennes relations du passé plus que révoltantes. Les signaux d'alerte étaient tellement nombreux, tellement évidents. Ça ne pouvait pas être plus évident. On aurait dit que je refusais de les voir, jusqu'à maintenant. Les traits sur son visage et le décor n'étaient certes pas les mêmes que j'avais auparavant connus. Par contre, la mélodie m'était familière, une chanson qui jouait en boucle. Elle, elle était en tout point identique à ce que j'avais connu. Un décor parsemé de trous, identique à tous ces anciens décors où je m'étais trop souvent retrouvée. Dessiné par ses jointures à lui, là était la seule mince différence. Malheureusement, le tout m'était beaucoup trop familier. Les accusations injustifiées, les cris accablants, les insultes dégoûtantes, pire encore ces bleus sur mon corps, je me souvenais les avoir déjà vus, à ces mêmes endroits sur ma peau, dans ce que je croyais une autre vie. Comment avaient-ils pu réapparaître ? Mon corps tremblait de la même façon qu'il l'avait fait, déjà trop de fois. Il m'aimait... Évidemment qu'il m'aimait. Sauf qu'il m'aimait mal. À vrai dire, il m'aimait avec la même force que ses mains entouraient mon cou, lorsqu'il oubliait temporairement qu'il m'aimait. Il m'aimait beaucoup trop fort.

Aveuglée par nos souvenirs du passé, j'en ai oublié de m'aimer. De m'aimer assez fort pour partir. J'en avais oublié ma valeur. Je n'aimais pas la bonne personne. C'est moi que j'aurais dû aimer, depuis le début. J'ai donné mon amour à la mauvaise personne. Prendre conscience de ceci ne pouvait apaiser un centième de la douleur que je ressentais face à l'inévitable qui nous attendait. Le temps manquait. D'une part, mon avenir était en jeu. Cette situation me rendait bonne à rien. D'autre part, nos précieux souvenirs, pourtant dignes d'un conte de fées, son sourire irrésistible, ses yeux du plus beau des bleus du monde et ses tendres caresses me ramenaient à lui. Soit j'ouvrais les yeux pour moi, soit je les fermais pour lui.

.....  
**Eve Kaag,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale aux adultes  
des Grandes-Seigneuries  
(La Prairie), CSS des  
Grandes-Seigneuries

Enseignante: Linda Pitts,  
Association des  
professeurs de Ligny  
.....

À cause de toutes ces personnes qui m'avaient brisé plus que le cœur. À cause de tout ce temps que j'ai perdu, forcée de me taire. À cause de ce temps mis à me réparer. À cause de ces cicatrices qui ornent désormais mon corps à jamais, contrairement à moi, elles, elles ne pourront jamais partir. Je me devais de partir! Non pas parce que je ne l'aimais pas, mais parce qu'il était temps que je m'aime enfin.

Ce soir, je mise sur moi. Ce soir, je prends mon chat, ma vieille plante mal arrosée et ce soir, on part. On s'arrêtera au passage prendre de l'eau sur notre chemin. Pour nous soigner un peu. Parce que je me le dois, après avoir trop souvent oublié de m'arroser moi-même.

## MOI, JEAN, AUTISTE

**Lundi 21 novembre 2022, 8 h 45.**

Jean met à peine le pied dans le hall d'entrée qu'il est déjà affecté par le bruit. Tous ces élèves qui parlent en même temps, qui se promènent et même qui courent d'un endroit à l'autre, cette bouteille d'eau qui tombe si bruyamment, cette porte de casier qui fait tout un vacarme... « Tout va bien, je me calme », se dit Jean, sur le bord de la crise d'anxiété. Il prend alors ses cartables et rejoint sa classe de peine et de misère.

Arrivé dans la classe, l'adolescent se sent déjà surmené. Une personne lance un crayon, une autre marche dans le local pour aller chercher son étui, des élèves rient à tue-tête, d'autres font frotter leur mine de crayon sur leur copie... Déjà tant de fatigue cognitive accumulée alors que la journée ne fait que débiter. Jean tente tant bien que mal de se concentrer sur le tableau interactif, car seul celui-ci l'aide à ordonner ses idées.



L'enseignante débute alors le cours et celle-ci fait remarquer à ses élèves: « Oh mon dieu! Il pleut à boire debout ce matin! », Jean, surpris, demande: « Vous voulez dire que quelqu'un boit de la pluie? ». « Non, Jean. Ça veut simplement dire qu'il pleut beaucoup », lui répond l'enseignante. Remarquant que ses autres élèves ont le sourire en coin et un petit rire malicieux, l'enseignante les dévisage avec un regard fâché. Celle-ci annonce ensuite à ses élèves: « Cet après-midi, vous irez en musique à 14 h au lieu d'à 13 h, l'enseignant de musique a un petit imprévu ». Tous les autres semblent très heureux de ce changement, car ils savent qu'ils iront en éducation physique plus tôt, mais Jean, lui, n'est pas du tout joyeux. « Hein!? Ce n'est pas cet horaire habituellement! Pourquoi a-t-il changé? », se demande-t-il, ressentant une vague d'anxiété monter en lui.

Vient ensuite l'heure du dîner. Jean entre alors dans la cafétéria, mais aussitôt entré, il est contrarié par tous ces bruits cacophoniques. Ces gens qui parlent tellement fort que Jean a l'impression qu'ils crient, ces rires intenses, cette assiette qui tombe par terre, toutes ces odeurs de nourriture... Déjà anéanti, il se dirige anxieusement vers le comptoir de services afin de savoir ce qu'il y a au menu ce midi. « Oh non! Du bœuf en cubes et des muffins! Je ne tolère pas ces textures filamenteuses et graineuses. Qu'est-ce que je vais faire? », se demande Jean. Il parvient à trouver la solution de demander une petite assiette, se disant qu'il ferait son possible pour réussir à manger. Il ne prend toutefois qu'une petite bouchée de son repas et de son dessert et jette tous ses restes à la poubelle, déçu de ne pas avoir pu manger plus que cela.

C'est maintenant l'heure du cours d'éducation physique. Il se dirige alors vers le vestiaire l'air tellement fatigué, aussi fatigué qu'un artiste après une grosse tournée de spectacles. L'enseignant essaye de donner son cours mais, sans arrêt, il doit intervenir parce que la majorité du groupe n'écoute pas ou hurle. L'écho de tous ces gens qui parlent et qui crient en même temps énerve Jean au plus haut point. De plus, il ne sait pas où ni comment se placer dans le gymnase pour faire le jeu. Bref, ce cours d'éducation physique déplacé est un désastre.

.....  
**Thomas Bolduc,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation des  
Bâtisseurs (Beauceville),  
CSS de la Beauce-Etchemin

Enseignante : Véronique  
Bouchard-Brochu,  
Syndicat de l'enseignement  
de la Chaudière  
.....

Une fois dans son cours de musique, soit le dernier cours de sa journée, Jean se sent épuisé. « J'espère avoir au moins une heure de répit dans ce cours... », pense Jean. Malheureusement pour l'adolescent, ce n'est vraiment pas sa journée. Il entend tous ces bruits d'instruments en même temps en plus de voir l'enseignant faire tous ces va-et-vient dans le local. Soudain, l'adolescent entend quelqu'un lui adresser un mot : « Je sens que ça ne va pas, Jean. N'abandonne pas, il ne reste que vingt minutes au cours ! » Lorsqu'il se retourne, il constate que c'est son enseignant de musique qui lui parle. Jean est tellement fatigué, mais tellement heureux à la fois que cette journée digne d'un cirque désorganisé se termine. Il suit encore le cours, bien sûr, mais il n'arrête pas de compter les minutes. Dix-neuf minutes. Quinze minutes. Sept minutes. Enfin, la dernière minute de toutes est là et à partir de ce moment, Jean n'est plus capable de suivre le cours du tout. Il a hâte à cette fin de journée comme un enfant.

La cloche sonne enfin. Comme Jean a des difficultés avec les transitions, il ressent un grand stress monter en lui au moment de retourner à sa case. « Tout va bien, je me calme et je n'oublie rien », se dit Jean. Il répète cette même phrase trois fois afin de l'intégrer dans un tiroir de son cerveau pour pouvoir la réutiliser lorsque reviendra cette sensation. Il vérifie une dernière fois sa case, la barre et se dirige vers son autobus. Vidé de toute son énergie, Jean monte dans le véhicule et s'assoit sur un des bancs avant. Toute cette journée a vidé sa pile interne. Pauvre lui ! Ce n'est pas encore fini, puisque la conductrice de l'autobus prend un autre chemin. Il se met alors à penser : « Hein ! ? Ce n'est pas ce chemin que l'on prend habituellement ! Je ne me reconnais pas sur cette route ! » L'adolescent se sent alors extrêmement contrarié. Comme le nouveau trajet dure trop longtemps au goût de l'anxiété de Jean, il se répète cette phrase dans sa tête : « Je suis calme, tout va bien », afin d'éviter la crise d'anxiété.

Après ce temps interminable dans l'autobus, Jean arrive enfin chez lui, exténué, mais bien conscient que nous ne sommes que lundi...

# LA DÉPENDANCE AFFECTIVE

D'un jour à l'autre, tout s'écroule.

On a beau vouloir recoller les morceaux.

C'est un casse-tête impossible à déchiffrer.

C'est tellement compliqué d'aimer, de vouloir être aimé de la même façon. Il y a toujours des morceaux qui restent éparpillés sans jamais se recoller. Même avec ses imperfections, on continue à trouver ce casse-tête magnifique parce qu'au fond de nous on sait d'où en est venue la beauté. On dit souvent que si on aime, on doit faire avec les petits défauts de l'autre. Savoir aimer, c'est malgré tout passer par-dessus tous les petits problèmes de la vie. C'est savoir ouvrir les yeux sur ce à quoi on tient le plus, si on est capable d'enlever ces mauvaises pensées, pour continuer la belle histoire qu'on est en train de vivre. Ce sont des efforts après efforts pour pouvoir garder cette relation le plus solide possible. C'est devoir renoncer à des choses qu'on n'aurait jamais cru renoncer avant. C'est travailler en équipe pour résoudre ce casse-tête, un morceau à la fois.

C'est ce que je pensais il y a deux ans et quelques mois, je pensais que je devais renoncer à tout ce que j'avais pour une seule et même personne. À chaque fois que je me retrouvais seule, je ne pouvais m'empêcher de pleurer, de crier, parce que ce que je ressentais ce n'était pas seulement de la peine, mais de la rage d'être celle que j'étais. J'avais besoin d'être aimée comme j'aimais, j'avais besoin qu'il me valorise, j'avais besoin qu'il me donne la même chose que ce que je lui donnais. J'avais besoin qu'il soit toujours avec moi-même si parfois c'était impossible. J'avais besoin de tout ça pour me sentir bien, pour me sentir heureuse, pour ne pas m'écrouler. Je trouvais ça ridicule d'avoir autant besoin de cet humain qui m'apportait de la tristesse, de la colère, mais tout à la fois de l'amour.

Tout au fond de mon cœur, je savais que ça m'empoisonnait petit à petit. Comme un poison que tu respirez par petite quantité qui finit par te détruire. Ma dépendance affective était comme une ennemie qui cohabitait dans mon corps, me brouillant la tête de pensées négatives. On se chicanait toujours, lors de ces moments, j'avais juste envie de partir et de ne plus revenir, jamais. Une moitié de moi me criait de m'en aller parce qu'au fond, tout ça me pourrissait de l'intérieur. Je voulais tellement n'avoir besoin de personne, mais la dépendance affective faisait en sorte que j'avais besoin de rester dans cette relation pour survivre. J'espérais qu'il changerait, que je changerais aussi et que notre relation pourrait ne plus être remplie de chicane et de négatif. Qu'elle pourrait être comme avant remplie de tendresse et d'affection. Je me retrouvais toujours et encore dans le même cercle vicieux. Je m'imaginai parfois être dans une grande roue qui ne s'arrêterait jamais jusqu'à ce que je décide de sauter. Je pensais n'être rien sans lui, j'avais peur qu'il m'abandonne. Ma confiance en moi diminuait de jour en jour, incapable de me sortir de ce cauchemar. J'attendais de lui des choses irréalistes et je le savais sans pouvoir arrêter d'en demander plus. J'avais peur d'être seule parce que j'avais peur de ressentir encore ce vide, ce satané vide. J'avais peur de devoir encore essayer de combattre toutes les pensées négatives qui m'envahissaient. Et, à un moment, j'ai été capable de me dire que je valais mieux que tout ce que j'étais en train de vivre. J'ai réussi avec beaucoup de difficulté à couper les liens qui me rattachaient à lui et à toute cette relation toxique qui me déchirait le cœur et me faisait tourner la tête.

Finalement, je ne me suis pas retrouvée seule, j'ai reconstruit de vieilles amitiés perdues. Je me suis rapprochée d'une amie que j'avais perdue de vue. J'ai rencontré un garçon qui m'apporte beaucoup d'amour et me rend heureuse. J'ai recommencé à rire, à m'aimer malgré que je savais qu'au fond de moi j'étais encore dépendante affective. Je savais que j'allais arriver à passer par-dessus cette épreuve. Même si j'avais peur de revivre la même chose et de devoir encore vivre des chicanes, de la peine et de la colère, je voulais seulement de l'amour, de l'affection et des étoiles dans les yeux. Depuis maintenant presque trois années, ma nouvelle relation apporte tellement de bonheur dans ma vie et non de la

tristesse et des problèmes. J'ai réussi à combattre la dépendance affective avec la persévérance, mes parents, mes ami(e)s, mon copain qui a su être là pour moi. Il me redonne confiance en moi et en lui. Par contre, j'ai surtout réussi avec beaucoup de travail sur moi-même. Maintenant je ne cherche plus à courir après les gens, j'aime mieux être seule que mal accompagnée. Parfois j'aime être réconfortée, et c'est normal que j'en aie besoin. Je suis un être humain, j'ai besoin de me sentir aimée et d'aimer en retour, mais pas de la même façon qu'avant. J'ai découvert ce que c'est une relation saine. J'ai grandi de cette épreuve difficile et j'en ai appris. Je sais que je vais devoir continuer à travailler sur moi-même, mais je suis déjà fière de ce que j'ai accompli et de ce qu'il me reste à accomplir. Je sais, je ne pourrais jamais être parfaite parce que personne ne l'est, mais je peux essayer d'être meilleure que je l'étais hier. Parfois c'est difficile de se rendre compte qu'on n'est pas vraiment aussi parfait qu'on le croit, c'est ce qui nous permet de commencer à travailler sur nous-mêmes. Si jamais vous vous êtes reconnu dans ce texte, la dépendance affective n'est pas une maladie, c'est la peur d'être seule et abandonnée. Allez chercher de l'aide, les psychologues peuvent vous outiller et vous pourrez aussi créer vos propres outils.

Vous allez y arriver une chose à la fois.

## LE FRUIT D'UN LABEUR

Bon... Cette année, c'est décidé. Après cinq ans de fréquentation à La Relance, c'est à mon tour d'écrire ma vie dans un texte pour ce concours. Vous vous dites sûrement que cinq ans pour rattraper son retard pris au fil des années scolaires, c'est beaucoup! Mais pour moi, ayant un trouble du spectre de l'autisme (ou TSA pour faire court) et ayant tendance à m'en faire pour tout, cela est une montagne de défis! Mais j'y vais à mon rythme,

.....  
**Delphine Grand-Maison,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale aux adultes  
des Cimes (Sainte-Agathe-  
des-Monts), CSS des  
Laurentides

Enseignante :  
Chantal Jutras,  
Syndicat des enseignantes  
et enseignants des  
Laurentides  
.....

un pas à la fois. Ce rythme, pour le commun des mortels, n'est souvent pas convenable dans une société où tout va vite, parfois trop même...

Enfin bref, moi, ma vie a commencé au premier printemps de ce siècle, soit durant l'année 2001. Les dix premières années de ma vie étaient relativement normales pour un enfant autiste. Je vivais avec mes deux parents dans une belle maison au toit rouge où je laissais aller mon imagination débordante (un peu trop même selon mes parents) et où j'étais obsédé par le dernier DVD du « live concert » de Peter Gabriel dont la mise en scène était réalisée par Robert Lepage. Plus tard, ce fut la dernière console du géant japonais Nintendo qui me rendit gaga des jeux vidéo au grand dam de ma mère, qui devait maintenant gérer un garçon qui ne voulait pas lâcher son écran. Mais cette « dépendance » me procurait du bonheur dans un monde où tout n'était pas rose.

Et puis un jour, mes parents se sont séparés, comme beaucoup de couples de nos jours, malheureusement. Mon père a trouvé son bonheur auprès d'une autre femme, laissant ma mère dans une profonde colère et un profond chagrin qu'elle accumulait depuis plusieurs années. J'ai pris alors la décision de rester chez ma mère que je ne pouvais pas laisser seule dans cette profonde mélancolie.

Durant les dix prochaines années après cette séparation, j'évoluais dans différents appartements avec ma mère dont la santé se dégradait petit à petit, car elle n'avait pas le temps ni la volonté de s'occuper d'elle, car elle mettait toute son énergie à s'occuper de moi et aussi parce qu'elle avait un profond mal de vivre et qu'elle refusait d'aller se faire soigner de peur qu'on lui annonce une mauvaise nouvelle. De plus, elle avait des périodes où elle pouvait boire beaucoup d'alcool, ce qui n'aidait pas à la cause. Durant un temps, sa seule raison de vivre était moi : un adolescent à peine capable d'aller chercher du lait au dépanneur, qui s'en fait pour tout et qui est presque toujours dans sa chambre à écouter de la musique ou à jouer aux jeux vidéo. Durant les dernières années, j'ai dû me résigner à aller me chercher de la nourriture à l'épicerie, car ma mère n'avait plus la force de faire quoi que ce soit pour moi parce qu'elle avait mal aux jambes et qu'elle buvait plus de trois bouteilles de vin d'épicerie par jour, tout en écoutant pour la douzième fois de la journée

*L'Amérique pleure* des Cowboys Fringants. Sauf que là, ce n'était pas l'Amérique qui pleurait, c'était nous deux qui pleurions toute la journée à force de nous supporter l'un et l'autre dans nos nombreux défauts.

Puis vient le jour du 11 décembre 2021. C'était une journée froide et venteuse. Ma mère se plaignait d'atroces douleurs à l'estomac et aux jambes depuis la veille et elle était étendue dans son lit la majorité du temps. J'essayais depuis plusieurs mois de trouver de l'aide auprès de ma famille et mes TES à l'école, mais personne ne pouvait faire quoi que ce soit pour ma mère, car celle-ci n'en voulait pas ! Le soir venu, j'ai dû encore une fois aller chercher un repas préparé à l'épicerie du coin, car il n'y avait rien que je puisse me préparer tout seul dans le réfrigérateur. C'est alors que ma mère m'a demandé d'aller chercher une bouteille d'alcool à l'épicerie pour soulager ses douleurs. Ce que je n'ai pas fait, bien évidemment... En revenant, ma mère était désespérée et frustrée que je ne lui ai pas amené une bouteille. Elle a alors décidé d'y aller elle-même malgré ses atroces douleurs. Moi, pendant ce temps, j'ai décidé une fois de plus d'aller m'enfermer dans ma chambre et de fuir la réalité auprès de mes jeux vidéo, car je n'aurais de toute façon pas pu empêcher ma mère d'aller chercher son précieux liquide tellement elle était déterminée.

Le temps s'est écoulé quand j'ai finalement entendu le bruit de son moteur arriver au domicile. Puis, plus rien... j'ai donc regardé par la fenêtre de la salle de bain d'où l'on pouvait apercevoir son véhicule pour constater qu'elle était semi-consciente à l'intérieur. J'ai donc, pour une rare fois, appelé ma grand-mère pour savoir comment procéder et elle m'a dit de contacter le 911. Une réceptionniste m'a donc demandé d'aller vérifier dans sa voiture pour voir comment était ma mère. En arrivant près de la voiture, ma mère est sortie difficilement de celle-ci. J'ai donc essayé de l'amener à l'appartement, mais elle était lourde. Lourde d'une vie qui n'avait pas été tendre avec elle, où elle avait vécu sa jeunesse dans une famille de sept enfants dont la moitié la terrorisait avec des histoires de fin du monde, car ils étaient Témoins de Jéhovah. Lourde de deux frères qui s'étaient suicidés, dont l'un, qui était schizophrène, dans l'un de ces hôpitaux qu'elle déteste tant. Lourde d'un homme auquel elle s'est mariée qui a décidé d'aller vivre

.....  
**Simon Chouinard,**  
2<sup>e</sup> cycle,

Centre La Relance  
(Saint-Jean-sur-Richelieu),  
CSS des Hautes-Rivières

Enseignante :  
Nathalie Bourgea,  
Syndicat de l'enseignement  
du Haut-Richelieu  
.....

avec une autre femme. Lourde d'un enfant TSA qu'elle a élevé jusqu'à l'épuisement. Ce poids était tel qu'elle s'est écroulée par terre pour enfin se libérer de toute cette encombrante pesanteur. Elle laisse derrière elle le fruit de son labeur dans un avenir peut-être meilleur.

Aujourd'hui, j'habite chez mon père et je termine petit à petit mon secondaire pour éventuellement vivre en appartement et trouver un emploi que j'apprécierai. Je crois que je peux y arriver. Pas à pas...

