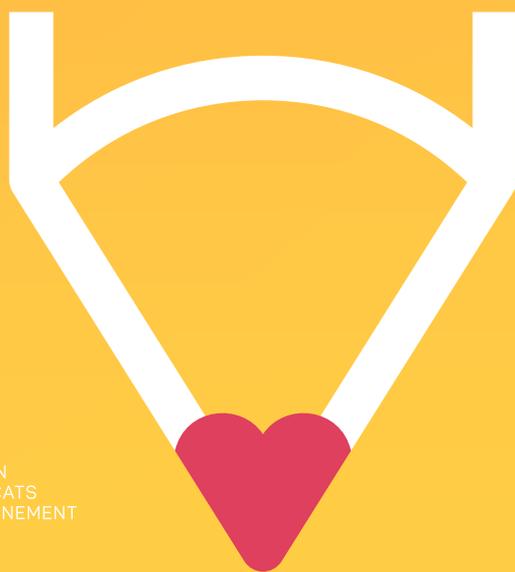




# MA PLUS BELLE HISTOIRE

2018-2019

MARS 2019



Tu m'as laissée seule avec notre fille, sa surdité et sa maladie. Tu m'as laissée seule avec les rendez-vous, avec les opérations. C'est drôle de dire notre fille, parce que j'ai toujours senti que je l'avais cr e e seule, cette petite boule d'amour.

**MERCI D'AVOIR BRISÉ MON C EUR, p. 23**

*Kathy Hébert, 1<sup>er</sup> cycle*

---

Couleur d'un soleil bienfaisant, que notre corps engloutit avec avidité et qui, sans aucune g ne, nous marque de son empreinte. Ou encore, ce fruit citrin qui provoque sur notre figure des grimaces telles que nos molaires se serrent et nos lèvres s'étirent.

**TEINTE DES MOTS, p. 35**

*Serge, Préparation aux études postsecondaires*

---

Le temps passa,  a faisait déjà trois semaines que Jessica avait retrouvé son père. Très content, il s'occupait de ses petits-enfants. L'adaptation se faisait bien, et la mère était très heureuse. Elle avait enfin quelqu'un sur qui elle pouvait compter.

**LA BELLE ET LE CLOCHARD, p. 46**

*Jessica Dussault, Présecondaire*

---

Je serai le feu qui brûlera à l'intérieur de toi, entretenant la flamme de détermination qui brûle dans ton être, minuscule peut-être aujourd'hui, mais forte et majestueuse demain.

**L'ESPOIR EST POSSIBLE, p. 61**

*Laurie Faucher, 2<sup>e</sup> cycle*

---

Qui sait, peut-être qu'un jour, je verrai arriver un beau jeune homme à la porte. Il me dira : « Maman, je suis là, je t'ai cherchée pendant longtemps. Maintenant, je t'ai trouvée. Je suis heureux. »

**L'ABANDON, p. 82**

*Lise Vigneault, Intégration sociale*

---

Il est impossible de parler de la description d'une guerre sale et cruelle, qui ne fait pas de différence entre grand ou petit, que ce soit un homme, une femme ou un enfant, qui ne connaît ni joie, ni espoir, ni rêves.

**JE N'ACCEPTES PAS DE VIE**

**AVEC DÉSESPOIR, p. 97**

*Fares Kalaaji, Francisation*

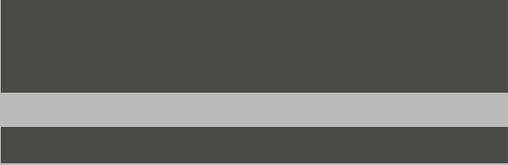
---

Il est venu s'asseoir près de moi. Il a essayé mes larmes puis, en me regardant dans les yeux, il s'est mis, lui aussi,   en verser.