## LES MONOLITHES DES ÂMES SŒURS DE TOURELLE

Après tant d'années passées à l'extérieur, je suis enfin revenue chez nous sur ces magnifiques terres de mon enfance, qui se nomment Haute-Gaspésie. Je me suis levée vers quatre heures du matin. Je pars marcher avec ma petite chienne Shirley avec qui ce fut le coup de cœur au premier regard. Nous partons en direction du port de pêche de Tourelle. J'inspire une grande bouffée d'air salin et de cette odeur de varech qui m'est si familière.

Il y a une légère brume. Le temps glacial parcourt tous les os de mon corps. Je peux apercevoir de loin les guillemots, petits oiseaux typiques de cette grève. J'arrive devant le gigantesque monolithe de pierre. À l'époque, il y avait deux monolithes. On les appelait Madame et Monsieur. Ma grand-mère disait que le seigneur avait créé les femmes avec une grande résilience. Pour cette raison, il restait juste cette chère Madame, mieux adaptée au temps.



Ma chère grand-mère Marielle était conteuse à ses heures perdues. Je me replonge alors dans mes souvenirs de la légende sur les monolithes de Tourelle qu'elle m'avait racontée : la tragique histoire de deux âmes sœurs qui furent séparées par les rives du fleuve Saint-Laurent. L'une d'elles s'appelait Annabelle Hyman, la demoiselle la plus belle du village de Tourelle. Son père était Williams Hyman, un riche Anglais qui possédait la compagnie de salage de morue de la région.

L'autre venait de la famille la plus pauvre du village de Tourelle, les Lévesque. C'était une famille de pêcheurs de morue, de père en fils. Le pauvre fils aîné Jean devait pêcher la morue chaque jour sur le fleuve pour un salaire de misère. Il était dans la jeune vingtaine et devait subvenir aux besoins de sa famille, car son père était mort de la tuberculose à peine deux ans plus tôt. Il avait alors hérité de la dette de son père qu'il devait à Monsieur Hyman.

Jean était sur sa goélette chaque matin, toujours avant l'aurore. Un jour, il vit une femme, au loin sur la rive, qui chantait avec une voix mélodieuse, mais remplie de mélancolie. Il ne croyait pas aux vieilles légendes que lui racontaient les vieux loups de mer du village. La voix de la femme, qui était si belle, ne pouvait être que celle d'une sirène. La vie était dure pour un maigre pêcheur de morue... Elle était son seul bonheur et remplissait son pauvre cœur de marin. Il aurait donné n'importe quoi pour pouvoir entendre la douce voix de sa sirène chaque matin.

Pourtant, cette malheureuse fille se réveillait depuis son enfance chaque nuit à cause de terreurs nocturnes. Elle partait alors marcher sur le bord de la grève et chantait la poésie que sa mère lui avait écrite durant son enfance pour la reconforter. Seule cette ritournelle pouvait apaiser ses tourments :

Dans le noir des abysses de mes rêves  
Je disparaissais au loin du crépuscule éternel  
Je marche sur cette somptueuse grève  
Les ténèbres de mon esprit chancellent

J'ai un talisman précieux apporté par mon orfèvre  
Je bâtis de mes propres mains ma citadelle  
Les cauchemars prennent la fuite comme le chétif lièvre

Cette même nuit, avant l'aurore, elle observe au loin sur le fleuve ce pauvre navire de pêche isolé. De gigantesques vagues frappent la coque du navire à répétition. Elle se demande qui est le pêcheur sur le navire qui vient chaque jour, bien avant le lever du soleil.

Il prend alors la décision d'accoster son navire proche de la berge de Tourelle. Il pose ses pieds sur la grève. Il aperçoit au loin les magnifiques courbes de la femme qui a volé son cœur. Il finit par la rejoindre et apercevoir son beau visage. Il plonge dans son regard et des étincelles se créent dans leurs yeux. Il sait que la femme lui a été envoyée par le Seigneur pour être son phare, pour le guider dans les eaux troubles de la vie. Quant à elle, elle sait que l'homme lui a été envoyé par Sainte-Marie pour être son refuge, pour la protéger des fortes marées de son esprit. Ils se donnent un tendre et langoureux baiser qui semble durer une éternité. Ils se reconnaissent immédiatement.

Mais elle sait que son père ne va jamais tolérer qu'elle épouse Jean Lévesque. Ils devront donc fuir pour pouvoir vivre leur amour au grand jour. Ils fuiront vers Terre-Neuve où la mer est encore fertile de morues et où ils pourront fonder leur propre famille.

Ils décidèrent de partir à l'aurore le lendemain matin. Ils prirent quelques bagages chacun. Elle vole plusieurs pièces d'or à son père pour pouvoir subvenir à leurs besoins pendant quelques semaines. Ils partirent tous les deux à bord de la précieuse goélette vers les rives de Terre-Neuve.

La mer semblait d'un calme limpide. Jean sentit un frisson le parcourir tout le long de son corps. Il était connecté au fleuve depuis sa tendre enfance. Il savait que ça n'augurait rien de bon. Il dit à Annabelle d'aller se cacher dans la cale du navire. Il devait les ramener sur les côtes de Tourelle. Ils ne savaient pas que la pire tempête du siècle sur le fleuve allait les surprendre. Que le Seigneur soit miséricordieux de ces pauvres amoureux.

Depuis ce triste jour, nous n'avons jamais retrouvé ces funèbres amoureux ni la carcasse de leur navire. On raconte que leur esprit s'est réincarné dans les deux monolithes de la grève de Tourelle. Parfois, on peut apercevoir à sa hauteur, sur le fleuve, vers quatre heures du matin, un vieux navire de pêche tout blanc à l'horizon. On peut aussi alors y entendre une femme chanter.

Je regarde l'heure sur ma montre. Il est déjà sept heures. Je dois retourner chez moi pour prendre le petit déjeuner. Dans le temps, je ne croyais pas aux légendes de ma grand-mère. Aujourd'hui, après mûre réflexion, je souhaite partager cette histoire avec mes fils afin de leur transmettre cet héritage que ma grand-mère m'a laissé.

Les légendes ne meurent jamais tant qu'on les raconte aux prochaines générations.

.....  
**Eva-Laurence Gaeta,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
de la Haute-Gaspésie  
(Sainte-Anne-des-Monts),  
CSS des Chic-Chocs

Enseignante:  
Véronique Labbé,  
Syndicat des travailleurs  
de l'éducation de l'Est  
du Québec  
.....

## DE LA TERRE À L'AU-DELÀ

Salut maman, je ne sais pas si cette lettre se rendra jusqu'à toi. Je ne sais pas comment ça fonctionne au paradis. J'ai envie de t'écrire cette lettre pour te raconter comment ma vie a changé ces derniers temps.

Je dois d'abord te raconter une histoire. C'était en novembre 2001, un soir de tempête, alors que je me faisais garder chez une amie. Nous étions elle et moi dans sa chambre en train de manger des raisins, je m'en rappelle comme si c'était hier, sa mère pleurait. Nous avons demandé pour aller jouer dans le sous-sol, elle nous a dit oui. Nous étions au sommet de l'escalier lorsque mon amie Josianne s'est figée. Je lui ai dit: «Vite, ta mère nous a dit de ne pas traîner.» Elle m'a répondu en chuchotant: «Il y a des policiers.» Ça a été à mon tour de figer. C'est là que

J'ai entendu la pire phrase qu'un enfant puisse entendre : « Madame Champagne est décédée. » L'escalier donnait sur la porte de l'arrière de la maison. André, le père de mon amie, est apparu sur le seuil de la porte, il venait de sortir les poubelles. Josianne et moi, nous nous sommes précipitées dans ses bras. Nous sommes tous allés au salon où bien sûr nous avons pleuré.

Tu as sans doute remarqué maman que cette histoire est la nôtre, je me demande si tu y avais assisté d'une quelconque façon. Il y a beaucoup de croyances par rapport à la mort. Celle qui nous fascine le plus est celle qui veut que, lorsque l'on meurt, nous soyons des anges gardiens. J'avoue que ça a quelque chose de réconfortant, mais je ne peux me demander à quel point il est difficile pour une mère de voir sa famille brisée sans pouvoir rien y changer. Je te raconte la suite de mon histoire.

Papa a été blessé à la suite de l'accident, il avait le dos endommagé et la clavicule cassée. Il a dû passer un moment à l'hôpital, à la suite de ça, il a dû porter un corset. Mes tantes ont voulu nous prendre mon frère et moi pour laisser papa se reposer, mais il n'a pas voulu, nous étions ce qui lui restait de plus précieux. Bientôt, il a recommencé à travailler et nous pouvions compter sur les voisins qui étaient aussi de bons amis pour s'occuper de moi quand papa travaillait. Ma meilleure amie Josianne est devenue comme une sœur, devant qui j'étais complètement en adoration. Son père venait souvent nous réveiller avec des surprises, comme des cartes de Super Nanas. Sophie et André nous amenaient tous camper, ou encore déjeuner chaque dimanche avec les grands-parents. Quand j'étais avec papa, nous écoutions des films, jouions à des jeux de société. Il était très présent, il faisait vraiment tout pour nous éviter le plus possible de souffrir de ton absence. Une fois, il nous a amenés en vacances mon frère et moi au Nouveau-Brunswick, nous avons assisté à une présentation de film dehors. Nous sommes allés visiter sa famille. Nous sommes même allés voir des spectacles et nous avons fait plein d'autres activités. Une fois, il nous avait amenés voir les montgolfières. Mon père a été un père très dévoué à sa famille.

Quelques années se sont écoulées, mon père a refait sa vie. Au début, j'étais perdue. Heureusement, nous étions très proches. Ensuite, mon père a trouvé du travail au

Lac-Saint-Jean. Il nous avait promis que si la mine réouvrait, nous retournerions en Abitibi. À Chicoutimi, j'étais encore profondément perdue, je n'avais plus Josianne à mes côtés. À l'école, je vivais de l'intimidation. J'avais bien une ou deux amies, mais je me sentais seule au monde, même si j'aimais mon père et sa blonde. Bon, ça aura permis de tisser des liens avec la femme de mon père. Deux ans plus tard, nous retournions à Matagami. Mon père avait eu un nouveau bébé, j'avais un petit frère naissant.

J'étais heureuse de retourner dans mon village, mais les choses avaient beaucoup changé, pendant ces deux dernières années. Adolescente, je me sentais plus seule que jamais. Mes notes étaient décevantes, mes amies s'étaient éloignées de moi. Et ma belle-mère et moi, nous nous querellions à propos de mes notes et de mes mauvaises fréquentations. En réalité, elle était très présente à mes rendez-vous scolaires, à l'hôpital, où des nuits entières, elle m'écoutait.

Mon petit frère était mon meilleur ami, il venait s'asseoir au pied de mon lit le matin, nous dessinions. Mais comment t'expliquer maman, cette colère et cette solitude soudaine, je me suis mise à en vouloir à la terre entière.

Adulte, j'ai flirté avec la drogue. Au début, un peu, mais ensuite plus fréquemment. J'avais 19 ans quand cela a commencé. J'ai lâché l'école, j'étais à l'école des adultes. Et je me suis entourée de gens malsains, des relations amoureuses comment dire très douloureuses. Mes parents ont tout essayé pour me sortir de là. J'ai fini par en sortir, ça s'est terminé avec les policiers évidemment. Je continuais de me droguer, de me renfermer. De vouloir en finir avec cette vie que je n'avais pas choisie. Un jour, ma belle-mère a consulté pour pouvoir m'aider, mais ça continuait de dégénérer. Les médecins lui ont conseillé d'abandonner avant de tomber avec moi. Je me suis sentie trahie. La solitude est un sentiment auquel on ne peut échapper, cela se produit de différentes manières, souvent ça arrive après une perte subite d'un être cher et parfois nous créons le vide autour de nous. Pour moi, c'était les deux à la fois. Je ne savais pas pourquoi, mais alors que j'étais entourée de tant de monde, je me sentais si seule. Je me rappelle que tu étais une grande vivante maman, mais as-tu déjà ressenti une telle solitude à un moment de ta vie?

.....  
**Noémie Poirier,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale des adultes  
de Chibougamau  
(Chibougamau), CSS de  
la Baie-James

Enseignante :  
Chantale Jean,  
Syndicat de l'enseignement  
de la Jamésie et de  
l'Abitibi-Témiscamingue  
.....

Je termine cette lettre en te racontant la fin de cette histoire. Il y a 5 ans, j'ai rencontré ce gars qui a changé beaucoup de choses dans ma vie, comme tous les gens qui figurent dans cette histoire. Je suis heureuse avec lui, maman. Mais celle qui a réellement changé le cours de cette histoire, c'est moi. J'ai mis un temps à comprendre que j'avais peur de l'abandon, on m'avait expliqué un jour que c'était un traumatisme d'enfants. Chaque fois qu'une journée se terminait, une conversation, un film même, c'était pour moi un élément déclencheur de ma peur, de ma colère. Heureusement, je me suis réconciliée avec la petite fille blessée qui dormait en moi et refusait de faire de la place à la femme que je suis devenue. Je suis parvenue à aimer celle que je suis. À présent, je ressens l'amour des gens qui m'entourent.

Un jour, tu m'as écrit, les paroles s'envolent et les écrits restent. Moi je t'écris aussi: ton âme s'est envolée, mais ton souvenir n'a pas cessé d'exister. Dans mon cœur, à jamais, tu seras gravée. Dans mon esprit, éternelle sera ta vie.

## LA RUNE D'EOHL

J'ai fait encore une fois ce rêve si simple, mais à la fois si étrange. Étrange, car je suis assis sur le blanc d'un café près des fenêtres, il n'y a personne mis à part une jeune serveuse et moi-même. Le ciel est gris et brumeux, accompagné d'une averse qui nous empêche de voir pas plus loin que le bout de la rue. Comme d'habitude, je commande mon *cheesecake*. La serveuse confirme ma commande et se dirige vers la cuisine. Je n'ai même pas le temps de cligner des yeux qu'elle est déjà là avec mon *cheesecake*, comme si elle s'était téléportée. Elle me souhaite un bon appétit et elle retourne derrière la caisse sans même que je puisse la remercier.

Juste avant que je puisse attaquer mon dessert, la télévision du café s'allume toute seule, le volume au maximum, mais il y a uniquement de la neige sur l'écran. La pluie commence

à s'intensifier, et les lumières du café ne fonctionnent plus. Tout devient de plus en plus sombre comme si le café se faisait manger par les ombres environnantes. Le noir et le silence deviennent absolus...

Je me réveille dans mon lit en sursaut. Zac mon fiancé, à moitié endormi, me demande si je vais bien. Je lui dis simplement que j'ai encore fait le même rêve et que tout va bien.

Je regarde mon téléphone et je m'aperçois que le travail essaie de me rejoindre depuis plus de 30 minutes. J'ai les yeux grands ouverts face aux messages affichés sur mon téléphone qui m'informent que je suis attiré à une nouvelle scène de crime. J'embrasse Zac sur le front, bondis hors du lit et me dépêche d'enfiler mon uniforme. Je prends deux tranches de pain que je ne prends pas le temps de griller. Sur le point de sortir de la maison, je vois Zac qui me fait un salut de la main. J'essaie de lui donner un beau sourire, malgré les deux pains que je tiens tant bien que mal dans ma bouche, ce qui le fait pousser un petit rire. Je fonce à toute vitesse en direction des coordonnées que le travail m'a envoyées en essayant de ne pas créer une seconde scène de crime.

Arrivé à destination, je sors de mon véhicule et je traverse les bandes adhésives qui limitent la scène de crime. Je me dirige vers mon superviseur afin d'en savoir plus sur la situation. Il m'informe que nous avons encore affaire au même tueur que nous essayons d'arrêter depuis quelques mois. Cela doit faire au moins cinq victimes jusqu'à maintenant, et c'est cinq de trop. Il me fait signe de rentrer dans la demeure, mais juste avant, je peux apercevoir une des signatures du tueur qui est un pentagramme et dans le centre ce qui pourrait s'apparenter à la rune d'Eohl signifiant la mort, tout peinturé en rouge sur la porte d'entrée.

Rendu à l'intérieur, l'air est complètement différent, on peut sentir que quelque chose d'atroce s'est passé. Il ne me faut que quelques pas avant de retrouver sur le sol, le corps d'un enfant gisant sans vie. Le corps est entouré de bougies blanches et rouges, accompagné de quelques objets qui pourraient être liés au monde occulte. Comme pour les meurtres précédents, sa peau est gravée de ce qui s'apparente à des runes Wicca. Nous n'avons toujours

pas trouvé le motif du tueur, les victimes n'ont aucun lien entre elles, rien n'a de sens... Il y a plusieurs rumeurs qui courent ces temps-ci, certains pensent que le tueur veut invoquer le Démon en donnant les victimes en offrande. Il faut que tout cela cesse.

À ce moment précis, un vent froid se fait ressentir, et j'ai l'impression que les yeux de l'enfant se sont ouverts, afin de m'adresser un appel au secours. Après m'être frotté les yeux et secoué un peu la tête, je jette à nouveau un regard vers le petit, mais ses yeux sont bel et bien fermés. Je crois que cette enquête est en train de me rendre fou.

Il est maintenant passé 18 h, je remplis mon rapport pour ensuite me diriger chez moi. Mon cerveau ne fait que tourner en boucle depuis ces derniers mois, je n'ai jamais eu une enquête qui m'a autant affecté mentalement. À mon arrivée, Zac est en train de préparer le souper, je peux entendre la musique jouer et une odeur de général tao venant de la cuisine depuis l'entrée de la maison. Je vais le rejoindre vite fait pour lui passer le bonjour avant de me rendre dans mon bureau et de me remettre à mon *puzzle* à mille et une pièces.

Le temps passe à une vitesse ahurissante, j'ai à peine le temps de fermer les yeux qu'il est déjà rendu 1 h du matin. Je me dépêche à ranger tous mes documents, avant de me diriger dans la salle de bain pour me brosser les dents. Je commence à somnoler et à cogner des clous, je commence à me dire que j'ai de la chance d'être en congé demain.

J'aperçois, dans un coin de ma chambre, l'enfant mort aujourd'hui. Mon corps se sent si lourd que je peine à me retourner. Je rassemble mon courage à deux mains et me retourne d'un seul coup, mais le petit n'est plus là. Je sors à toute vitesse de la salle de bain et, à ma plus grande surprise, je n'arrive pas dans ma chambre, mais dans le petit café dont je rêve si souvent. L'enfant est assis à la place où j'ai pour habitude de m'asseoir. Il me fait calmement signe de le rejoindre. Sans même hésiter, je me dirige vers lui, par la fenêtre, la météo est toujours aussi grise qu'à l'habitude. Une fois assis, la serveuse vient nous rejoindre et nous demande ce que l'on veut.



Avant même que je puisse dire quoi que ce soit, le petit lève deux doigts. La serveuse acquiesce et va derrière le comptoir. Je lui demande de m'expliquer ce qui se passe en ce moment et pourquoi je suis dans mon rêve, alors que je ne suis même pas allé me coucher. Cette fois-ci, il lève un seul doigt comme s'il m'indiquait de patienter. Comme à son habitude, la jeune serveuse arrive rapidement avec deux *cheesecakes* et elle repart tout aussi rapidement.

Je ne sais plus où donner de la tête, j'aimerais poser des milliers de questions au petit, mais en même temps, je n'ai pas envie d'interrompre la joie qu'il a à s'empiffrer de son dessert. Je décide alors d'attendre. Peu après qu'il a eu terminé, la joie sur son visage a complètement disparu. J'en profite pour demander son nom, mais aucune réponse... Je décide alors de lui demander calmement s'il sait quoi que ce soit à propos de son meurtrier. Je peux voir la peur dans son visage s'installer peu à peu. Il se tourna vers la fenêtre et pointa au bout de la rue. Je m'approche un peu plus de la fenêtre et plisse les yeux afin d'essayer de mieux voir. J'aperçois au loin une grande personne avec un imperméable et un fédora brun, il me fait un salut de la main gauche. La pluie commence à s'intensifier de plus en plus, les lumières clignotent comme si on était à la discothèque. Je me retourne vers le petit et je lui demande : « Est-ce que tu es vraiment certain de toi? », il me répond avec un simple hochement de tête. Juste avant que les lumières s'éteignent et provoquent à nouveau le noir absolu, je lui promets de rendre justice à toutes les victimes.

D'un seul coup je me retrouve à nouveau devant le miroir de ma salle de bain. Je remarque que mon téléphone vibre et est sur le point de tomber. Je le rattrape juste à temps, il est rendu 6 h du matin. Je reste sous le choc en voyant les tonnes de notifications que j'ai ratées de la part de mon superviseur. Apparemment, il y a déjà une nouvelle victime. J'ai une impression de déjà vu en sortant de la salle de bain à toute vitesse, je m'empresse de rassembler mes choses et je suis plus que jamais déterminé à arrêter ce fou.

À suivre...

.....  
**Mathieu Bélanger,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes des  
Navigateurs (Lévis),  
CSS des Navigateurs

Enseignante :  
Amélie Bisson, Syndicat  
de l'enseignement  
des Deux Rives  
.....

# MON ENFANT À LA FENÊTRE

Assise à ma fenêtre, je regarde tomber la pluie. Les gouttes alimentent les flaques d'eau. Enfant, j'imaginai ces gouttes comme de petits soldats de bois tombant sur le dos de chevaux de fête foraine. Ceux-ci partant au galop faisaient jaillir l'eau hors des flaques. Mes petits soldats miniatures et leurs chevaux fantasmés me faisaient alors un spectacle équestre rempli d'arabesques d'eau argentée qui dansaient devant moi.

Quand, par moments bénis les jours de pluie, les finances familiales et le temps le permettaient, ma mère nous donnait un savon et nous envoyait jouer dehors. J'étais alors la plus heureuse des enfants. Mon maillot de bain rouge, jaune et bleu à fleurs sur le dos, je courais de flaque en flaque le savon dans les mains. J'avais alors à peu près quatre ans. Grande et potelée, je m'employais à recouvrir ma fine peau rosée de mousse épaisse et onctueuse d'un blanc laiteux. Le savon en moussant embaumait l'air d'un parfum capiteux. Ma mère, pour ajouter à notre bonheur, avait bien sûr pris le soin de nous offrir ce savon si populaire qui flottait comme un petit bateau. Après quelques minutes de navigation, le petit savon d'un blanc immaculé était souillé par une multitude de petits cailloux incrustés. Assise dans l'eau, je m'employais alors à les retirer un à un. La tâche était ardue et bien souvent, après quelques minutes,

le savon me glissait des mains et retournait à l'eau comme un poisson que l'on vient de pêcher. Je devais alors recommencer. Avec les ongles, je rayais, grattais et marquais la chair tendre et blanche pour y retirer une à une les petites pierres qui s'étaient accumulées à nouveau. Après quelque temps, les efforts devenaient vains et j'abandonnais le savon qui finissait par fondre dans une flaque. Ce moment était pour moi un peu triste, comme si j'avais mis mes petits doigts sales et boudinés sur une nappe de mariage toute blanche. Alors toute pleine de sable et de savon, je roulais dans l'eau, couchée à plat ventre dans les flaques, les cheveux collés au visage. Je suivais avec le doigt les chemins sinueux qu'empruntait la mousse.

Grelottant de tout mon corps, je rentrais à la maison. Là, maman m'attendait. Elle me rinçait sous une douche chaude pour enlever le sable et les résidus de savon, m'emmitouflait dans une belle grande serviette bien douce et me servait mon repas devant le « cinéma de 5 h », où le tout jeune Elvis jouait du ukulélé les pieds dans le sable, une couronne de fleurs autour du cou et une coque de cheveux abondamment gominés sur la tête. bercée par sa musique, je me mettais à rêver. Je dansais alors avec lui sous le soleil d'Hawaï. Ma journée se terminait avec Passe-Partout et ses amis qui me faisaient des confidences. La nuit venue, ma mère me bordait ensuite dans un lit douillet recouvert de couvertures plus lourdes les unes que les autres. Couchée dans mon lit, je serrais contre moi mon ours en peluche jaune affadi par le temps. Tombant dans le piège du marchand de sable, mon esprit volait vers de nouveaux horizons que seules les connaissances de mes quatre ans limitaient.

Assise à ma fenêtre, je regarde tomber la pluie. Assise à ma fenêtre, je réfléchis. Demain s'il pleut, je prendrai mon enfant par la main et nous irons jouer sous la pluie.

.....  
**Jacynthe Girard,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale des adultes  
des Rives-du-Saguenay  
(Chicoutimi), CSS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :  
Annie Turgeon, Syndicat  
de l'enseignement  
du Saguenay  
.....

# LES PREMIÈRES PAGES DE MON JOURNAL

Cher journal, j'ai tant de choses à te dire... Aujourd'hui, j'ai décidé de foncer et de faire face à mes démons qui me tourmentent depuis 24 ans. J'ai 40 ans bien sonnés. Je me trouve vieille pour écrire dans un beau journal rose imprimé de cœurs et de fleurs de lotus. Après tout, il n'y a pas d'âge pour écrire ce qui va tout changer dans ma vie!

Moi, qui n'aie jamais fini mes études secondaires parce que je ne croyais pas ça possible! Je ne comprenais rien aux mathématiques et au français, c'était du chinois pour moi! Le simple fait d'écrire une dictée m'apportait la honte.

Cela m'a suivie toute ma vie: au travail, avec mes amies, ma famille et même pour remplir un formulaire d'emploi. Sans son diplôme d'études secondaires, impossible d'avoir une belle carrière digne de soi. Ça me rattrape toujours. Je me suis créé une bulle pour cacher ma différence. Personne ne savait que j'étais poche, une pas bonne en français, une nulle à l'école! Ce rôle a fait que j'avais totalement perdu confiance en moi, ça me semblait impossible de retourner aux études.

Cher journal, je suis fatiguée et épuisée de fuir ce combat qui me tourmente. Ça me gêne, j'aimerais tant être libre de m'exprimer. Alors, je dois faire face à ce défi qui ne sera pas facile.

Je me suis informée pour retourner aux études avec l'aide d'une spécialiste en orientation. Elle a trouvé des solutions avec un enthousiasme qui te donne le goût de retourner à l'école. Mais juste d'y penser, j'étais molle et toute trempée comme une « moppe » sous les bras. Je savais déjà le chemin à parcourir. Malheureusement, elle m'a confirmé que j'allais devoir tout recommencer mon secondaire à 40 ans. J'ai pris tout mon courage pour ne pas craquer et, finalement, je me suis inscrite à l'école sans trop savoir ce que cela allait me procurer.

Cher journal, c'était ma première journée. Ouf! J'étais comme une enfant de la maternelle. Je ne voulais plus y aller, j'avais mal au ventre avec le cœur qui débattait à 100 milles à l'heure. J'avais envie de pleurer, moi qui suis si émotive. C'était facile de rester dans ma zone de confort ou de fuir encore les problèmes. J'avais franchi la porte et, comme je suis une fille de parole, j'ai foncé la tête première.

Le matin, me voilà à l'école, je n'y croyais pas! Il y avait un bel accueil suivi d'une petite rencontre à propos des règlements du centre. Une photo étudiante, ça c'était drôle! Je me pensais comme au secondaire. Ensuite, on m'a donné un numéro pour mon casier et un cadenas. Malgré cela, je ne me souvenais même plus comment ouvrir ce dernier. Il fallait que je me calme, car j'étais trop stressée. Une bonne respiration, et je montais en classe pour mon cours de français. La classe était pleine, misère! Une enseignante est venue m'accueillir avec une belle approche souriante, avec bienveillance. J'avais un trop-plein d'émotions, alors cela m'a permis d'être à l'aise dans la classe et de poursuivre ma journée. Deux minutes plus tard, une autre professeure vient me voir pour un prêtést pour mon classement en français. Non! Elle était calme, gentille et rassurante. Elle me donnait une lecture à faire avec des questions pour savoir où je me situais en français. J'ai lu le texte, ça allait! Après, il y avait des questions comme trouver un adverbe, une conjonction et un homophone. Moi, j'avais oublié tout ça! Je ne lis jamais et j'ai toujours dit que le français, c'était pour moi du chinois! Mon cerveau surchauffait et je voulais mourir! Après trois heures, j'avais fini mon examen. Il me restait à attendre ma note.

Vient le moment du dîner, une pause d'une heure. C'est trop long pour moi qui ne prends que 15 minutes pour manger habituellement. Je vais devoir m'adapter à manger des lunchs dans une salle froide et vide. Mon mode de vie vient de changer à 100%. Je prends une autre respiration et, demain, ce sera un autre jour.

Là, c'était mon cours de mathématiques qui commençait. J'avais une autre enseignante calme et accueillante. Elle me demandait de venir la voir et, là, la roue des émotions recommençait. Mes yeux se sont encore remplis d'eau. Elle me trouvait courageuse et forte de retourner à l'école.

.....  
**Caroline Bilodeau,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes de  
Montmagny – L'Islet-Nord  
(Montmagny), CSS de la  
Côte-du-Sud

Enseignante: Lyne Rheault,  
Syndicat de l'enseignement  
de la Côte-du-Sud  
.....

J'étais gênée de ça et je me trouvais ridicule, étant donné mon âge. Elle m'a dit: « Caroline, tu n'es pas une extraterrestre si tu ne comprends pas en mathématiques. » Cette phrase va rester à jamais gravée dans ma tête.

Cher journal, ma journée me semblait tellement courte. J'avais hâte de raconter à ma famille ma journée remplie en émotions et qui m'avait tellement fait grandir et croire que j'étais capable d'avancer. Je voyais ça tellement gros et impossible. La glace était percée.

Le lendemain, je n'avais pas le même dynamisme. Je savais à quoi m'attendre comme ambiance et j'étais enfin capable d'ouvrir mon cadenas! J'avais un sourire contagieux et je prenais plus confiance en moi. Aussi, j'avais reçu mon résultat de mon évaluation en français; j'étais classée en deuxième secondaire. J'étais un peu déçue, mais c'était un bon début pour du chinois.

Là, c'était sérieux! Je commençais mon premier livre en français officiellement. L'enseignant en classe, passionné du français, m'expliquait tout le contenu de mon livre. Ce dernier m'avait rassurée, puisque le contenu de mon premier livre de français était volumineux. Depuis, je ne suis presque plus gênée et j'avance à petits pas dans toutes les sphères de ma vie.

Cher journal, me voilà aujourd'hui à ma deuxième année au centre des adultes. Je rêve! Je réussis à avancer, alors que je ne me le permettais pas avant. J'ai la chance d'avoir un entourage et des professeurs formidables qui ont su croire en moi. J'ai presque terminé mon secondaire. Cependant, je n'ai pas fini de vivre des émotions fortes et de verser encore quelques larmes. Ce n'est pas une faiblesse de pleurer, c'est de la force et du courage qui nous poussent à avancer plus loin. Avec toute l'aide et tout l'encouragement qu'on me donne, c'est possible. Enfin, j'ai écrit ma première histoire sans avoir peur. Qui aurait dit que du chinois pouvait être transformé en plaisir d'écrire et, enfin, permettre de se libérer d'un énorme poids que je portais depuis très longtemps!

J'ai déjà hâte de poursuivre ... Cher journal!

# PASSEUR DE RÊVE

Je me trouvais dans un grand champ d'herbes hautes et au milieu de celles-ci se dressait une petite maison. Je passai mes mains sur les épis de graminées qui m'arrivaient à la taille. En m'approchant, je remarquai les couleurs de cette modeste demeure : son toit était gris, les murs étaient bleus et les colonnes tout comme la galerie étaient blanches. Elle était bien entretenue. Je montai les deux marches et regardai par la fenêtre. Il semblait n'y avoir personne. La porte s'ouvrit sans aucune résistance. J'observai un peu les alentours, je découvris un salon avec deux fauteuils et une bibliothèque garnie de quelques ouvrages. J'allais continuer lorsque j'entrevis quelque chose, une porte. Une porte à caissons peinte en violet. Je tournai la poignée entre mes doigts, entendant le dé clic. Un bruit puissant me parvint. Je restai paralysé sur place, ce que je voyais n'avait aucun sens. Un grand vent balayait une plage désertique où un océan se déchainait. Je refermai la porte, les yeux ronds.

\*\*\*

Je me redressai dans mon lit, le cœur battant. Je me passai une main sur le visage, un rêve, ça n'avait été qu'un rêve. Je me levai, mais avant de faire un pas, je remarquai que j'avais des grains de graminée sur mon pantalon de pyjama. Je passai une main pour les enlever, je figeai dans mon mouvement, l'image du champ de longues herbes et la petite maison me revint en mémoire. Comment était-ce possible ? Comment pouvait-on rapporter quelque chose d'un rêve ? Je ramassai tous les grains et les mis dans un pot que je rangeai dans ma table de chevet. Déboussolé, je décidai de dessiner ce que j'avais vu avant d'oublier. C'est ce qui arrivait avec les rêves en général. Le champ, la maison, la porte et ce qui s'était trouvé derrière. Je humai, même l'air salin m'avait suivi jusqu'ici. C'était troublant.

À la suite de cette nuit-là, j'y étais retourné trois fois. À chaque fois, j'y avais rapporté quelque chose. Sur une tablette s'alignaient : le pot de grains de graminée, un épi complet de graminée, une tasse et une petite conque.

Je m'étais décidé à passer la porte violette et cette fois le temps avait été radieux. J'avais marché sur la plage et ramassé le coquillage. Ces objets me rappelaient que ces rêves n'étaient pas ordinaires. Qu'est-ce que ça faisait de moi?

\*\*\*

J'étais de retour à la petite maison bleue pour la cinquième fois. Le temps était différent, il faisait nuit, le ciel était couvert d'étoiles. Une légère brise soufflait faisant valser les hautes herbes. Je me demandais si de l'autre côté de la porte violette il faisait aussi nuit. Je marchai au travers les graminées et les fleurs des champs pour rejoindre la modeste demeure. J'ouvris la porte, j'allumai la lumière un sourire aux lèvres, j'aimais bien cet endroit. C'était paisible, tout était familier. Je me dirigeai vers la bibliothèque pour y prendre un livre lorsque j'entendis une porte s'ouvrir. Je me redressai, surpris. Ça ne pouvait pas venir de la porte de l'entrée, je l'aurais vu... Je me retournai, la porte violette! Je sortis du salon et je le vis, un garçon d'environ mon âge, peut-être un peu plus jeune. Ses yeux d'un vert clair se posèrent sur moi, un sourire lui vint aux lèvres.

– Bonsoir, je ne croise pas souvent des gens lorsque je viens ici. Moi, c'est Élio et toi?

Je restais là, stupéfait.

– Moi c'est Lev...

Je m'arrêtai en remarquant que mes mains commencèrent à devenir translucides.

– Attrape.

Je n'eus le temps que de lever mon regard vers lui, il me lançait quelque chose. Je l'attrapai à deux mains.

\*\*\*

J'ouvris grand les yeux. Je me mis en position assise, desserrai les mains pour y voir une petite sphère de métal couverte d'étoiles gravées. Je n'arrivais pas à interpréter ce qui venait d'arriver. C'était la première fois que je croisais quelqu'un là-bas. Était-il en train de rêver lui



aussi? Il m'avait lancé cette boule, savait-il que j'allais la faire traverser du monde des rêves au monde éveillé? Je ne savais plus où donner de la tête. Je devais me changer les idées. Je posai la sphère sur ma table de chevet et décidai d'aller prendre une douche, l'eau chaude allait me faire du bien.

Une fois séché et habillé, j'entrepris d'ouvrir les rideaux pour laisser entrer la lumière du soleil. J'allais m'installer dans un fauteuil muni de mon cahier à dessin et d'un crayon graphite. J'entrepris de représenter les scènes de cette nuit. Je passai un long moment à reproduire le portait de cet Élio. J'avais un tas de questions, mais je ne savais pas si j'allais pouvoir y trouver des réponses. Je laissai de côté mon matériel et allai me chercher un verre d'eau. Alors que j'allais me rassoir, la sonnette de l'entrée retentit. Pris dans mes pensées, j'allai répondre. Je faillis renverser mon verre en voyant la personne sur le pas de la porte.

– Je suis content de t'avoir trouvé, Lev. J'aurais quelque chose à te montrer, tu viens? Oh! et amène la sphère que je t'ai lancée.

Lev, c'est tout ce que j'avais pu dire avant de me réveiller. Sans trop réfléchir, je filai à ma chambre prendre l'objet que je fourrai dans ma poche, j'enfilai une paire de souliers et le suivis jusqu'à sa voiture.

– Je suis sûr que tu as des tas de questions et, crois-moi, on va pouvoir y répondre.

Je tournai la tête vers lui. Ils étaient plusieurs. Est-ce que je venais de m'attirer des ennuis? Lorsque le véhicule s'arrêta, je ne savais plus trop si je voulais en descendre. Élio vint m'ouvrir.

– Suis-moi, je t'assure que tu vas adorer.

C'est son ton de voix tranquille et confiant qui me décida à descendre. Je fermis la portière, on était en bordure d'un champ. Je fronçai les sourcils, l'endroit m'était familier. Je contournai la voiture et la vis. Une petite maison bleue au milieu d'un champ d'herbes hautes. Je me pinçai, j'étais bien éveillé.

.....  
**Sarah Bergeron-Nobert,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale aux adultes  
des Cimes (Sainte-Agathe-  
des-Monts), CSS des  
Laurentides

Enseignante:  
Julie Léonard, Syndicat  
des enseignantes  
et enseignants  
des Laurentides  
.....

# LA PERCEPTION DE L'ÉCHEC: LE DÉBUT D'UNE RÉUSSITE

D'aussi loin que je me souviens, j'ai toujours eu l'impression d'avoir échoué.

J'avais 8 ans la première fois où j'ai commencé à me dire que j'étais mauvaise et que je ne réussissais jamais dans rien. J'avais beaucoup plus d'échecs que de réussites. Pour en rajouter, j'avais un surpoids qui me pourrissait constamment la vie.

J'étais « spéciale », mais je ne faisais rien de spécial. J'étais nulle et grosse. Jamais on ne parlait de moi dans les soupers de famille. Ma sœur, elle, était mince et excellait à l'école.

J'ai commencé à faire de la natation et des compétitions où j'étais très bonne. En plus, je maigrissais, mes notes s'amélioraient et j'avais même des amies.

Tout était si parfait.

Je voulais continuer à perdre du poids : enfin, on parlait de moi ! Chaque jour, ma motivation était toujours la même : performer et perdre du poids.

J'étais en compétition avec tout le monde et je voulais être la meilleure.

La maladie a été mon alliée pendant longtemps.

Quand je parle de la maladie, je parle de l'anorexie. Elle est devenue mon début d'excellence, mais aussi ma descente aux enfers. Au début, c'était si beau. Très vite, elle m'a prise au piège.

J'ai grandi.

J'ai grandi en intensité.

Très rapidement, ce rêve qui me semblait si réel est devenu mon pire cauchemar ! La perte de poids et la dénutrition ont toujours leurs limites : je l'ai découvert à mes dépens. J'ai commencé à devenir très faible. Donc, l'école devenait très difficile : je terminais mes cours couchée sur mon bureau, incapable de trouver la force pour me relever. Monter les marches était devenu une épreuve. Aussi, mon corps n'acceptait pas de nager le ventre vide : mon cœur ne le supportait pas.

Malgré tout ça, j'étais fière parce que j'étais mince et j'arrivais à me restreindre pendant une journée complète.

Quand j'allais mal, l'anorexie était toujours là et je m'accrochais à elle. Elle m'a rendu si malade, elle m'a conduite sur le bord de la mort, elle m'a enfermée plusieurs fois entre les murs de la folie. Tout ça n'était pas important, car j'excellais dans ma maigreur.

J'étais bonne.

Il m'a fallu plusieurs années pour comprendre que cette maladie n'était pas mon alliée. Elle voulait simplement me prendre, m'emporter. Dans cette période sombre, personne n'avait raison et tout le monde voulait me faire grossir : c'est ce que le monstre dans ma tête me disait.

Tous les gens qui voulaient m'aider devenaient l'ennemi de la bête.

J'ai dû me retrouver dans mes profondeurs intérieures : mais qui suis-je moi ? Je m'étais perdue dans la maladie pendant plusieurs années, alors le chemin a été long à retracer. Il m'a fallu faire du ménage dans mon passé pour trouver ce qui continuait de me briser.

L'échec.

J'avais trouvé le plus grand morceau du problème : le mot « échec ». C'étaient les mots qui m'ont fait croire que l'échec serait la définition de ma vie. Je me suis demandé ce qu'était un échec.

Qui décide ce qui est réussi ou pas ?

Je crois que ce n'est qu'une question de perception. Un jour, j'ai croisé quelqu'un sur ma route qui m'a dit que c'est dans l'échec que nous trouvons la réussite. Il m'a aussi dit que l'échec n'existe pas.

C'est la façon dont on interprète une situation qui crée un sentiment d'échec.

Même chose pour la performance, il n'y a pas de standards pour la performance. Ce qui la définit vient des yeux de celui qui la regarde. Ce que j'ai décidé de comprendre dans ces mots, c'est que je n'ai pas besoin de mettre des attentes si hautes pour être quelqu'un. Je n'ai pas besoin d'être bonne dans tout pour être aimée. L'important pour moi aujourd'hui, c'est de faire mon possible chaque jour, mais c'est aussi d'accepter que mon possible ne veut pas dire parfaite.

Je ne suis pas définie par les choses que je fais, mais pour qui je suis.

Si j'avais réellement échoué, je ne serais pas en train de vous raconter tout ça aujourd'hui. C'est à chacun de décider de la signification du mot «échec». C'est à chacun de décider de la valeur qu'il lui accorde dans sa vie.

Si ce n'était que de moi, ce mot serait le premier que je changerais dans le dictionnaire. Je le changerais pour «faire de son mieux».

Il a fallu que je me trouve des motivations autres que de perdre du poids, que je me trouve quelque chose de plus fort que la maladie. Ma plus grande valeur, c'est l'humanité partagée.

Je veux être la soignante qui a été soignée, je veux partager mon espoir à ceux qui l'on perdu, je veux être le pollen de leur fleur intérieure.

Je veux devenir nutritionniste pour leur réapprendre le plaisir de manger! Je veux être la preuve que la guérison est possible et que le bonheur est accessible. Ma victoire à moi, c'est d'être sortie de ce brouillard et d'avoir réussi à retrouver ma vraie personnalité. Cette victoire vaut beaucoup plus que tout l'or du monde, car connaître le bonheur est la plus belle chose que j'ai ressentie de ma vie.

Je sais qu'il y aura une suite à cette histoire, il n'est pas question de mettre un point final.

Je ne connais pas le reste des pages qui suivront celle-ci, mais je me promets à moi-même qu'elles seront merveilleuses, car j'aurai fait de ma vie ce que je veux qu'elle soit et clairement, je serais la plus importante.

Au final, c'est MOI le personnage principal de cette histoire, c'est MOI l'héroïne et JE décide du dénouement.

.....  
**Catherine Blouin,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
professionnelle et  
générale A.-W. Gagné  
(Sept-Îles), CSS du Fer

Enseignante:  
Kathy Sauvageau,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région du Fer  
.....

# LE CHEMIN DU GUERRIER

Pour débiter, je suis un homme qui a traversé plusieurs épreuves de vie. Alors, je vais vous apporter au cœur de mon champ de bataille. Pour plusieurs, ce genre de parcours se finit rarement bien. Je sais aussi que ce combat, je le mènerai jusqu'à ma mort. Ce que je vais vous partager est plusieurs tranches de ma vie. Je vous préviens que plusieurs passages pourraient peut-être vous choquer ou vous déstabiliser.

À l'âge de 14 ans, une de mes pires décisions a été de lâcher l'école pour ensuite devenir dépendant du cannabis et de l'alcool. Je n'avais pas d'ambition pour devenir quelqu'un d'honnête. Alors, j'ai décidé d'aller dans la voie criminelle. Avant toute chose, ma mère me faisait vivre l'enfer chez moi, donc j'avais besoin de mon exutoire. Ma mère est issue aussi d'une famille dysfonctionnelle, je comprends mieux aujourd'hui cet aspect de sa vie. Par contre, je n'aurais jamais compris cela à cet âge-là. J'ai grandi dans Rosemont dans la ville de Montréal. Mon adolescence s'est principalement passée dans Hochelaga qui a été mon éducation criminelle. Quand j'ai décidé d'aller du mauvais côté, j'y suis allé à fond.

J'ai passé par le vol, introduction par infraction, vente de stupéfiant et consommation abusive de toutes drogues. Ce manège a duré 17 ans de ma vie, alors je comprends aujourd'hui comment j'ai perdu mon temps.

Vers l'âge de 30 ans, rien ne va plus, je vis durement une rupture amoureuse à Drummondville. J'ai passé trois ans avec cette fille que je qualifie aujourd'hui comme une relation toxique consumée par la dépendance affective. Je suis tombé de très haut, je me suis remis à consommer pour oublier cette partie de ma vie. J'ai volé tous mes proches au point que ma sœur a fini par me jeter à la rue. Elle m'a dit : « J'espère qu'un jour tu comprendras que la vie que tu mènes va soit te tuer ou te rendre extrêmement malheureux. » Pendant ce temps, j'ai réfléchi grandement à la question : qu'est-ce que je peux faire pour arranger tout ça ?

Après plusieurs nuits, sous la pluie, dans une cage d'escalier, j'ai eu un moment de lucidité, puis je me suis dit : « Ça y est, faut que ça change. » Ensuite, j'ai décidé d'appeler au Domaine Perce-Neige pour faire une thérapie. J'avais trois jours pour trouver l'argent de mon billet de bus pour aller à Sherbrooke parce que le centre ne pouvait pas venir me chercher à Montréal. C'est alors que je me suis mis à ramasser des canettes sur le Plateau Mont-Royal jusqu'à concurrence de 50 dollars. À partir de ce moment-là, je ne voulais pas commettre de crime pour arriver à mes fins. Je voulais remporter cette manche de manière légitime. Cette aventure m'a appris que le crime ne paie pas et ne paiera jamais.

Dès mon arrivée à Sherbrooke, je suis pris en charge par un membre du personnel du Domaine Perce-Neige. Durant la route, je réalise que mon ancienne vie de criminel est définitivement terminée. C'est à ce moment précis que mon deuil de la criminalité a commencé. Je ne vais pas vous mentir, mais la guerre contre mes démons a été vraiment difficile. À partir du moment où j'étais en thérapie, je me suis coupé de mon monde extérieur, puis je recommençais à neuf, encore...

La première partie de mon cheminement a été difficile. Je devais apprendre à vivre en communauté avec 140 règlements. La structure était étouffante, puis je ne

croisais pas en mon potentiel de changer mes pensées. Je me suis laissé guider par le courant. Après sept mois, j'ai éclaté de colère et je suis parti. Durant le mois qui a suivi, ma descente en enfer m'attendait dans le petit appartement miteux que j'avais trouvé au centre-ville de Sherbrooke. Je n'avais pas accepté de me faire dire que je n'avais pas réussi ma thérapie. Pendant ce temps, je me suis trouvé un travail et j'ai malheureusement rechuté, trop orgueilleux pour accepter ma défaite. C'est là que j'ai eu la peur de ma vie. Trois semaines après mon départ de la thérapie, j'ai surconsommé des amphétamines, puis j'ai senti que la fin approchait. Je suis sorti sur le balcon de mon immeuble, puis je regardais les gens passer. Mon cœur qui battait à vouloir sortir de mon thorax, je me suis mis à penser à mes sœurs et les amis que j'allais laisser derrière, et cela me faisait de la peine. Je me suis dit: « Si demain matin je me réveille en vie, je retourne en thérapie, puis je finis ce que j'ai commencé. » Le lendemain, je me suis réveillé et j'ai refait une demande d'admission au centre, et là, j'ai réalisé la chance que j'ai d'être en vie. Le fait d'avoir frôlé la mort m'a tellement terrifié que j'ai compris que ma vie valait plus qu'un comprimé.

Après plusieurs mois, j'ai terminé mon cheminement, et Louis, qui est le directeur général du centre, m'a fait une proposition dont je lui serai éternellement reconnaissant. Il m'a proposé de travailler pour lui comme surveillant. J'ai accepté et, depuis, je travaille au centre. Également, je suis en train de finir mes études pour aller à l'université pour devenir intervenant en toxicomanie.

Finalement, je suis fier de ce que j'ai accompli depuis. Cela fait trois ans que je suis de retour à l'école et trois ans que je suis sobre aujourd'hui, mais connaissant la toxicomanie, cela sera un combat éternel. J'ai aussi obtenu ma suspension de casier judiciaire et mon permis de conduire. Cela veut dire que, si je le peux, tout le monde le peut aussi. Quand je pense à tout ça, je vois que la vie mérite d'être vécue de manière saine et que la plupart de nos blessures finissent par guérir; seulement si nous sommes prêts à vouloir changer nos pensées pour vivre une vie meilleure.

Richard Lantin,  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Saint-Michel  
(Sherbrooke), CSS de la  
Région-de-Sherbrooke

Enseignante:  
Guylaine Nolet, Syndicat  
de l'enseignement  
de l'Estrie

# LA BELLE ET LA BÊTE

Laissez-moi vous raconter ma version de l'histoire de la Belle et la Bête...

La Belle n'avait que 18 ans quand elle rencontra sa Bête de 5 ans son aînée. Elle était en recherche d'attention, l'attention dont elle avait cruellement manqué lors de sa jeune enfance. Au moment de leur rencontre, la Bête promit la lune à sa Belle, il la présentait comme étant la princesse de ses rêves et la faisait sentir comme telle. Malheureusement, le rêve tourna vite au cauchemar pour notre chère Belle. Très rapidement, elle remarqua que le comportement de sa bête changea radicalement. Son sourire était rendu malin, ses yeux, autrefois remplis d'amour pour elle, reflétaient le dégoût.

Tout commença durant leur deuxième été. Durant une sortie à la plage, Belle remarqua que la bête la regardait d'un regard désapprobateur. Sans comprendre, elle attendit un moment avant d'aller lui demander ce qu'il y avait.

– T'es habillée comme une salope. Tout ce que tu veux c'est l'attention des autres!

Belle se regarda, stupéfaite. Ses shorts lui arrivaient aux genoux et le haut de son maillot s'attachait au cou.

Belle passa le reste de sa journée à retourner les paroles de l'homme qu'elle aimait dans sa tête. Elle ne se doutait pas que c'était le début de la fin...

Lors d'une soirée d'hiver, notre chère Belle alla regarder sa bête jouer au hockey. Ils étaient en avance de trois points et tout le monde était heureux. La partie se termina, et Belle alla rejoindre son amoureux.

– Belle partie mon amour!

Comme seule réponse : un long silence et un regard accusateur rempli de haine. Ébranlée, elle l'attendit patiemment sur le bord de la porte. Ignorant sa Belle,



il sortit du vestiaire en se dirigeant vers la voiture d'un pas décidé. Belle se demandait ce qu'elle avait encore fait de mal. Elle s'assit dans la voiture, attendant l'habituel sermon colérique de la Bête.

– Je le savais que tu étais une salope, cracha-t-il.

Surprise, elle ne répondit pas.

– Il me l'a dit que t'avais couché avec! Mens-moi pas, j'connais déjà la vérité!

– Coucher avec qui? répondit-elle, ne comprenant rien.

– Avec Gaston! lui lança-t-il en frappant le volant.

– Mais non! Je n'ai jamais fait ça, je te le jure.

Elle se tourna vers lui, le regarda et comprit qu'il n'y avait rien à faire pour le convaincre. La colère de la Bête grandissait à vue d'œil. Elle n'eut pas le temps de réagir quand la première gifle arriva. Elle resta là, saisie par le geste démesuré de l'homme qui lui avait promis de l'aimer et de la chérir. La deuxième gifle propulsa sa tête contre la fenêtre de la voiture. Sonnée par la violence du coup, elle commença à pleurer en silence en espérant que le trajet finisse bientôt. La Bête prit le chemin de la maison en continuant de cracher son venin. Sentant le trajet tirer à sa fin, elle était soulagée de savoir qu'elle ne serait plus toute seule avec lui. Elle se tourna alors vers la fenêtre et remarqua qu'ils dépassaient la maison.

– Qu'est-ce que tu fais?

– Il faut juste que j'aille jeter quelque chose plus loin, répondit-il.

Belle comprit alors que c'était elle l'ordure à jeter. Elle commença à paniquer et essaya d'ouvrir sa porte à plusieurs reprises.

– Laisse-moi sortir! Laisse-moi sortir! criait-elle à pleins poumons.

– Ta gueule! répondit la Bête.

Il se stationna dans un endroit à l'abri des regards. Il sortit de la voiture et se dirigea vers la porte côté passager. Il essaya de l'ouvrir à plusieurs reprises, mais Belle, effrayée, la tenait barrée.

– Débarre la porte avant que je pète la vitre!

.....  
**Annie Lussier-Chaperon,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale des adultes  
De La Jonquière  
(Jonquière), CSS De La  
Jonquière

Enseignante :  
Sabrina Giroux, Syndicat  
de l'enseignement  
De La Jonquière  
.....

- Je n'ai rien fait, arrête! Calme-toi, s'il te plaît. Tu me fais peur.
- Je n'ai pas fini de te faire peur si tu n'ouvres pas la « criss » de porte! hurlait-il.

Souhaitant que la soumission le calme, Belle ouvrit la porte délicatement. En une fraction de seconde, il agrippa son manteau et la sortit de l'auto violemment. Il la projeta au sol avec une telle violence qu'elle se cogna la tête sur un morceau de glace. La Bête embarqua sur elle, les genoux sur ses bras. Elle était complètement à la merci de la colère de cet homme. Il commença à la rouer de coups en l'injuriant. Il décida alors de remplir le manteau de sa copine avec de la neige et de lui en mettre partout dans le visage. Étouffée et apeurée, elle pleurait, criait, suppliait son agresseur de la laisser partir. La Belle était en train de suffoquer sous le poids de la Bête. Elle ne voyait plus clair, ne respirait que par petits coups saccadés à cause de la panique et de la quantité de neige qu'elle avait dans la bouche.

Elle essaya alors de le raisonner et de lui faire comprendre qu'elle était désolée malgré le fait qu'elle n'était pas du tout coupable. Faisant le sourd d'oreilles, il commença alors à l'étrangler de ses mains fortes. Belle paniquait, elle se débattait. Elle ne faisait pas le poids contre lui. Elle décida alors de lâcher prise en acceptant la fin qui s'approchait à grands pas. Sur le point de perdre connaissance, elle le sentit partir. Elle reprit tranquillement connaissance et elle s'assit sur le sol gelé. Elle regarda autour d'elle, la voiture avait disparu.

Elle venait d'échapper à la mort pour la première, mais malheureusement pas pour la dernière fois.

Ne soyez pas inquiets, ma version de ce conte a une fin heureuse...

Même si le cauchemar dura pendant six ans et demi, la Belle a pu retrouver son éclat par sa force de caractère. Cela fait maintenant quatre ans qu'elle vit dans un environnement sain auprès de son Beau. Elle continue aujourd'hui de combattre le mal que cette Bête a su implanter dans sa tête, mais malgré tout, elle garde la tête haute!

# MOUSSAILLON

C'est aujourd'hui, le 9 de juin, j'offre mon premier souffle. Je me sens tout chaud, tout humide. Où suis-je ? Qui suis-je ? Aucun son ne me vient à l'oreille. J'ouvre les yeux, mais ne vois que du noir. Je ne comprends pas ce qu'il se passe. Par contre, je ne suis pas seul. Il y a des gens autour de moi. Je le sais, je le sens. Par peur, j'éclate en sanglots. Parmi mes milliers de hurlements, je n'arrive pas à exprimer mon inquiétude. Est-ce normal ? Suis-je normal ?

C'est aujourd'hui, lors d'une journée froide de décembre, que l'on me diagnostique un trouble de la vue. Avoir des lunettes n'était pas une solution. Je suis aveugle. Et ce, pour le restant de ma vie. Je suis né comme ça et dois apprendre à vivre ainsi. J'ai ma maman, mon papa et ma grande sœur. Je ne suis pas seul. Tout devrait bien aller.

Les jours et les semaines défilaient, et je ne parvenais toujours pas à entendre un son. Je me sentais touché, câliné, je recevais beaucoup d'amour malgré ma différence. Toutefois, quelque chose clochait encore chez moi parce qu'en plus, avaler des aliments était une tâche très difficile, ma foi. Encore de nombreuses fois, je pleurais. C'était mon seul moyen de communication. Du moins, pour ce qui en était à cet instant.

Les rendez-vous chez le médecin, chez des spécialistes de la santé et les visites à l'hôpital ne se comptaient plus sur les doigts d'une main.

C'est aujourd'hui, un an après ma naissance, que mes parents ont appris la nouvelle concernant mes oreilles. Après certains tests, on me diagnostique étant sourd. Des appareils auditifs étaient nécessaires pour améliorer ma condition. Mes parents, déboussolés, ont quand même entamé les démarches requises pour l'obtention de mes oreilles électroniques. Je rigole un peu en disant « oreilles électroniques », seulement, je trouve qu'appareils auditifs, c'est trop médical comme mot. Je suis déjà dans un fauteuil roulant, puisque je suis incapable de me tenir stable. Je suis atteint de la paralysie cérébrale. Je suis une

personne handicapée, mais malgré tout, j'ai une famille qui m'aime et me chérit. Ils auraient pu m'abandonner, sauf qu'au contraire, ils prennent énormément soin de moi. Je ne pourrais demander mieux.

Je m'appelle Félix et mon papa me surnomme son moussaillon. Son moussaillon qui combat la tempête. Une chose qu'il fait que j'adore est ses «vroum, vroum» avec son *pick-up*. J'ai mal au *bidon* tellement j'en ris à chaque fois.

Je m'appelle Félix, je suis aveugle, sourd, paralysé et je sors de la salle d'opération. Aujourd'hui, on m'a fait un petit trou dans le *bidon*, muni d'un bouchon. Je n'avais pas le choix, maman ne parvenait plus à me nourrir par la bouche. Je m'étouffais à chaque bouchée. C'était gravement dangereux pour moi. Maman était à mes côtés du début à la fin. Je ne peux pas retourner à la maison ce soir, parce qu'on doit apprendre mon nouveau fonctionnement de nutrition. Pour me nourrir, on doit insérer un petit tuyau à l'endroit où j'ai mon petit bouchon. De cette façon, le lait qui contient tous mes nutriments peut se diriger directement dans mon estomac. C'est ce qu'on appelle le gavage. Je ne peux me nourrir que de lait à présent. Tous mes médicaments (liquides évidemment) doivent également être introduits par mon petit trou.

Le petit moussaillon est désormais sur le chemin de la maison, j'ai hâte de voir ma sœur.

Je suis de retour à l'Hôpital Sainte-Justine ce matin. Je ne vais pas bien. Nous sommes partis en catastrophe de la maison maman et moi. J'avais énormément de difficulté à respirer. Ma pneumonie prenait le dessus. Je fais d'ailleurs souvent des pneumonies. Mon système immunitaire n'est pas bien fort, donc les combattre me demande beaucoup d'énergie. J'ai toujours le sommeil facile, mais plus le temps avance, plus je me sens fatigué. Une petite frousse, j'ai créé à ma famille aujourd'hui. Je suis revenu à la maison en ambulance avec, comme amie, une machine à oxygène. On savait qu'il ne m'en restait pas pour longtemps.

L'heure sonne. C'est le grand départ. Mes valises sont prêtes. Le moussaillon s'en va séjourner au Phare Enfants Famille, un établissement chaleureux qui accueille les enfants comme moi. Les personnes là-bas prennent soin de nous comme si nous étions leurs propres enfants. Ils sont d'une gentillesse pure. Je décris cet endroit comme ma deuxième maison. Ma famille part en voyage pour deux semaines. C'était trop risqué que je les accompagne. Ce n'est pas grave, je vais bien m'amuser au Phare et ils ont besoin de se reposer. Je reconnais que je demande énormément de leur temps et j'en suis reconnaissant. Je les aime de tout mon cœur. J'ai hâte de les avoir près de moi à nouveau. Bientôt!

Aujourd'hui, je me sens faible. Très faible. Je combats encore une fois une pneumonie. Je crois sincèrement que c'est la dernière. Je souffre, j'ai mal. J'ai du mal à respirer. Mamie est à la maison et ma sœur est sur le chemin du retour vers la maison. Elle revient de sa fête d'amies. «Elle arrive bientôt pour te chanter de belles chansons», me chuchote maman à l'oreille. C'est l'heure.

C'est aujourd'hui, le 28 avril 2013, que j'ai découvert ce qu'était la vie. C'est aujourd'hui que j'ai prononcé mon dernier souffle et déployé mes ailes vers un monde meilleur. Aujourd'hui, je vois les étoiles, les nuages. Je vois mes parents ainsi que ma sœur. Je leur ai fait mes adieux et maintenant je cours de nuage en nuage chantonnant toutes les chansons que ma sœur m'a chantées ces cinq dernières années. Je suis fin prêt à naviguer le ciel digne d'un moussaillon.

Voici donc ce qu'est ma plus belle histoire : celle de mon petit frère.

.....  
**Arielle Jobin,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
de Rawdon (Rawdon),  
CSS des Samares

Enseignante :  
Julie Lachapelle, Syndicat  
de l'enseignement  
du Lanaudière  
.....

# UNE NOUVELLE VIE: ROBERVAL

Bonjour, je m'appelle Houda, je suis mère de trois enfants. Nous sommes fraîchement installés depuis un an à Roberval. Aujourd'hui, je vous parlerai de mon histoire, de ma vie et de mon vécu, depuis mon pays natal qu'est la Tunisie jusqu'à mon pays d'adoption, le Canada.

Je suis née dans une famille modeste. Mon père travaillait pour nous: ma mère, mes deux frères et moi. Bien que je sois une fille, je jouais au football (soccer) avec mes frères, voisins et jeunes de la cité, dans la rue et sur les terrains. J'adorais ces moments, nos petites batailles et nos échanges. Je passais mes journées à l'école qui était loin de la maison. Il n'y avait pas de transport. On devait donc faire le trajet à pied, que ce soit à 40 ou à 10 degrés (c'est notre hiver). Sous le soleil ou sous la pluie, il fallait y aller et réussir. Personnellement, issue d'une famille à revenu très modeste, j'avais le sentiment que je devais faire plus que les autres. Je devais réussir pour récompenser mes parents qui payaient pour moi. Ainsi, je pourrais travailler et leur rendre un peu de ce qu'ils ont sacrifié pour que je puisse aller à l'école.

Toute jeune, j'adorais la lecture. Après mes devoirs, c'était mon moment de détente de m'enfermer dans ma chambre et de lire mes livres. Mon père, remarquant cela, une fois par mois, entraînait me voir avec un nouveau livre. Je ne savais pas à quel point il se sacrifiait pour m'en acheter un. Mes yeux brillaient en le voyant rentrer avec mon cadeau. Je me rappelle que dans ma chambre, j'avais une carte du monde. Dessus, il y avait un dessin d'une pyramide du Mexique. En grandissant, j'ai su que c'est le temple de Kukulcán. J'étais déjà fascinée par la culture des pharaons en Égypte. Je suis donc tombée en amour avec cette photo du Mexique et me suis donné comme objectif d'aller vivre là-bas. Après avoir fini mes études, il fallait trouver du travail, chose impossible dans mon village. Du coup, je devais aller à la capitale (Tunis) qui est à 140 km

de là où je vivais. Mes parents avaient de la misère à accepter mon départ, donc j'y suis allée par étape. Au début, on s'est entendus que je ferais l'aller-retour tous les jours. Puis, après quelques années, j'ai acheté un condo sur place. Entre-temps, je me suis mariée et j'ai eu mes deux premiers enfants qui m'ont suivie dans ma nouvelle vie.

Malheureusement, le train de vie, m'occuper de mes enfants et aider financièrement mes parents m'ont fait oublier ma passion pour la lecture. Une des tâches de mon travail consistait à aider les étudiants spécialisés dans le domaine paramédical à compléter les papiers manquants afin qu'ils puissent déposer une demande de travail à l'étranger. À chaque dossier que je travaillais, je me voyais avec ma petite famille déposant une demande. Ce rêve grandissait en moi jusqu'au moment où j'ai convaincu mon mari de lui chercher un contrat de travail dans son domaine qui est très en demande ici au Canada. Comme à chaque étape de ma vie, ma famille était contre les changements. Pourquoi partir à l'étranger? Ils ne voyaient pas à travers mes yeux, mais les leurs. Et comme à chaque bataille, j'ai réussi à avoir le dernier mot et je les ai convaincus, ainsi que mon mari, que c'était la meilleure solution pour nous.

Puis, arriva le jour où une entreprise de Roberval a accepté le CV et le profil de mon mari. Les choses se sont enchaînées rapidement et nous voilà tous à l'aéroport de Tunis, embrassant la famille comme si c'était notre dernier au revoir. Des moments déchirants pour nous tous, mais au fond de moi, j'étais aux anges. Notre arrivée coïncidait avec la fin des mesures restrictives de la COVID. On a dû passer 14 jours de confinement à Montréal puis enfin, direction Roberval! Bien que nous ayons en Tunisie le français comme langue seconde, il nous a fallu du temps pour nous adapter et arriver à comprendre l'accent québécois... pas encore maîtrisé à 100%! Mon mari avait son travail qui l'attendait, mes enfants, l'école qui pointait à la fin août, et moi je devais me retrouver dans tout cela. Je devais préparer ma première rentrée à l'école, trouver un travail qui m'occuperait et m'aiderait à m'intégrer dans ma nouvelle petite ville.

.....  
**Houda Debbech,**  
*Francisation*

Centre d'éducation des  
adultes L'Envol (Roberval),  
CSS du Pays-des-Bleuets

Enseignant: Jeff Gagnon,  
Syndicat de l'enseignement  
du Pays-des-Bleuets  
.....

Heureusement, les opportunités ne manquaient pas. Ajoutez à cela le bon CV que j'avais, j'ai pu trouver mon premier emploi. L'intégration ne fut pas facile! Les gens, sans le faire méchamment, me regardaient d'un œil bizarre. Je pouvais à certains moments lire leurs pensées. Ils se disaient: « C'est qui cette femme voilée qui est venue s'installer ici et qui s'occupe de nos personnes âgées? » Mais ces questionnements n'ont pas duré longtemps. Juste le temps de me connaître et d'apprécier ma personne et mon travail. J'ai eu l'aide et le soutien de pas mal de personnes ici. Elles m'ont facilité l'intégration et je leur fus ensuite reconnaissante. D'un autre côté, mes enfants se plaisaient à l'école et les notes suivaient. Nous voilà, depuis un an déjà, dans notre nouveau chez nous qu'est cette magnifique ville de Roberval.



MENTION SPÉCIALE

# CENTRE LA CROISÉE

Comme une petite fillette de onze ans  
Mon sac à dos sur mon dos  
Ma boîte à lunch à ma main  
Ma direction, c'est le Centre la Croisée

J'ai hâte d'arriver là-bas  
Je compte mes pas pour ça  
J'oublie ma souffrance  
L'absence de ma famille, ma mère et mes anciens amis

Au sein du Centre la Croisée  
Je suis un nouveau bébé  
Dans une famille pleine d'amour  
Pleine de respect

Avec un beau sourire  
Sur des beaux visages  
Louise et Marie-Josée  
Je commence ma journée

J'oublie ma souffrance  
J'oublie que je suis immigrante  
J'oublie que je suis étrangère

Au sein du Centre la Croisée  
Mes collègues et moi  
On partage des idées, des projets  
Et aussi les cultures de chaque pays  
Avec une seule langue, le français

.....  
**Esseti Noura,**  
*Francisation*

Centre la Croisée  
(Repentigny),  
CSS des Affluents

Enseignante :  
Louise Sourdif, Syndicat  
de l'enseignement  
de la région des Moulins  
.....

Au sein du Centre la Croisée  
Je suis un oiselet  
Je vole dans le ciel du pays  
De toutes les beautés  
Et de la paix

À mon retour à la maison  
Mon mari me demande  
– Mon amour, qu'est-ce que tu as appris aujourd'hui avec  
Louise et Marie-Josée ?  
– Plein de choses et d'expressions québécoises aussi

Il me regarde en souriant  
– Parfait, excellent  
J'oublie la distance  
J'oublie l'absence  
J'oublie la souffrance

## LE MUR

C'était une belle journée d'été. Igor venait de terminer sa journée de travail à l'usine. Comme à l'habitude, il allait au parc pour rejoindre sa douce Olga. Ensemble, ils nourrissaient les pigeons, discutaient d'un sujet à l'autre et, surtout, ils s'aimaient. Ils profitaient tout simplement de la vie. Le soleil brillait, les enfants jouaient dans les modules, alors que, plus loin, les parents criaient de faire attention pour ne pas se faire mal. On pouvait facilement lire la joie et le bien-être sur le visage de chacun. Après tout, même si plusieurs cachaient leurs cicatrices intérieures, cela faisait maintenant seize ans que la Grande Guerre était terminée.

Plus tard dans la journée, après leur petite escapade, Igor et Olga se rendirent chez Igor dans l'est de Berlin. En entrant dans le hall du bloc appartements, on entendait les familles rire. Malgré l'odeur du tabac, l'immeuble était très propre, et il y planait une atmosphère de paix.

Igor entra en premier dans son appartement, suivi de son amoureuse. Il tira ses clefs sur le comptoir, ouvrit la radio et s'assit sur le canapé pour écouter son émission préférée. L'animateur parlait de politique et des tensions qui régnaient entre les Occidentaux et l'Union Soviétique. À cette époque, les Soviétiques souhaitaient que les Occidentaux abandonnent l'ancienne capitale du Reich.

Pendant ce temps, Olga préparait le souper. Igor se leva et prit un album photos. Il se rappela alors ce temps où lui et ses compagnons de l'Armée rouge avaient permis de chasser les nazis de Berlin et ainsi libérer la capitale allemande. Il était très fier de ses accomplissements. Malgré un sentiment de peine qui l'envahissait lorsqu'il tombait sur des images d'anciens camarades morts pour la mère patrie ou qu'il voyait des images qui témoignaient la destruction, le chaos, la peur, la mort, ainsi que toutes les autres horreurs dont il avait été témoin, Igor était heureux, car Olga était là pour lui. Ensemble, ils étaient heureux.

À la fin de la soirée, il reconduisit sa douce chez elle, dans l'ouest de la capitale allemande. Dehors, le temps était calme. Ils marchèrent tranquillement en discutant. Elle est si belle sa Olga, se disait-il en la fixant tendrement. Il prit ses mains délicates avec les siennes beaucoup plus rudes et se pencha un peu pour l'embrasser. Après quelques moments de tendresse, elle prit la direction de son appartement. En la regardant entrer chez elle, il se dit qu'elle était la femme de sa vie et qu'il devrait accepter la demande qu'elle lui a faite, soit de venir habiter avec elle.

Cette nuit-là, Igor dormait paisiblement quand un vacarme incroyable se fit entendre. Il tendit l'oreille, mais n'entendant aucun bruit d'artillerie ni de rafale de balles pour lui, il se dit qu'il n'y avait aucune raison de s'alarmer et s'endormit à nouveau.

À son réveil, après avoir déjeuné et s'être lavé, il entreprit de se rendre à son poste de travail dans cette vieille usine située dans l'ouest. En tournant le coin au bout de la rue, la cigarette qu'il avait au bec tomba par terre. Il n'en revenait tout simplement pas... Un immense mur de fils barbelés l'empêchait de continuer sa route. Mais qu'est-ce que ça fait là ?, se dit-il. Il devait bien y avoir un passage quelque part qui lui permettrait de se rendre au boulot.

.....  
**Marc-Antoine,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
de Portneuf (Donnacona),  
CSS de Portneuf

Enseignante :  
Maude Proulx, Syndicat  
de l'enseignement  
de Portneuf  
.....

Après avoir marché plusieurs kilomètres, il finit par tomber sur un point de passage. Sur place, des soldats armés ainsi que des gardes-frontières inspectaient méticuleusement chaque voiture et interrogeaient chaque personne souhaitant traverser à l'ouest. Il se dirigea vers l'un d'eux et tenta d'obtenir les réponses à ses questions. En commençant par la plus logique, il demanda pourquoi une telle chose avait été érigée, comme si ce simple soldat était derrière toute cette histoire. Le jeune soldat lui répondit mécaniquement que la situation d'émigration croissante de fugitifs vers l'ouest rendait nécessaire le bouclage du secteur d'occupation soviétique... Ce plan qui était plutôt prévu pour dans deux semaines.

D'un geste de bras, il tassa le jeune homme et se mit en marche vers l'ouest pour rejoindre sa Olga. Une ruée d'hommes lui sauta dessus afin de l'en empêcher. « Mais voyons, que faites-vous? », cria-t-il. « Je dois rejoindre ma femme et aller au travail! » On lui expliqua que, dès maintenant, et cela, sans préavis, n'était plus possible. Cela s'appliquait à toutes les personnes vivant à l'est. Igor hurla de toutes ses forces une symphonie d'insultes à l'égard des dirigeants. Un policier lui imposa d'arrêter sous peine de finir en prison.

Assis sur le même banc où ils avaient l'habitude de venir s'asseoir pour nourrir les oiseaux, Igor se posait plusieurs questions. Après tout ce qu'il avait fait pour son pays, voilà comment on le remerciait. Il s'était battu au risque de perdre la vie pour la liberté, pour mettre fin à l'oppression et à toutes les injustices, pour finalement être enclavé, sans emploi et, pire encore, sans sa Olga. Il regretta amèrement d'avoir pris la décision de rester à l'est. Il aurait dû la suivre. En regardant autour de lui, il vit qu'il n'était pas le seul malheureux. La rage, la haine et la tristesse pouvaient se voir dans tous les regards autour de lui. La tristesse l'envahit, il se mit à pleurer...

# MA VIE

## CAUCHEMARDESQUE

Selon moi, on a tous eu des vies différentes. La mienne a été cauchemardesque. Voici mon histoire.

Je m'appelle Aminata Lankoandé, je suis née en février 1990 dans un petit village appelé Gayérie à l'est du Burkina Faso. Je viens d'une famille très nombreuse de huit enfants: mes cinq frères, Mustapha, Jibril, Mohamed, Ali, Omar et mes deux sœurs, Salima et Samira. Ma mère se nomme Mamou et mon père Hilal. J'ai été élevée très sévèrement parce que, dans notre famille, la femme n'avait pas son mot à dire. Tout était décidé par le chef de la famille, ce qui veut dire mon père. Ma mère ne pouvait prendre aucune décision sans son autorisation. Quant à nous, les filles, c'était pareil, on ne pouvait rien sans l'autorisation de notre père et quand on sortait hors de la maison, on devait suivre les ordres de nos frères. Pour mon père, la femme n'est rien, elle est juste faite pour être mariée, accoucher et s'occuper de sa famille.

Dans la culture africaine, on a plusieurs traditions que je considère comme inutiles aujourd'hui parce que ça m'a détruit la vie. En 2003, j'ai été excisée. L'excision est, dans son sens le plus général, l'ablation d'une partie de tissu biologique. Le terme est plus communément utilisé pour désigner les ablations du clitoris ou des petites lèvres. C'est l'une des formes de mutilations génitales féminines. L'excision n'a aucun avantage pour la femme, mais plein d'inconvénients. Elle peut causer de graves hémorragies et des problèmes urinaires, et par la suite des kystes, des infections et des complications au moment de l'accouchement. C'était le début de mon enfer, j'avais tellement mal au plus profond de moi. J'ai tellement saigné ce jour-là que ma mère a eu vraiment peur de me perdre. Mais mon père s'en foutait, il m'a juste traitée de fille faible.

Un an après mon excision, mon père a décidé de me donner en mariage. Après avoir subi l'excision qui était pour moi un enfer, mon père me donnait en mariage à son ami qui me dépassait en âge. Il y avait 19 ans de différence d'âge entre mon futur mari et moi. Ma mère a essayé de le persuader que ce n'était pas une bonne idée, mais mon père ne l'écoutait pas. Il pensait juste à la dot que son ami allait lui verser pour mon mariage. J'ai été dans l'obligation d'accepter le mariage parce que je n'avais pas vraiment le choix. Je me suis mariée quelques semaines après l'annonce.

Deux ans après mon mariage, j'ai mis au monde mon premier enfant à l'âge de 16 ans. Je n'étais qu'une enfant moi-même, donc c'était tellement difficile de m'occuper d'un nouveau-né. Mon mari ne m'aidait pas du tout. Il avait la même philosophie que mon père, la femme est faite pour enfanter, s'occuper de sa famille et rien d'autre. En un clin d'œil, deux ans venaient de s'écouler et j'étais sur le point de donner encore naissance à mon deuxième enfant. J'ai donné naissance à une magnifique petite fille à 19 ans, je me sentais moins seule maintenant que j'avais accouché d'une fille. Mais mon mari n'était pas du même avis que moi, il voulait un autre garçon. Ça n'a pas tardé, il m'a mise enceinte encore et j'ai mis au monde un garçon, mon mari était aux anges. Il s'était mis dans la tête que je pouvais lui donner un autre garçon et en un rien de temps, j'étais de nouveau enceinte, alors que mon dernier garçon n'avait que un an. Avec le stress, le manque de respect, de considération, j'ai perdu la grossesse à trois mois. Au lieu de me supporter dans ces moments difficiles, mon mari ne faisait que me dénigrer, me rabaisser, il m'en voulait beaucoup parce qu'il se disait que c'était moi qui avais tout fait pour perdre la grossesse. Je ne supportais plus son comportement, je suis tombée en dépression, je ne mangeais plus, et je maigrissais beaucoup. Mais mon mari se foutait carrément de mon sort, même si je venais à mourir, il pouvait se remarier sans problème.

Après 10 longues années de souffrance, j'ai décidé de tenir tête à mon mari et mon père parce que ma vie en dépendait et celle de mes enfants aussi. Je n'allais pas rester là et voir ma fille suivre le même chemin que moi. Il fallait que je fasse quelque chose.

Comme si Dieu avait entendu mes prières, des membres du Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF) étaient venus dans notre village pour une campagne de sensibilisation contre l'excision et le mariage forcé des enfants. Je leur ai raconté mon histoire et je leur ai dit que je n'aimerais pas voir mon enfant vivre la même vie que moi. J'ai sollicité leur aide et ils m'ont aidée. Trois semaines plus tard, ils sont revenus avec une mini-fourgonnette et m'ont aidée à ramasser mes enfants et toutes mes affaires, mon mari n'était pas là. J'ai fui comme une voleuse avec mes enfants, puisqu'avec l'enfer que je vivais avec eux, j'étais prête à tout pour leur donner un meilleur avenir. J'avais peur de la réaction de mon mari et de mon père. On est allé à Ouagadougou, la capitale du Burkina Faso où j'ai vécu pendant deux ans par peur que mon mari me retrouve. Deux ans après, on a voyagé en Belgique grâce à l'UNICEF. Ici, en Belgique, mes enfants auraient un meilleur avenir.

Ça fait cinq ans que je vis en Belgique et travaille pour l'UNICEF pour défendre les enfants qui ont vécu la même situation que moi.

.....  
**Adissa Manli,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale aux adultes  
Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CSS des Chênes

Enseignant:  
Hugues Beaulieu, Syndicat  
de l'enseignement de la  
région de Drummondville  
.....

## DE 0 À 200 KM/H

50

Je suis l'homme que tout le monde peut voir. J'irais jusqu'à te demander de fermer les yeux... Oui, mais non, ne ferme pas les yeux. Sinon tu ne pourras pas lire, ha! Ha! Mais imagines-toi un homme fade qui n'a rien de spécial, la même coupe de cheveux et les mêmes vêtements que des millions d'autres ont portés avant moi, surtout aujourd'hui.

J'aimerais bien te dire de ne pas me répondre si tu lis mon texto, cela ne servira à rien, car plus jamais je ne pourrai te répondre (je n'aurai pas de réseau où je pars).

## 70

Tu connais déjà mon histoire. Mais je vais te la raconter comme je l'ai fait des centaines de fois. Mais cette fois-ci, il est temps pour moi de passer à autre chose. La page est déjà trempée de mes larmes. Il est le temps pour moi d'enfin la tourner.

## 90

Sache que je tourne en rond dans ma chambre. Peu importe le nombre de pas que je fais, ton odeur continue de me suivre ou bien c'est moi qui la suis. Comme je suis les phosphènes de ton sourire. J'aimerais bien te dire que ma vie est digne des plus beaux récits. Mais la réalité est beaucoup plus sombre. Je vis dans les limbes, du plus profond de cette profondeur abyssale. Les seules lueurs de soleil qui viennent réchauffer les cicatrices que tu m'as laissées proviennent de l'alcool. Plus je bois, plus je suis heureux.

## 120

Il y a déjà 1 mois, 8 jours et 13 heures que tu m'as quitté. Tu le sais tout comme moi que c'est pathétique de compter les heures, mais je ne fais que ça les compter... Je suis insomniaque, je passe mes nuits à compter et à espérer avoir un texto de ta part me disant que tu regrettes. Ça peut paraître fou, car tu brisas l'entièreté de mon être avec tes deux mots : « je casse ». Depuis 1 mois, 8 jours et 14 heures, je me reconstruis de peine et de misère. Alors qu'aucun de nos problèmes n'étaient insurmontables. Je me souviens de chaque détail, de chaque chicane que nous avons eue.

## 150

Le temps passait. Je me suis dit que j'allais te faire tomber encore plus en amour avec moi en te faisant rire... Quelle belle erreur, car chacun de tes rires, chacun de tes sourires, me faisait tomber encore plus en amour avec toi! Wow, jamais je n'ai vécu une sensation de la sorte. Je pouvais passer mes journées à te regarder, à me perdre dans tes yeux, à chercher ce que tu pouvais voir en moi de si spécial. J'adorais la façon dont tu te plaignais de ton travail. En fait, je t'aurais écoutée me



dire n'importe quoi. Tu aurais pu juste me parler en onomatopées et je serais resté pendu à tes lèvres. Wow! Je ne saurais pas comment décrire tes baisers, le temps a cessé sa course. Ta beauté infernale aurait fait pâlir le soleil. Tu es tellement chaude, juste te regarder me donnait des coups de soleil. Sors de mes pensées, ma beauté rayonnante.

### 170

J'ai trouvé le chemin vers le paradis dans tes vergetures. Baiser une autre, ça ne compense pas. Tu me manques, c'est fou: tes cheveux sur mon plancher, tes bas sales qui traînent dans le coin de ma chambre, tes foutus élastiques éparpillés partout, la forme de ton corps... Ta peau sous mes doigts me manque. Tout me manque. Tu me manques tout court.

### 200

Mon cœur ne sait qu'être sincère et il me dit de tout sacrifier pour te reconquérir... Mais en réalité, tu étais tout ce que j'avais. Je vendrais mon âme pour te ravoir, je n'aurais qu'à prier l'astre du matin pour lui demander de te ramener à moi. Je souffre tellement. Je vois flou, mes yeux sont remplis de larmes, je perds la ligne de vue.

### 0

Mes dernières pensées sont pour toi,  
celle qui m'a arraché ma raison.  
Les dernières paroles que j'entends...  
« Lâche pas... ferme pas les yeux... tu vas survivre... »  
Je vois à peine l'ambulancier. Il me regarde,  
mais ne voit pas que c'est la fin.  
Mes yeux se ferment sereinement,  
mon souffle s'essouffle.  
Dernière bouffée d'air...

.....  
**Samuel Biron,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes des Sommets  
(Magog), CSS des  
Sommets

Enseignante:  
Catherine Frappier,  
Syndicat de l'enseignement  
de l'Estrie  
.....

# LETTRE À MA MÈRE

Québec, le 2 novembre 2022

Maman,

J'espère que vous allez tous bien, mes petites sœurs, mon frère et toi. Depuis un an que je vous ai quittés, je n'arrive pas à me passer de vous. Je t'écris pour vous dire que mes grands garçons (Faouzi, Hassan) et moi, nous nous ennuyons beaucoup de vous. J'aimerais aussi te raconter notre arrivée au Canada, notre intégration et mes engagements.

Je vais commencer par notre voyage. Comme tu t'en souviens, il y a bientôt un an, le 10 novembre 2021, nous avons pris l'avion à l'aéroport international de Douala. Après plusieurs heures d'attente, nous sommes montés dans l'avion. J'étais impressionnée par son immensité et je pensais nerveusement à ce qu'on me disait du décollage, car c'était la première fois que je prenais l'avion.

Lors du départ, l'altitude, les bruits et tremblements de l'avion m'ont troublée. Et pendant le vol, que dire des turbulences! J'en tremblais de nervosité. Contrairement à moi, Faouzi était très excité par le décollage. Il avait même hâte! Nous avons pris l'altitude de croisière et le vol s'est poursuivi. À l'intérieur de l'avion, les hôtesses étaient très bienveillantes. Elles nous ont servi des repas auxquels nous n'étions pas habitués, les enfants et moi, mais nous étions obligés de manger parce qu'on n'avait rien d'autre que cela. Pendant le vol, Hassan, lui, était tanné (comme on dit au Québec!) d'être sur mes genoux, alors il s'est promené et a fait ses premiers pas dans l'avion! Après environ deux heures, nous avons fait une première escale à Addis-Abeba. Avec des Camerounaises que j'ai rencontrées pendant le vol, les enfants et moi, nous nous sommes dirigés vers le second avion qui allait à Toronto. Nous avons volé toute la nuit. Les garçons étaient sages et ils ont dormi pendant pratiquement tout ce temps. Enfin, nous sommes arrivés à l'aéroport de Toronto vers 10 h du matin, heure locale.

Dans cette ville, les gens ne parlaient que l'anglais et c'était un peu complexe pour moi. J'ai mis beaucoup de temps là-bas pour terminer notre procédure d'immigration. Et après, nous sommes allés prendre un autre vol pour Montréal. Après l'atterrissage, j'ai laissé les enfants dans un coin d'attente pour aller chercher nos bagages, comme on le fait chez nous au Cameroun. Après avoir récupéré les valises, j'ai voulu retourner chercher Hassan et Faouzi. Cependant, des agents de la douane m'ont demandé pourquoi je retournais dans la zone d'arrivée. J'ai répondu : « Je vais retrouver mes enfants, je les ai laissés tout seuls en haut. » Ils sont allés chercher les enfants à ma place, ils ont pris nos passeports et m'ont fait comprendre qu'ils allaient appeler un organisme qui protège les enfants. J'étais en infraction, parce que je n'avais pas le droit de laisser les garçons sans surveillance. J'étais tellement frustrée de les entendre dire qu'ils allaient m'enlever les enfants ! Même si je leur disais que je ne savais pas, ça ne changeait rien pour eux. Heureusement pour moi, mon mari est arrivé et a donné des explications. Lui, il était là depuis 5 ans, donc il savait comment rassurer les policiers. Ils ont compris que je ne connaissais pas les lois canadiennes, car je venais d'arriver, et nous ont remis les enfants. Mais, Maman, à ce moment-là, j'ai eu peur au point de pleurer.

Ensuite, nous avons passé la nuit chez mon beau-frère, tonton Karim. Et le lendemain, nous avons pris la route pour la ville de Québec, où je vis présentement. Trois jours après notre arrivée à Québec, il y a eu les premières neiges et une température de -5 degrés Celsius, alors que chez vous, au même moment, il faisait 35 degrés ! Au début, je ne pouvais pas supporter le froid. Je suis restée dans la maison pendant tout l'hiver et je m'ennuyais des températures du Cameroun.

Par contre, ici à Québec, les gens sont très accueillants, respectueux, polis et toujours prêts à aider les autres. C'est très facile d'obtenir de l'information et des services ici, raison pour laquelle je me suis vite intégrée à la communauté. Et, maintenant, je me sens très bien ! Je peux faire mon épicerie et me déplacer en autobus

.....  
**Leila Ndam Rabil,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation des  
adultes des Découvreurs  
– Le Phénix (Québec),  
CSS des Découvreurs

Enseignante: Sarah Lavoie,  
Syndicat de l'enseignement  
des Deux Rives  
.....

toute seule. Je n'ai plus peur de l'hiver et je connais même plusieurs mots québécois. En plus, dernièrement, je suis rentrée à l'école des adultes.

Tu ne seras donc pas surprise, ma chère maman, si un jour tu entends que je suis devenue éducatrice spécialisée à la petite enfance, car je suis vraiment déterminée. Et, après, je pourrais revenir vous rendre visite au Cameroun.

Embrasse bien mes sœurs et mon frère de ma part. Je pense à vous!

## CINQ CENTS MAUX

Il faut que j'écrive cinq cents mots.

- Ah oui? Et pourquoi donc?
- À cause du concours, voyons!
- Le concours? Quel concours?
- Ma plus belle histoire, celui dont notre professeur nous a parlé.
- Oui! Maintenant que tu m'en parles, je m'en souviens! Auras-tu le temps de les écrire, ces cinq cents mots?
- Je l'ignore, je ne sais même pas par quel mot commencer. On dirait que tous les mots me causent des maux de tête!
- Ça veut dire que tu auras cinq cents maux avant d'en avoir fini avec ces cinq cents maudits mots!
- Sûrement! En plus, mes maux de tête me font perdre les mots dans ma tête, avec lesquels j'aurais pu commencer mon texte!
- Pourquoi ne commencerais-tu pas avec le mot « mot »?

- « Mot » ? Ce n'est pas un bon mot pour commencer une phrase, et encore moins un texte de cinq cents mots ! Il faudrait, avant, que j'écrive au moins deux ou trois autres mots, au bas mot.
- Désolé ! Je ne savais pas que « mot » était mauvais. J'essayais seulement de te motiver à trouver ton premier mot. Te reste-t-il au moins quelques mots en tête ?
- Bien sûr ! Après quelques maux, j'ai pensé à environ deux cents mots jusqu'à maintenant ! Mais ils semblent tous mauvais pour débiter un texte.
- Deux cents mots ? C'est vraiment excellent ! Tu as déjà en tête presque la moitié du texte que tu dois écrire !
- En effet, tu as raison. Par contre, j'ai aussi la moitié de celui-ci à trouver pour pouvoir terminer, et je n'ai toujours pas d'idées pour le début.
- J'avoue que trouver le début d'un texte, c'est le plus difficile. Surtout un texte de cinq cents mots. Il y a de quoi passer un mauvais moment. Je suis content de ne pas avoir à écrire un tel texte, je serais rapidement tombé à court d'idées. J'aurais peut-être trouvé un peu plus de trois cents mots, mais pas plus ! En tout cas, sûrement pas cinq cents.
- Je les devine, tes trois cents mots. Ils sont sûrement mauvais.
- Et bien alors, si ces trois cents maudits mots-ci sont si mauvais, je te laisse ici trouver tout seul tes cinq cents mots. Si tu les trouves malgré tes maux.
- Ne te fâche pas ! Ce n'est pas que ces trois cents mots-ci soient si mauvais, au fond, c'est seulement que si je prends tes mots, il m'en manque toujours et je ne suis pas plus avancé ! Aussi, je crois bien que je tiens le début de mon texte.
- Ah oui ? quel est ce début ?
- « Il faut ».
- « Il faut » ???

.....  
**Steve,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
générale des adultes,  
CSS des  
Hautes-Laurentides

Enseignante : Josée Locas,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières  
.....

- Oui! C'est un bon début ça, « il faut ». Ça crée un suspense. Ça annonce une suite. Ça suscite des interrogations.
- D'accord... Et ensuite?
- Ensuite, j'écris le sujet du texte : l'histoire.
- Laquelle?
- Celle de quelqu'un qui doit écrire un texte.
- Et avec tout ça, tu as tes cinq cents mots?
- Oui, facilement.

## RÊVER GRAND TRAVAILLER DUR

Je suis une fille afghane qui a grandi avec de nombreux rêves. La fille, qui vient toujours avec un petit cœur et de grands rêves, ne savait pas si la vie se vengerait d'elle. Bref, depuis que j'ai grandi et appris à manger, à marcher, à parler et à connaître ma main gauche et ma droite, j'ai vu les difficultés de la vie, car j'ai vécu dans un pays déchiré par la guerre. On ne savait pas si on était pour être en vie ou pas le lendemain parce qu'il y avait toujours des attentats-suicides sur les routes et que des centaines de personnes mouraient chaque jour. Cette situation était sans fin.

Je vivais dans une petite maison avec ma famille, et la seule chose à laquelle j'avais le droit était de regarder la télévision. Donc, je la regardais toujours et je me disais que j'aimerais pouvoir aller à l'école comme les gens normaux que je voyais à l'écran et pouvoir sortir de la maison. Malgré ce souhait, chaque jour qui passait était pire que le précédent. La situation dans la ville était

chaotique et, chaque jour, on m'annonçait la mauvaise nouvelle de la mort d'un de mes proches. Pourtant, je continuais à rêver que tout irait bien un jour.

Des mois et des années sont passés, mais il n'y a eu aucun changement dans ma vie et je n'ai pas obtenu ce que je voulais. Alors que j'avais toujours un grand espoir que mon père réussisse à trouver une solution afin que nous puissions étudier, ses démarches ne donnaient aucun résultat. Pour tout dire, dix autres années de ma vie se sont passées à la maison et je ne pouvais rien faire.

Quelques années plus tard, la situation est devenue très mauvaise et la guerre dans mon pays s'est beaucoup amplifiée. Nous avons été forcés de fuir notre pays avec tous nos souvenirs et d'immigrer au Pakistan. La vie au Pakistan était encore plus difficile, car personne dans ma famille n'avait de travail et les écoles demandaient beaucoup d'argent. Je ne pouvais donc pas aller à l'école là-bas non plus. Pourtant, on a passé deux ans au Pakistan dans une chaleur d'enfer. « Aoutch ! » Mais... je suis toujours en vie.

Puis, la sœur de mon père nous a aidés à immigrer au Canada à la fin de 2020. Nous avons commencé une nouvelle vie avec de nouvelles personnes et un très bel environnement plein d'amour, de pureté et de sécurité. Enfin! Après quinze ans, mon grand souhait s'est réalisé. Quand je suis entrée pour la première fois à l'école, tout était agréable pour moi. Cependant, je ne comprenais pas la langue parlée par les gens. Je me disais avec bonheur: « T'es capable Sadaf! ». Je n'ai jamais abandonné. Autrement dit, là où il y a la volonté, il y a un moyen. Avec le temps, tout s'est amélioré. J'ai appris le français, j'ai rencontré différentes personnes de différentes cultures, j'ai trouvé un bon travail et j'ai, petit à petit, transformé mon rêve en réalité.

La morale de mon histoire est de ne jamais abandonner devant les problèmes de la vie et de toujours suivre ses objectifs pour se construire une bonne vie!

Ce n'est pas parce que c'est pénible que c'est impossible. Tu peux le faire, aie confiance en toi!

.....  
**Sadaf Merzai,**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre La Relance  
(Saint-Jean-sur-Richelieu),  
CSS des Hautes-Rivières

Enseignante:  
Valérie Nadeau Millette,  
Syndicat de l'enseignement  
du Haut-Richelieu  
.....

# LETTRE À MON PROFANATEUR

C'était une belle journée d'automne pleine de couleurs vives, je marchais dehors, le soleil plombait sur mon visage. J'étais envahie par de grandes bouffées d'air frais, d'un sentiment de liberté et d'une grande forme synonyme de belle journée en vue...

Je sens encore ton souffle percuter mon encolure, ces mots turpides que tu criais dans mon canal auditif, qui attentaient à ma dignité. J'aurais voulu quitter mon corps pour ne pas avoir à subir ça. Je me débattais, tu m'as poignardée au bras gauche à deux reprises. Je suis tombée dans un état d'euthanasie temporaire. Quand tu as terminé ta basse besogne, tu m'as laissé pour morte. À ce moment-là, oui peut-être, j'aurais préféré être un cadavre. Non sans mon consentement est un adage dont tu te fichais complètement. Cette journée-là, tu as flanché aux pulsions primitives qui t'habitaient. J'étais infestée d'émotions diverses. J'étais impuissante, dégoûtée et déroutée. C'est à cet instant même que tu m'as brisée, laissant des marques psychologiques profondes. Des traumas insurmontables qui paraissaient comme d'énormes amoncellements. Même en ne voulant pas y penser, la mémoire olfactive du métal persiste encore. Mon monde, ma vie, ma perception de l'être humain, plus rien ne serait comme avant. Sache que tu m'as détruite.

Comme après chaque guerre, tu as fait beaucoup de dégâts. Comme après chaque guerre, le champ de bataille est laissé à l'abandon. Il est vulnérable aux pilliers de morts qui profitent de la situation. Ce jour maudit m'a anéantie, tes actes ignobles aussi. J'ai survécu, vacillant à travers les vautours, ces maraudeurs assoiffés de femmes sensibles à l'esprit torturé.



C'est seulement après 15 ans d'amertume que je prends conscience que ce qui m'avait grugée par en-dedans durant tant d'années, ce qui m'avait laissée dans un état d'interaction léthal envers les autres, ce qui m'avait stoppée dans mon évolution deviendra ma force, mon ancre de puissance. Je me relève les manches, prête à affronter mes démons. Ma personne et mon potentiel lanternaient en moi et attendaient cette étincelle qui me donne le goût de me battre. Me battre contre tout ceci. Je comprends que mes blessures d'hier sont mes combats de tous les jours et surtout mes forces de demain.

Rien n'arrive pour rien ! Je vois la lumière au bout du tunnel. Je n'hésiterai jamais à tenir la main de quiconque aura besoin de soutien durant ce processus. Vous n'êtes pas seul. Laissez cette force belliciste s'épanouir...

.....  
**Isabelle Brochu  
Levesque,**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre de formation  
générale aux adultes  
Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CSS des Chênes

Enseignante :  
Catherine Lacroix, Syndicat  
de l'enseignement de la  
région de Drummondville  
.....

## LES SAISONS

Le souffle du vent bouscule les arbres,  
Quelquefois brise les branches,  
Mais la vie y reste.

Elle ne se termine pas à cet instant  
Où toutes ces feuilles et toutes ces branches  
Cèdent sous la pression du vent.

Elle continue dans le froid glacial  
D'un hiver sans pitié  
Où seuls les arbres restent debout  
Pour montrer leur force.

Finalement, la chaleur nous revient  
Avec un chaud vent du printemps suivi du doux soleil  
Amené par l'été qui nous reconforte  
Et nous fait prendre conscience  
Que tout est toujours parfait.

.....  
**Marilyne Maisonneuve,**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre La Relance  
(Saint-Jean-sur-Richelieu),  
CSS des Hautes-Rivières

Enseignante :  
Stéphanie Guérin,  
Syndicat de l'enseignement  
du Haut-Richelieu  
.....

Malgré les désagréments des saisons,  
La présence des torrents des rivières qui se déchaînent,  
Quand l'on voit le vent déplacer les montagnes  
Quand les arbres et sapins restent debout  
Au mépris des vents et tornades.

Nous n'avons qu'une seule pensée  
Qui peut nous traverser l'esprit

Garder espoir!

# LE DERNIER LIT DU HAUT

Un autobus dégingandé jaune et rouille, ayant à son bord une meute d'hommes au sourire lointain, se figea devant un rideau de sapins verts d'où émergeait, à travers les branches, un camp de bûcherons. Jean-Claude, adolescent de longue date que l'école avait délaissé, avait lui aussi mis les pieds dans les pas de son père.

Au premier abord, on aurait pu confondre ces baraquements aux maisons longues des indiens d'Amérique d'antan. Un peu en retrait, camouflé dans un bosquet qui le protégeait des rages du vent, le dortoir, lieu le moins bruyant où les scies à chaîne se sentaient gênées d'ouvrir la bouche, amenait un peu de paix dans ces journées assourdissantes.

Pas très loin, poussant son haleine de cheval, l'écurie abritait des chevaux aussi miséreux que leurs maîtres. Peint de sueur et de grisaille, ce campement avait été bâti à la hâte, aux premiers frissons de l'automne, d'arbres non écorcés qui se trouvaient à portée de bras. Un tuyau, toussant été comme hiver, dépassait de quelques pieds le faite du camp, vacillant face au vent du Nord, maître de toutes les saisons. Un toit, vêtu de papier noir rempli de blessures grandes ouvertes, tentait de retenir ses pansements qui se débattaient sous une brise d'été. Cette toiture, trop squelettique pour supporter l'obésité des hivers, devait être pelletée régulièrement aux temps des grandes neiges, de peur qu'elle ne courbe l'échine.

Jouxtée à son voisin, jumelle identique par son allure extérieure, la *cookerie*, lieu préféré des travailleurs, abritait un poêle de fonte à huit ronds où se consumait un feu éternel. D'énormes tables de bois brut avec bancs assortis et des portes d'armoire faites de rideaux tissés de

fleurs amenaient un peu de gaieté dans cette atmosphère de misère. Les fenêtres, aux carreaux douteux, n'ayant pour toiles que celles d'araignées, tamisaient un peu le soleil toujours assoiffé au creux de ces forêts où les arbres, plus longs que le plus long des hivers, donnaient peu de chance au vent de se vanter.

Aux périodes les plus cuisantes de l'été, les brûlots insomniaques ne laissaient leurs proies qu'à demi vidées de sang, aussitôt remplacés par d'autres encore plus vaillants qu'eux. Cette existence, peu enviable, était pourtant l'apanage de nombreux pères de famille qui traînaient derrière eux une tralée d'enfants de plus en plus demandants.

Jean-Claude sortit de l'autobus en ruine et mit pied à terre le premier. Il n'entra pas tout de suite dans le camp, préférant se laisser décanter près d'un arbre mort. Perché au-dessus de sa tête et sans aucun respect pour ces bûcheurs, un pic-bois enflammé picochait son repas réchauffé par un soleil qui refusait de se coucher par une si belle journée.

Une horde d'hommes armés de scies et de haches prirent d'assaut le camp afin de choisir la meilleure couchette. Mais la plupart des lits du bas, les plus en demande, portaient déjà l'empreinte des premiers occupants arrivés plus tôt à la fonte des neiges. Alourdi par les heures de veilles qui ont précédé un départ quelque peu arrosé, Jean-Claude tenta quelques rêves continuellement entrecoupés par le pic-bois en pleine forme. Finalement las de ce manège, il s'arracha de son siège et traîna ses godasses vers le camp.

De la porte grande ouverte, une odeur presque vivante d'hommes allergiques au savon lui brûla les narines, lui amenant le cœur au bord des lèvres. Sitôt entré, Jean-Claude s'enligna vers le dernier lit du haut que tous avaient boudé, un lit au ventre creux cerné d'amours imaginaires, où sommeillaient les petites joies et les grandes peines, mais surtout un oreiller emplumé d'un éternel ennui. De place en place, au-dessus des grabats où baillaient des bûcherons plus âgés, usés par une vie de forçat, pendaient un crucifix et quelques images saintes débordantes de prières en attente d'être exaucées.

Au mur du lit voisin, les occupants dans la fleur de l'âge, avaient remplacé les saints par ceux de la plantureuse Marilyn Monroe, pâlis par de nombreux coups d'œil surnois. Dans la solitude des bois et les secrets de la nuit, elle servait de maîtresse aux plus frileux.

Sur la paillasse du bas, un homme, au visage taillé à la hache qui lui donnait un air de dur à cuire, se roulait une cigarette soufflant par terre les miettes de tabac séchées qui s'égrenaient sur ses draps blanc-gris qui avaient déjà vu neiger. Dans un nuage de fumée et au grand étonnement de Jean-Claude, une voix claire presque féminine sortit de cet ogre aux dents chevalines. À moitié rassuré, Jean-Claude demeura sur ses gardes. La crainte de dormir si près d'un renégat comme au dernier camp l'avait rendu farouche. Ce bûcheron, à la peau cuivrée, leva la tête vers Jean-Claude :

– Si tu t'leuves pour aller pisser la nuitte, tu f'ras attention. Y manque une marche au milieu de l'échelle.

Jean-Claude, les yeux accrochés au mur, répondit timidement :

– Merci de m'avertir !

Finalement, là où il le pouvait, il déposa sa valise qui, de par son état, avait souvent transporté la misère. Elle lui avait été offerte par son oncle comme un cadeau empoisonné. Aux endroits les plus achalandés du camp, le plancher de bois mou laissait poindre des têtes de nœuds blessant au passage les imprudents en pieds de bas. En ouvrant ses bagages, quelques copeaux de civilisation lui montèrent aux yeux aussitôt aspirés par son orgueil.

Appelant le souper, la voix aiguisée du *show boy* se fraya un chemin à travers le brouhaha des nouveaux arrivants et des vieux sages qui avaient déjà pris place aux tables de la cuisine. Une platée de bines les attendait comme pour donner au camp une odeur encore plus soutenue. Le repas engouffré muettement, on regagna le dortoir où quelques hommes à demi agenouillés marmonnaient des prières sans paroles distinctes espérant assoupir leur pensée. Sur les dernières foulées du jour, alors que la fatigue se glissait dans les lits, les fanaux épuisés s'endormirent, laissant aveugles des voix traînardes assises sur le bord de leur paillasse.

.....  
**Régis Crousset,**  
*Insertion sociale*

Centre d'éducation  
des adultes de Matane  
(Matane), CSS des  
Monts-et-Marées

Enseignante :  
Mélanie Gagné, Syndicat  
de l'enseignement  
de la région de la Mitis  
.....

# M<sup>me</sup> PERRUCHE

Je suis vraiment TROP contente, la résidence où je demeure m'a donné la permission d'avoir une petite perruche pour me tenir compagnie dans ma chambre. Une amie m'a offert une belle cage en cadeau, ce qui m'a permis de bien préparer l'arrivée de ma nouvelle colocataire. Je lui ai mis de la nourriture, un petit abreuvoir, du gravier, des jouets et des petits copeaux de maïs qui lui servent de litière.

À l'animalerie, je me dirige directement à l'endroit où sont les perruches. Le choix n'est pas facile, il y en a plusieurs qui attirent mon attention. Mon choix s'arrête finalement sur celle qui m'apparaît la plus calme et la plus tranquille du groupe. Sa tête est blanche, son dos passe du gris au blanc et son ventre est d'un beau bleu-mauve. On peut dire qu'elle est vraiment unique en son genre !

Arrivée à ma chambre, la coquine ne veut pas sortir de sa boîte. J'essaie de la prendre tout doucement avec ma main, ce qu'elle n'apprécie pas du tout. La petite vilaine me pince le pouce et s'échappe. C'est là qu'elle donne toute une frousse aux cinq préposées qui essaient de l'attraper. Heureusement, la plus courageuse d'entre elles réussit à la remettre en sécurité dans sa cage.

Après quelques semaines d'adaptation, M<sup>me</sup> Perruche et moi développons une très belle complicité. Elle n'a plus peur de moi. À présent, il m'est plus facile de l'approcher. Ma copine aime jacasser, jouer avec ses jouets, se dandiner sur de la musique rythmée et écouter des chants d'oiseaux. La coquette peut passer des heures à se regarder dans son miroir. Quand je lui parle, elle adore pousser des petits cris de joie ou de mécontentement selon ses humeurs.

Après avoir passé deux mois à s'appivoiser, j'essaie de la faire sortir à nouveau dans ma chambre. La persuader de quitter sa maison est extrêmement difficile. Considérant le fait qu'elle soit très gourmande, ma stratégie est de l'attirer avec de la nourriture. Après quelques moments d'hésitation, mon amie s'envole enfin. Son premier essai

est excellent malgré sa façon maladroite de voler. C'est très impressionnant de constater à quel point son vol s'améliore en seulement quelques semaines. Maintenant, «Tite Perruche» prend énormément de plaisir à aller se dégourdir les ailes. Elle se pose sur mon épaule et ensemble, on visite nos amis de la résidence. Lorsque vient le temps pour elle de retourner à sa demeure, celle-ci ne veut rien savoir. Le seul moyen de la faire revenir au bercail, c'est le millet. Elle en raffole.

Depuis le premier jour, je lui parle constamment, mais j'ai l'impression qu'elle ne m'écoute pas vraiment. Un jour, alors que j'ai perdu tout espoir, j'entends : «Tite Perruche». Je me retourne pour regarder d'où viennent ces mots. Je me dis : «Non ! Ça ne se peut pas, j'hallucine !» Un peu plus tard durant la journée, j'entends encore : «Tite Perruche». À ce moment-là, je suis ABASOURDIE. Je viens de réaliser que M<sup>me</sup> Perruche est ENFIN capable DE PARLER. Rapidement, je vais chercher ma tablette pour immortaliser ce moment spectaculaire que je viens de vivre. Je suis tellement excitée par cette belle réussite que je ne peux m'empêcher d'aller montrer ma vidéo en guise de preuve à toutes les personnes que je croise à la résidence. Épatée par son nouveau talent, je passe toute la soirée à écouter ce qu'elle me raconte. Le lendemain matin, à mon réveil, je me dépêche d'enlever la couverture placée sur la cage. J'ai hâte d'entendre sa magnifique voix d'extraterrestre à nouveau. Je veux pouvoir lui apprendre de nouveaux mots. Ce qui me fascine, c'est de la voir m'écouter religieusement. Je la trouve adorable lorsqu'elle tend l'oreille. J'attends avec impatience les prochains mots qui sortiront de ce beau petit bec courbé.

Je me considère extrêmement chanceuse de t'avoir dans ma vie !!! Tu es devenue ma meilleure amie, ma confidente, ma nouvelle raison de me lever le matin. Ta sublime présence me fait immensément de bien. Tu as fait de mes journées de pluie de magnifiques arcs-en-ciel. Je ne souhaite qu'une seule chose : te garder le plus longtemps possible à mes côtés. Je te remercie infiniment de m'avoir redonné le goût à la vie.

Je t'aime ma belle «Tite Perruche» d'amour !

.....  
**Marilyn Gagnon,**  
*Insertion sociale*

Centre d'éducation  
des adultes Le Retour  
(Saint-Félicien), CSS du  
Pays-des-Bleuets

Enseignante :  
Anne Gagnon, Syndicat  
de l'enseignement  
du Pays-des-Bleuets  
.....

# COFFRÉ

Il fait nuit depuis longtemps. J'ai mal au dos à force d'être penché au-dessus de la fosse, aux mains à force de gratter la terre. Je cherche le fil de fer qui guide la voie vers le coffre, enterré six pieds plus bas. J'ai désespérément besoin de me renflouer. Ce fric qui mène le monde, à défaut de mener le mien.

Je n'aime pas être mené. Je n'aime pas avoir à mener. Je préfère agir par mes propres moyens, me fier sur moi uniquement. Les autres sont rarement à la hauteur, devenant trop souvent un poids pour mon domaine d'activités. J'opte pour me démener, comme ce soir, au lieu d'être en mauvaise compagnie, sans hésitation. Bon, enfin, j'ai trouvé le fil ! Je tire, le coffre bouge à peine et bloque rapidement.

Je n'ose pas donner de coups, de peur qu'il ne se détache. Je n'ai certainement pas le luxe de creuser jusqu'au fond. Je tire de gauche à droite, pour râcler un peu de terre. Tout à coup, j'entends une grille qui s'ouvre. Je me cache subtilement derrière une pierre tombale. Immobile, j'attends une minute. Bordel, il n'y a jamais personne ici à cette heure habituellement ! Je finis par reprendre le travail. Ça devait être le vent. Le coffre ne bouge plus. Je regarde aux alentours, afin de dénicher une branche ou quelque chose qui ameublirait le remblai.

Je tombe sur un vieux parapluie rouillé. Je me sens comme un enfant qui a son propre carré de sable. Un enfant qui cherche à effacer ses dettes. Le parapluie casse avec un craquement sourd, au moment où je sens une présence furtive derrière moi. Je bondis pour la prendre par surprise, mais un coup m'assomme avant que je puisse y arriver.

Je me réveille avec un sacré mal de tête, une affreuse bosse et du sang séché à l'arrière du crâne. Je suis attaché par la cheville à une énorme chaîne. Un néon fatigué clignote en bourdonnant, donnant un effet kaléidoscopique glauque, comme une cabine d'un *Peep Show* déclassé. La pièce, décrépite, est grande comme la chambre d'un hôtel



tokyoïte. J'aperçois quelque chose au plafond ; une grosse pierre, large, longue et souillée de sang rance, sur laquelle je peux lire l'inscription : « Un tiens vaut mieux que deux tu l'auras. »

Je comprends immédiatement. C'est mon ancienne partenaire de cœur et de jeu ! La partie a recommencé, il n'y a jamais eu de coffre ! C'était un piège depuis le début. Elle est bien plus machiavélique que je le croyais. J'esquisse un sourire, c'est bien la seule personne par qui j'aime être mené, la seule mauvaise compagnie que j'apprécie...

.....  
**Maxime Lecavalier,**  
*Insertion sociale*

Centres de formation  
professionnelle et  
d'éducation des adultes  
Sorel-Tracy (CFPEAST),  
CSS de Sorel-Tracy

Enseignante :  
Marie-Michèle Perron,  
Syndicat de l'enseignement  
du Bas-Richelieu  
.....

## POUR MES PARENTS

Maman, Papa.

Tout d'abord, ne vous inquiétez pas en lisant ce message, ce n'est pas, du moins à mes yeux, une mauvaise nouvelle que j'ai à vous annoncer.

Croyez-moi, j'ai beaucoup d'appréhension, mais je ne peux juste plus garder ça pour moi. Je sais que j'ai besoin de votre aide et de votre soutien, malgré le fait que cela puisse être complètement bouleversant.

Je voulais, à la base, vous l'annoncer verbalement, mais je sais que je ne trouverai pas les mots adéquats pour expliquer ce que je ressens, c'est tout juste si j'arrive à les trouver par écrit...

On va entrer dans le vif du sujet : vous me reprochez régulièrement de ne pas être assez féminine. Le truc, c'est que je ne me vois pas être comme ça, tout simplement parce que... Je ne me sens pas comme une fille. J'ai l'impression d'être un homme prisonnier dans un corps de femme, et c'est encore plus violent ces derniers temps. Ce type de remarque devient de plus en plus difficile pour moi à supporter, même si je sais bien sûr que ce n'est pas dans le but de me faire du mal.

.....  
**Jayson Woods,**  
*Insertion sociale*

Centre de formation  
générale des adultes  
de la Riveraine (Nicolet),  
CSS de la Riveraine

Enseignante :  
Jocelyne Gélinas,  
Syndicat des enseignantes  
et enseignants de la  
Riveraine  
.....

De plus, je suis à peu près certain que ce n'est pas dû à une période de l'adolescence : ça fait déjà plusieurs années que je ressens cela, mais je le rejetais par peur d'être rejeté, mais je n'en peux plus, je dois m'assumer, je ne veux plus vivre dans le mensonge.

Vous vous demandez peut-être ce qui a foiré dans mon éducation pour que je développe ce qui s'appelle la « dysphorie de genre ». J'ai la réponse : rien. C'est un « phénomène » qui reste encore inexpliqué, et vous n'avez absolument rien à voir dedans : vous vous êtes toujours bien occupés de moi, j'ai eu une enfance heureuse.

Je sais que c'est difficile à comprendre et même sans doute à accepter, puisque j'ai moi-même mis du temps à m'accepter.

Quand je regarde l'avenir, je me sens tout simplement incapable de construire cet avenir en tant que femme.

Ne pensez pas que je n'ai pas essayé. J'ai tout fait pour essayer de me convaincre que j'étais une fille, mais rien à faire, ça coince. Quand j'ai un t-shirt d'homme ou le pantalon que vous détestez tant, je me sens moi-même, à mon aise. Sachez tout de même que je reste et je resterai la même personne. Je ne sais pas encore si je fais une transition.

J'espère que vous comprenez que votre intérêt se situe dans mon bonheur.

Et aujourd'hui, il manque une chose à mon bonheur, libre à vous de me la donner : acceptez-moi comme je suis. C'est le plus beau cadeau que vous pourriez me faire.

Enfin, la question qui peut revenir, c'est « es-tu sûr d'être comme ça ? », et je ne peux pas y répondre. J'en suis presque sûr, mais personne n'est à l'abri d'un changement.

Je n'ai pas changé, vous n'avez pas raté mon éducation. Je demande juste à être accepté et respecté. Je sais que ce sera difficile au début, je ne vous demande bien sûr pas d'accepter cela du jour au lendemain, mais j'espère de tout cœur que le temps fera son œuvre.

Je vous aime.

# UNE FABULEUSE HISTOIRE

## D'après une aventure d'Arsène Leblond

À l'époque de ma tendre enfance, Arsène Leblond était le fabuliste attitré du village, il s'exécutait souvent avec ses histoires impromptues, devant les clients et les hommes qui s'écartaient souvent au garage de mon père. Quand les hommes ne s'obstinaient pas sur la politique ou les nouvelles du jour, ils écoutaient Arsène Leblond religieusement, sans manquer de rire de ses révélations aberrantes à souhait.

Un jour, Arsène Leblond entra dans le garage et s'assit proche de l'office de mon père, un endroit où les clients et autres passants se tenaient pour boire un Coke bien froid et bien sûr se butaient parfois fortement. Néanmoins, mon père avait la tâche fastidieuse d'arrêter la bisbille, alors là Arsène Leblond, avec son sourire orné d'une dent plombée en or, demandait le silence et commençait son récit avec sa voix de stentor.

Un bon après-midi d'hiver, je fendais du bois de chauffage pour la maison, il y avait de l'érable, du bouleau et même de la pruche. Je savais que lorsque la température serait clémente les soirs d'hiver, on entendrait le crépitement de ce bois qui faisait une musique douce en hypnotisant toute la famille avant le coucher.

Tout à coup, en fendant le bois, je sentis une présence derrière moi, je me retournai et il n'y avait personne. Je me suis placé devant mes bûches pour continuer, quand j'ai vu apparaître une vieille femme qui avançait vers moi, les yeux hagards.

Je raidis mon corps de peur, mais me ressaisis, quand, tout à coup, elle me demanda si je pouvais lui donner de l'argent (et même pas pour l'amour du bon Dieu).

Je lui ai dit que je n'avais pas d'argent, mais, par contre, j'avais fait boucherie dans la semaine et je pouvais lui donner à manger. Tout de suite, elle cria à pleins poumons : « De l'argent ! » Je répétais que je n'en avais pas. Alors, elle se tourna vers la grange, prit son foulard en le boudinant puis hurla dans une langue énigmatique pour moi. C'étaient sûrement des mots païens et, toujours en regardant la grange, le vent se souleva pour faire monter la neige qui donnait une vision opaque à ne plus rien voir devant soi. Elle s'époumonait encore dans son dialecte étrange quand le vent s'arrêta net. Je regardais partout, elle était disparue, volatilisée, mais par terre je vis son foulard, je me penchai pour le prendre, je sentis qu'il était tout chaud, mais, en dessous, la neige n'était pas fondue. Je trouvais cela bizarre, même inquiétant. Plus tard, je plaçai le foulard sur le tas de bois et m'en allai souper à la maison.

Pendant le souper, la neige commença à tomber et ça annonçait une tempête dans la soirée. J'ai raconté ce qui s'était passé dans l'après-midi et tout le monde se mit à rire en me disant que j'avais trop d'imagination comme d'habitude. La tempête faisait rage dans la soirée quand on entendit un traîneau arriver dans la cour. Un homme cogna à la porte et demanda le gîte, car il ne pouvait plus avancer avec cette tempête. Il se réchauffa après qu'il eut installé son cheval dans la grange et on lui donna à souper. Il dit qu'il avait voyagé partout où il pouvait s'instruire et qu'il voulait se fixer dans le coin parce qu'il avait compris que pierre qui roule n'amasse pas mousse. J'ai essayé de savoir son nom, mais il me dit que ce n'était pas nécessaire pour le moment.

Pendant la soirée, je suis allé voir dans les bâtiments si tout était correct. Mais en entrant dans la grange, ce que je vis me glaça de frayeur. Le cheval du quidam que l'on hébergeait sautait partout à la vitesse de la pensée, et de l'écume sortait de sa bouche. Tout de suite, je courus à la maison, expliquant ce qui arrivait dans la grange.

L'inconnu me demanda s'il s'était passé quelque chose hors du commun dans la journée, et je lui racontai ce qui c'était passé dans l'après-midi. Il me demanda de lui emmener le foulard de cette sorcière tout de suite.

Après avoir pris le foulard, on courut vers la grange et, en entrant, le cheval sautait encore partout et suait à grosses gouttes au point de faire une marre dans la place. Le gaillard me demanda de lui décrire les traits de cette sorcière et il les grava grossièrement avec son couteau de poche sur la poutre principale qui soutenait le bâtiment. Il prit alors le foulard et y mit le feu. Pendant que le foulard se consumait, il prit son couteau et le planta en plein milieu des traits de la sorcière. Le cheval s'arrêta subitement de sauter et reprit son souffle calmement.

Eh oui, c'était un sort que cette sorcière avait jeté sur la grange, et notre homme l'avait conjuré grâce à sa compréhension des choses paranormales qu'il acquit en bouurlinguant par le vaste monde.

Le lendemain, la tempête s'arrêta et notre âme salvatrice reprit son chemin, mais avant il prit bien soin de me donner une enveloppe et, avec un petit sourire, me dit de l'ouvrir qu'une heure après son départ.

Une heure passa et j'ouvris l'enveloppe, j'en ai sorti une lettre où il expliquait qu'il était mon demi-frère du premier lit, qu'il était parti aux États-Unis à l'âge de 17 ans et qu'on ne l'avait plus revu depuis. Il dit aussi qu'il s'appelait Aurèle Leblond et voulait s'installer pas trop loin de ma famille.

Je soupesai l'enveloppe et, au fond, j'y découvris un médaillon en vrai argent. En l'ouvrant, je vis une vieille photo de lui qui se tenait sur les genoux de mon père. Alors, plein de souvenirs envahirent ma tête et, depuis cette aventure, on se voisine fréquemment maintenant.

.....  
**Alain Bélanger,**  
*Alphabétisation*

Centre d'éducation  
des adultes des Basques  
(Trois-Pistoles), CSS du  
Fleuve-et-des-Lacs

Enseignante:  
Carole Bérubé, Syndicat  
de l'enseignement  
du Grand-Portage  
.....

# LA BEAUTÉ DES CHIC-CHOCS

Par un beau matin d'octobre, une belle neige blanche vient de tomber, les montagnes sont superbes. Je pars pour la saline Matane. Il y a de très beaux sentiers d'orignaux. La vasière est brune, les orignaux sont venus voir. Je ne fais pas de bruit pour ne pas déranger l'endroit. Tranquillement, je m'en vais vers le mirador pour voir les orignaux arriver. Je ne fais pas de bruit et j'attends. Soudainement, un craquement se fait. C'est un gros mâle. Il arrive en regardant partout pour voir s'il y a du danger. Il rentre dans la vasière, s'assoit sur ses pattes d'en avant pour boire de l'eau salée naturellement. À cet endroit, des minéraux sortent de la terre, ce qui donne un sel naturel à l'eau. Je le filme avec ma caméra, j'ai de super belles images. Je passe environ deux à trois heures en patientant tranquillement pour voir d'autres orignaux arriver. Soudainement, une femelle et ses deux petits arrivent pour boire eux aussi. C'est formidable, de très belles photos encore une fois. Après trois heures à observer, je décide d'aller à un autre endroit sur la réserve. Il est environ 2 h 30 de l'après-midi, la neige a fondu dans le bas des montagnes, et le haut des montagnes est encore enneigé. Cela fait de très beaux paysages, on dirait une carte postale. Je passe du très beau temps sur mes Chic-Chocs. Je prends mon Jeep et je pars pour la montagne la plus haute des monts qu'on appelle le Pointue. J'en ai pour une grosse demi-heure à monter sur cette montagne. Rendue là-haut, il y a un belvédère où la faune se dévoile. J'ai devant moi un très grand paysage vaste. Je vois quatre lacs : le lac de la Tête où les orignaux vont se nourrir de plantes aquatiques et de carottes de lac, le lac Castor où l'on y retrouve une grosse hutte à castor, le Leclair qui est un très bon lac pour la truite indigène et, pour finir, le Martel qui est aussi un très bon lac à moucher. Avec mes jumelles, je vois deux orignaux au lac de la Tête. C'est super ! Dans le bas de la montagne, il y a un grand bas fond qu'on appelle la pouponnière de la réserve Matane. Fini pour moi l'exploration, je redescends de la montagne et je pars pour l'étang à la Truite. Au bout de ce lac, il y a un gros barrage avec un

sanctuaire qui abrite des salmonidés. Toujours au pied des Chic-Chocs, à cet endroit, il y a une vasière que l'on peut voir de haut grâce à des passerelles aménagées dans les airs qui mènent à un mirador. Quand les orignaux se présentent, on peut marcher au-dessus d'eux. C'est quelque chose à voir. Quelques heures plus tard, je m'en vais au chalet les Chic-Chocs : un bon souper et du repos avant le dodo. Le lendemain matin, je pars pour les bûchers qui se trouvent le long des Chic-Chocs. Il est 6 h 05 du matin, l'heure où les orignaux marchent dans les digues. J'avance tranquillement avec mon Jeep, une belle clairière de foin jaune se présente. Trois orignaux sont à cet endroit. Ils sont très visibles, car ils font un contraste avec le foin. Je lâche deux trois petits *calls* et l'un d'eux me répond très vite. On est vraiment dans le bon temps du *call*. J'en aurais tellement à vous dire sur ce sujet. Il faut que vous voyiez cela au moins une fois dans votre vie. C'est à rêver, à couper le souffle! À plus, mes belles montagnes. Je serai de retour l'an prochain.

.....  
**Maurice,**  
*Alphabétisation*

Centre de formation  
générale des adultes,  
CSS des  
Hautes-Laurentides

Enseignante:  
Karine Despaties,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières  
.....

# LA MYSTÉRIEUSE NEIGE ROSE

Fin d'août 1952, belle journée en vue, et le soleil est de la partie. On va passer la journée aux champs. Maman a tout préparé : vêtements pour ses six jeunes enfants, repas du midi, collations, breuvages et pot d'eau, rien ne manque.

Le taxi est arrivé, nous crie-t-elle ! Monsieur Gamache, qui est notre habituel chauffeur, est déjà en train d'embarquer les caisses qui nous serviront à mettre les casseaux de fraises à mesure que nous les ramasserons.

Notre chauffeur attiré nous fait monter sur la banquette arrière, nous, les cinq bambins. Ce banc me paraît gigantesque ! Ma mère prend place à ses côtés avec la petite dernière assise sur elle. La veille, dimanche, mon père, ne possédant pas de voiture, est venu à bicyclette à cette parcelle de terrain que la Famille Bédard de Charlesbourg nous permet de cultiver. Il avait approché la charrette près de la barrière afin que nous soyons prêts à descendre au jardin.

Une fois les plus jeunes et les bagages installés dans le banneau (cette plateforme avec des manchons nous permettant de nous asseoir et d'y déposer les bagages) mes frères, tenant les bras de la charrette, partent en courant afin de nous amener à notre vieille cabane. Celle-ci est coiffée de sa couverture en tôle, laquelle



est devenue un peu grisâtre au fil des années. Cette petite mansarde nous sert d'abri au moment du dîner et même quand le ciel se déchaîne et nous arrose d'une de ses averses spectaculaires.

Maman assigne à chacun de nous une rangée spécifique pour la cueillette de nos fraises. C'est à qui remplira son casseau le premier, maman nous encourage en nous montrant son émerveillement quant à la vitesse et à la perfection du travail de chacun.

«Oh! Comme elles sont belles, grosses et juteuses», nous crie Robert, le plus jeune des gars. Il est déjà en train de déguster, notre petit gourmand!

À midi, c'est l'heure de dîner. On se dépêche de manger, car après nous avons la permission d'aller nous saucer les pieds dans le petit ruisseau qui est au bout du champ. Nous nous amusons comme des fous à nous arroser. Puis vers 2 h 30, comme prévu, il nous faut partir.

Le taxi sera à la barrière à 3 h tapant. Pour nous, la journée n'est pas terminée.

En arrivant à la maison, après nous être lavés soigneusement les mains, nous nous assoyons autour de la grande table, et maman nous montre à bien trier les fraises; les grosses dans des casseaux et les autres dans des bols afin que nous les équeutons avant qu'elle les fasse cuire.

Maman est déjà au poêle en train de commencer à brasser la première chaudronnée qu'elle vide dans des pots et qu'elle scelle dès que la cuisson est terminée.

Puis, les plus vieux, Roger et Philippe, partent avec la petite *Express* livrer les pots de confiture et les casseaux de fraises chez madame Daigle de la rue Lafayette à Québec. Elle achète toujours toute la production: 0,80\$ le pot de confiture et 0,60\$ le casseau de fraises. Elle sait que tout est frais du jour. Pendant qu'ils sont partis faire leur livraison, on fait la vaisselle et on nettoie la table. Une récompense s'en vient... Je suis fébrile.

.....  
**Jacqueline Bédard,**  
*Alphabétisation*

Centre de formation  
générale des adultes  
De La Jonquière  
(Jonquière), CSS De La  
Jonquière

Enseignante: Cindy Lavoie,  
Syndicat de l'enseignement  
De La Jonquière  
.....

Dans ma tête d'enfant passent des images féériques de ce qui nous attend dès qu'ils arriveront. Les voilà qui reviennent... enfin! Pour nous remercier de cette merveilleuse journée de ramassage, de cette belle manne toute rouge et si délicieuse que l'on a cueillie, maman sort du frigo, cette substance tant rêvée, si douce, si rafraichissante, si rose, si délicieuse. Dans deux minutes, chacun aura son gros cornet de crème glacée aux fraises. Voilà mon moment préféré, ce moment où ma mère me donne mon cornet, je me délecte en dégustant cette récompense tant désirée.

Quelle belle journée!

## MALÉDICTION OU BÉNÉDICTION

Je me suis toujours trouvée différente des autres sans savoir pourquoi. Je ressens des émotions, des sensations qui ne me vont pas, mais qui se collent à moi. Si elles ne m'appartiennent pas, d'où viennent-elles alors? Pourquoi dois-je les subir? Ça a pris du temps, beaucoup de temps, pour que je comprenne d'abord, et que je l'accepte ensuite, que ce sont *leurs* sentiments, que ce sont *leurs* émotions, aux gens qui m'entourent, que je ressens.

La douleur, la colère, la peur, je perds le contrôle, les émotions sont trop fortes. Comment je peux faire? Je sens les larmes monter, la panique m'envahir, je sens que je manque d'air! Les gens autour insistent, me talonnent, me posent des questions; ils ne comprennent pas ce qui se passe. Je n'arrive pas à l'expliquer. « Tu fais des crises d'angoisse », mais je le sais que c'est beaucoup plus que ça. « Tu souffres d'angoisse sociale », mais je le sais au fond de moi que ce n'est pas ça.

J'ai 20 ans aujourd'hui. Tranquillement, autour de moi, les gens commencent enfin à arrêter de me traiter de folle. On commence enfin à me croire. On entend enfin le mot *hypersensible*, HPE si vous préférez. Mais l'hypersensibilité reste un état tabou, quelque chose à défendre, sans état prouvé, sans diagnostic crédible. « Tu exagères, tu veux juste de l'attention, tu n'as pas de preuve ! », les commentaires, ça continue.

Maintenant, je dois constamment me demander si je peux en parler, si on va me croire. J'ai toujours peur qu'on me juge ou qu'on s'en serve contre moi. Et en même temps, honnêtement, qui sont-ils, qui êtes-vous pour me juger, pour me dire comment je dois vivre MA vie ! Personne ne sait ce que c'est que de vivre dans ma peau.

Ma peau, elle porte tellement de douleur, de peur, de rage, de chagrin. Souvent, je me sens suffoquer et manquer d'air. Souvent, je ne sais plus où poser mon regard tellement les émotions que je perçois sont fortes. Ma peau, elle a mal, elle a froid. Souvent, je me sens seule et j'aimerais juste pouvoir m'évader pour ne plus sentir aussi fort. Pourtant, malgré toutes les émotions si lourdes, il y a aussi des émotions qui sont tellement agréables à vivre, des moments de pur bonheur, rares, mais puissants. Ils sont comme des rayons de soleil qui me donnent l'impression de flotter.

Les émotions, c'est complexe, hypersensible ou pas, et on ne peut pas s'empêcher de les vivre. Moi, je les vis à grande puissance, mais aujourd'hui, je ne combats plus mes ressentis. Je me suis toujours sentie différente ; maintenant, je suis bien avec ma différence : je suis qui je suis, sans malédiction ou bénédiction. Je suis ce que je suis : ces émotions, elles existent, me traversent, et je les vis.

.....  
**Océanne Charron,**  
*Présecondaire*

Centre de formation  
générale aux adultes  
des Grandes-Seigneuries  
(Châteauguay), CSS des  
Grandes-Seigneuries

Enseignante :  
Lisa-Marie Olney,  
Association des professeurs  
de Lignery  
.....

# CONTRAT CONFLICTUEL

Mon nom, Frederica, j'ai 19 ans et j'habite à Montréal. Tout va mal dans ma vie! Depuis mes 17 ans, mes parents sont décédés et je suis à la rue depuis au moins quatre ans, perdue, sans savoir quoi faire. Me faire menacer, me faire agresser, boire et fumer, c'est mon quotidien. Je vole pour me nourrir et je dors sur un matelas trouvé sur le bord de la rue sous un pont.

Un jour, j'entends un coup de feu au loin. Je me rends donc sur place pour aller voir ce qui se passe. Je vois des hommes très bien habillés, belle chemise blanche et pantalon propre, mais l'un d'entre eux est armé, probablement un membre de la mafia. Plusieurs hommes venaient tout juste d'être abattus devant moi. Le meurtrier se tourna vers moi, son arme me pointant le visage et, l'instant d'après, plus rien.

J'ouvre les yeux, ligotée sur une chaise en bois dans une salle très sombre et j'ai mal à la tête, il avait écorché mon front avec sa balle. L'homme que j'avais vu lors des coups de feu se dresse devant moi. Cette fois-ci, je peux distinguer son visage : cheveux courts, yeux bleus avec une barbe bien taillée. Les manches de sa chemise étant relevée, je pouvais également voir le tattoo d'un Kraken sur son avant-bras.

Cela confirme donc mon hypothèse; non seulement c'était bien un mafieux, mais il fait surtout partie des Kraken. Il m'interroge sur ce que j'ai vu et le crime qu'il venait de commettre : « Si tu ne veux pas te faire exécuter, tu devras travailler avec nous, les Kraken, on ne peut pas te laisser en liberté après ce que tu as vu. »

J'accepte l'offre, n'ayant pas du tout le choix! Il me détache et m'amène vers une autre pièce remplie de paquets de drogue en tout genre, deux autres hommes se trouvent également dans celle-ci. On me tend un sac, des gants et une arme. « Pour prouver ta fidélité, nous allons te faire livrer ce colis à notre nouveau client. Fais attention à ne pas perdre le paquet si tu tiens à ta vie », me dit-il.

Après m’avoir donné l’adresse de leur client et l’heure du rendez-vous, je repars à l’extérieur du bâtiment qui leur sert de repaire. Je retourne me reposer à mon campement sous le pont, réfléchir à tout ce qui vient de se passer. Demain sera un autre jour, celui du rendez-vous.

Je me réveille le lendemain, c’est une journée plutôt brumeuse. Je m’approche du bord de la rivière pour rincer mon visage plein de sang séché à cause de la blessure d’hier. Je m’assois, prends un bout de pain et fais mon sac pour partir vers l’endroit du rendez-vous.

Quelques heures plus tard, je suis proche de la localisation du client. Le soleil est en train de se coucher, la brume est partie, mais il fait humide à l’extérieur. Le lieu du rendez-vous se trouve apparemment dans une petite ruelle. Je m’aventure donc dans celle-ci, tout en restant sur mes gardes. J’avance un peu plus loin lorsque j’aperçois avec effroi un homme assis contre le mur de brique, couteau au ventre. C’est mon client, il me dit avec une voix affaiblie :

- Pars, le plus loin et le plus vite possible ! Ils sont là...
- Qui est-ce qui est là ? dis-je.

Le client n’a pas eu le temps de me répondre qu’il s’évanouit devant moi, une énorme flaque de sang à ses pieds, il est malheureusement trop tard pour le sauver.

Quelques secondes après, j’entends des pas derrière moi, je distingue trois personnes. Je dégaine mon arme de mon sac, même si je ne sais pas m’en servir, mon but étant de leur faire peur. Je me retourne vers eux, mais il n’y a que deux personnes. Où est donc la troisième, était-ce le fruit de ma paranoïa et de ma peur ?

Les deux hommes devant moi arrêtent d’avancer et se mettent à me fixer. Je sens quelqu’un me faire une petite tape dans le dos, la dernière personne qui manque s’était faufilée derrière moi en se déplaçant dans l’ombre de la ruelle.

« On nous a ordonné d’assassiner cette personne, c’était notre client et il nous devait énormément d’argent. Il a eu le culot d’aller négocier avec un autre gang, c’est donc mérité », dit l’homme qui m’avait tapé dans le dos.

Je me retourne et je vois un homme probablement âgé d'au moins 27 ans, il porte un long manteau noir avec des cheveux mi-longs, bruns et également imberbe. Je ne peux pas voir ses yeux, cachés par des lunettes soleil.

– Tu dois être Frederica, on m'a parlé de toi, tu es la nouvelle dans la mafia des Kraken. Moi, c'est Wilson, je suis un membre de la mafia Oni.

– Oni? Mais vous n'êtes pas censé être dans ce quartier, c'est quoi cette histoire?!

– Ce quartier a été repris par les Oni, il n'est plus à vous, tu es donc entrée sur notre territoire.

J'essaie de lui expliquer que je ne cherche pas d'embrouilles et que je vais juste revenir chez moi et raconter ce qu'il s'est passé à mon boss. Wilson ne veut rien savoir, il veut me dérober la drogue qu'il y a dans mon sac. Selon lui, c'est le prix à payer pour être entrée sur leur territoire. Mon boss ne m'avait rien dit en rapport au client et au nouveau territoire des Oni, il cache sûrement quelque chose.

Voilà une bonne trentaine de minutes que je suis arrivée sur place et que je suis dans une mauvaise posture. Peu de temps plus tard, j'entends des voitures se garer au bout de la ruelle, des hommes armés viennent près de moi et se mettent tous à viser Wilson. Ils sont tous vêtus de long manteau noir avec de belles lunettes soleil, probablement pour cacher le plus possible leur identité.

Ils me font signe de venir derrière eux, et un des hommes me dit:

«Je suis le boss des Kraken, on est avec toi, petite.»

Ensuite, il allume un énorme cigare et se rapproche de Wilson, le plaque contre le mur, puis lui met son pistolet collé sur sa tempe. «Toi, tu viens avec nous, monsieur l'espion», dit le boss des Kraken.

Wilson se débat de toutes ses forces, mais rien n'y fait. Proche de l'évanouissement, le boss des Kraken se met à l'interroger.

«Pour quelle organisation travailles-tu? Pourquoi es-tu avec les Oni? Quel genre d'information cherches-tu? Hein?!»

Wilson n'arrive pas à répondre sous le poids de l'étranglement.

Après tout ce tumulte, le groupe de personnes se calme et arrête de parler. Au loin, on entend des sirènes de police. Le patron lâche Wilson, lui attache les jambes et les bras, puis le met dans le coffre de son auto. Tout le monde embarque et part, me laissant derrière eux.

La police arrive, voit la scène de crime : moi, au milieu d'une ruelle, mon client, couteau au ventre derrière moi et mon sac rempli de coke. Ils m'ont tous laissée derrière comme pour me faire porter le chapeau. « Quelle bande d'enfoirés ! », me dis-je.

Les policiers appellent une ambulance, puis m'embarque avec eux, m'amenant au commissariat. Je suis foutue, je vais finir ma vie en prison.

Rendue au poste de police, je me fais interroger, mais je n'ai aucune information à leur transmettre, à part celle de Wilson et de la personne m'ayant capturée et donné cette mission. Donc, la police décide de me mettre en garde à vue en attendant la cour, par manque d'information. Tout se décidera lors du jugement, ce jugement qui déterminera l'avenir qui m'attend au bout du tunnel.

## LOVE

J'avoue, j'ai fait le con, enfermé entre quatre murs  
Trois heures du mat', j'repense à toi  
Et si un jour ça tire, est-ce que tu seras mon armure ?  
Est-ce que t'agiras comme une guerrière ?

Y'a toi, y'a moi, y'a nous, on ne fait plus qu'un  
Le plus important, c'est l'atterrissage, pas la chute  
On ira à Niagara voir les chutes d'eau  
Des nuages à travers les hublots

Pourquoi je t'ai pas rencontrée plus tôt ?

Le destin était entre nous  
Après toi, y'a pas mieux  
Dis-moi que tu m'aimes  
Et regarde-moi dans les yeux

.....  
**Maxime Vallée,**  
*Présecondaire*

Centre La Relance  
(Saint-Jean-sur-Richelieu),  
CSS des Hautes-Rivières

Enseignante :  
Janique Lepage,  
Syndicat de l'enseignement  
du Haut-Richelieu  
.....

.....  
**Younes Alouane,**  
*Présecondaire*

Centre de formation  
générale aux adultes  
des Grandes-Seigneuries  
(Châteauguay), CSS des  
Grandes-Seigneuries

Enseignante :  
Lisa-Marie Olney,  
Association des professeurs  
de Lignery  
.....

# UN TRÈS BEAU MOMENT DE VIE

Dans ma jeunesse, j'aimais beaucoup construire des cabanes à hirondelles. Je trouvais de vieilles planches de bois ici et là et avec seulement un vieux tournevis, un marteau, une scie et quelques clous rouillés, j'arrivais tant bien que mal à bricoler un nichoir, j'avais toujours un couple d'hirondelles. J'aimais bien observer les rouges-gorges attraper des vers de terre sur les pelouses. Parfois, ils étaient accompagnés de leur progéniture. Je trouvais merveilleux les volées de gros becs errants avec leur très belle robe jaune et noire. Le tyran tritri aimait bien se positionner sur un arbre mort et attraper les insectes au vol. Il m'arrivait d'écouter le cri magnifique des carouges à épauettes. Cet oiseau aimait bien nicher près des marécages et cours d'eau où il se nourrissait. J'étais aussi fasciné d'observer les hirondelles des granges construire leurs nids avec seulement de la boue qui se solidifie. Le soir, à la brunante, le ciel se couvrait de chauves-souris, de martinets ramoneurs et d'engoulevents bois-pourri. J'avais appris à identifier ces oiseaux à l'aide d'un livre que je m'étais procuré. Mon oiseau favori était le merle bleu de l'est. Une année, j'ai eu le grand bonheur d'avoir une nichée. J'en étais bien fier, car c'est un oiseau très farouche ! Le plus fascinant, c'est que tous ces oiseaux occupent une niche écologique différente, c'est-à-dire qu'il n'y a pas de concurrence directe pour la nourriture, car chacun possède sa spécialité. Tous ces oiseaux sont les descendants des dinosaures aviaires qui peuplaient la Terre voilà 250 millions d'années. Il m'arrivait à l'occasion d'observer des crécerelles d'Amérique. C'est un oiseau fort coloré et très beau à observer. Ils se nourrissent surtout de souris et de mulots qu'ils attrapent dans les champs. Le martin-pêcheur, quant à lui, aimait bien capturer des petits poissons dans les marres d'eau. Dans le boisé, je pouvais déterrer avec l'aide d'une pelle des vers de terre que j'utilisais pour aller à la pêche sur les baumes sur la rivière Saint-Maurice. Un baume était une grosse pièce de bois de cinq pieds de large et d'une dizaine de pieds de long, il servait à contenir les pitounes qu'un camion venait décharger dans la rivière. Il fallait tasser les nombreuses



pitounes qui flottaient pour avoir accès à une petite partie du plan d'eau. Je pouvais y pêcher de la perchaude et de la barbotte. Je passais tout l'après-midi avec mes amis et nous apportions de quoi grignoter.

Je me trouvais fort chanceux d'habiter dans un tel environnement et tout près de la ville. La rue Cascade, en effet, divisait la montagne en deux parties avec beaucoup de boisé de chaque côté et un chemin de fer qui passait au milieu. Lorsque les trains étaient en remisage, j'aimais bien courir et sauter d'un train à l'autre. J'aimais beaucoup grimper dans les arbres et m'asseoir tout en haut, j'avais une vue imprenable sur la forêt.

J'avais environ 10 ans, fort curieux de tout et passionné de la nature ; des petits animaux tels que les couleuvres, les salamandres, les tamias rayés et les écureuils volants qui ne sortaient que la nuit. À la suite de cette passion, j'ai entrepris des études en techniques de biologie à Sainte-Anne-de-la-Pocatière qui est située près du fleuve Saint-Laurent.

Malheureusement, depuis quelques années, on remarque un certain déclin de ces oiseaux ainsi que des papillons et insectes. Cette disparition est due à plusieurs facteurs environnementaux, dont le réchauffement climatique. La Côte-Nord (Charlevoix) m'a semblé moins touchée d'après les oiseaux que j'ai pu y observer. Heureusement, beaucoup de gens sensibilisés à ce phénomène aident la faune à reprendre du mieux. Souhaitons que toutes ces démarches aient un impact positif sur la biodiversité.

.....  
**Gérald Mongrain,**  
*Soutien pédagogique*

Centre d'éducation des  
adultes du Chemin-du-Roy  
(Trois-Rivières), CSS du  
Chemin-du-Roy

Enseignante :  
Vanessa Huard, Syndicat  
de l'enseignement  
des Vieilles-Forges  
.....

## IMPRESSION

Marquis Imprimeur inc.

## TIRAGE

5 000 exemplaires

## DÉPÔT LÉGAL

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN version imprimée : 978-2-89061-151-1

ISBN version électronique : 978-2-89061-152-8

FSE, CSQ, 2023

The FSC logo consists of the letters 'FSC' in a white, bold, sans-serif font, centered within a solid magenta rectangular background.

Enfin, la chaleur nous revient  
Avec un chaud vent du printemps  
suivi du doux soleil  
Amené par l'été qui nous réconforte  
Et nous fait prendre conscience  
Que tout est toujours parfait.

*LES SAISONS, p. 103*

*Marilyne Maisonneuve, 2<sup>e</sup> cycle*

---

Fini pour moi l'exploration, je redescends  
de la montagne et je pars pour l'étang  
à la Truite. Au bout de ce lac, il y a  
un gros barrage avec un sanctuaire qui  
abrite des salmonidés. Toujours au pied  
des Chic-Chocs, à cet endroit, il y a  
une vasière que l'on peut voir de haut  
grâce à des passerelles aménagées  
dans les airs qui mènent à un mirador.  
Quand les originaux se présentent,  
on peut marcher au-dessus d'eux.

*LA BEAUTÉ DES CHIC-CHOCS, p. 116*

*Maurice, Alphabétisation*

---

Souvent, je me sens seule et j'aimerais  
juste pouvoir m'évader pour ne plus  
sentir aussi fort. Pourtant, malgré toutes  
les émotions si lourdes, il y a aussi des  
émotions qui sont tellement agréables  
à vivre, des moments de pur bonheur,  
rares, mais puissants. Ils sont comme  
des rayons de soleil qui me donnent  
l'impression de flotter.

*MALÉDICTION OU BÉNÉDICTION, p. 120*

*Océanne Charron, Présecondaire*

---

J'étais aussi fasciné d'observer les  
hirondelles des granges construire leurs  
nids avec seulement de la boue qui se  
solidifie. Le soir, à la brunante, le ciel se  
couvrait de chauves-souris, de martinets  
ramoneurs et d'engoulevents bois pourri.  
J'avais appris à identifier ces oiseaux  
à l'aide d'un livre que je m'étais procuré.  
Mon oiseau favori était le merlebleu  
de l'est.

*UN TRÈS BEAU MOMENT DE VIE, p. 126*

*Gérald Mongrain, Soutien pédagogique*

---

# Antidote

## Des outils avancés pour une écriture inspirée

En français ou en anglais, Antidote est l'arsenal complet du parfait rédacteur. Avec son correcteur performant, ses riches dictionnaires et ses guides linguistiques détaillés, Antidote est l'outil indispensable pour quiconque souhaite écrire de « belles histoires ».

[www.antidote.info](http://www.antidote.info)

 Druide