**LA LUMIÈRE DE MA VIE, p. 112**

*Shanie Lépine, 2<sup>e</sup> cycle*

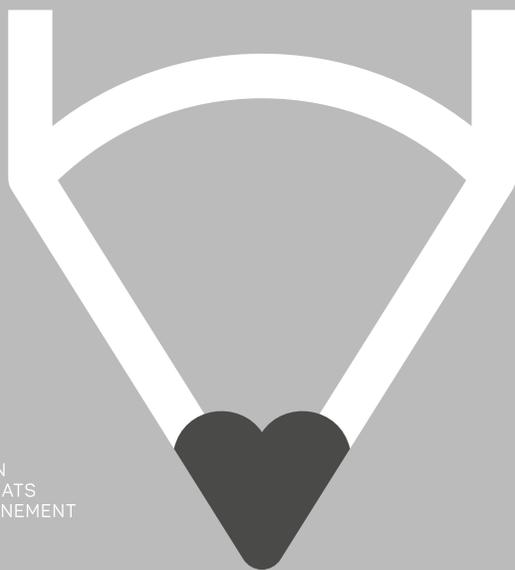
---



# MA PLUS BELLE HISTOIRE

2018-2019

MARS 2019



## COORDINATION DU PROJET

Frédéric Maltais

## COMITÉ DE SÉLECTION

Christiane Beaulieu, Nathalie-Patricia Bélanger, Brigitte Bilodeau, Paul-Antoine Cardin, Isabelle Couture, Amélie Desrosiers-Théroux, Maxime Dion, Denise Doré, Lisa Fournier, Martine Gagnon, Chantal Gariépy, Maxime Garneau, Guylaine Guèvremont, Isabelle-Line Hurtubise, Chantale Jean, Mario Labbé, Annie-Claude Lachance, Fanny Lamache, Éric Laroche, Alec Larose, Martine Lauzon, Huguette Lavoie, Marjolaine Perreault, Dominic Provost, Marie-Hélène Samson, Mélissa Savard, Monique Talbot, Sylvie Théberge, Elaine Thibodeau, Isabelle Tremblay-Ross et Cindy Turcotte, **avec des remerciements particuliers à** Isabelle Tremblay-Chevalier, Kelly-Ann Gauthier, Nathalie Hébert, Ariane Leblanc, Frédéric Maltais et Maude Tweddell **ainsi qu'à 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, Estelle Boivin, Gilles Duchesne, Marguerite Dufour, Lucie Dumais, Claire Ennis, Daniel Gagné, Magelline Gagnon, Andrée Gosselin, Claire Guay, Denise Lachance, Jacqueline Lachance, Danielle Lacoursière, Roberte Lefrançois, Marcelle Létourneau, Johanne Mercier, Louis-Marie Pichette, Cécile Richard, Danielle Rondeau, Denise Turcotte-Gauthier et Gisèle Turcotte.

## SECRÉTARIAT

Guylaine Guèvremont, Annie-Claude Lachance, Ariane Leblanc, Mélissa Savard, Monique Talbot et Maude Tweddell

## RÉVISION LINGUISTIQUE

Martine Lauzon

## MOT DE L'ÉQUIPE

Quelle tâche ingrate de ne retenir qu'une petite cinquantaine de textes sur près de 500... 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.



Pour la 16<sup>e</sup> édition, des centaines d'adultes en formation de partout au Québec ont participé au concours *Ma plus belle histoire*. Encore cette année, ils ont été accompagnés et guidés par leurs enseignantes et enseignants engagés et mobilisés pour la réussite de leurs élèves, et convaincus que l'éducation fera une différence dans leur cheminement.

En nous offrant leur texte, les élèves nous racontent leur histoire de façon intime et transparente. Leur récit, fictif ou réel, révèle la persévérance et la résilience dont ils ont fait preuve tout au long de leur parcours, personnel et scolaire, qui a souvent été parsemé d'embûches.

*Ma plus belle histoire* fait rayonner leurs réussites, leurs victoires et le chemin qu'ils se sont tracé vers une vie qui correspond à leurs aspirations. À nouveau cette année, ils nous émeuvent et nous impressionnent par leur courage et leur détermination.

En ce qui vous concerne, participantes et participants, ce recueil est empreint de vos vies, de vos talents, de vos idées ; il vous appartient. Le processus de création auquel vous vous êtes abandonnés pour nous soumettre vos textes vous a demandé de puiser les meilleures ressources en vous-mêmes. Il s'agit d'un succès à ajouter à votre trajectoire, et nous souhaitons qu'il vous accompagne longtemps. Nous sommes convaincues qu'avec l'espoir et la force que nous devinons en vous lorsque nous lisons votre plus belle histoire, chacune et chacun d'entre vous atteindront leur idéal.

Bonne lecture !

---

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

*Josée Scalabrini*  
Josée Scalabrini

---

La présidente de la Centrale  
des syndicats du Québec  
(CSQ),

*Sonia Éthier*  
Sonia Éthier



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

*Lise Lapointe*  
Lise Lapointe

L'Association des retraitées et retraités de l'éducation et des autres services publics du Québec (AREQ-CSQ) est heureuse de contribuer à la seizième édition du concours d'écriture *Ma plus belle histoire*.

Depuis de nombreuses années, notre association participe activement à ce projet par l'entremise de ses bénévoles et de son personnel. La persévérance scolaire est un sujet qui touche particulièrement les membres de l'AREQ-CSQ. Nous sommes fiers d'encourager les jeunes – et moins jeunes! – à retourner à l'école, car l'éducation est selon nous l'une des plus grandes richesses individuelles et collectives.

C'est donc avec beaucoup d'émotion et d'admiration que nos membres font la lecture des textes soumis par les étudiantes et étudiants en formation des adultes. Ils y découvrent de beaux récits de vie et des témoignages touchants, parfois bouleversants. Nous désirons d'ailleurs souligner la persévérance et le goût du partage exprimés par l'ensemble des participantes et participants au concours.

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, je veux remercier le personnel de l'éducation des adultes, qui travaille dans des conditions souvent difficiles et qui fait preuve d'une grande générosité envers ses étudiantes et étudiants.



Facile d'être porte-parole quand la parole se porte haute et fière. *Ma plus belle histoire*, c'est le genre d'initiative qui donne du sens à mon épuisement. Entre deux spectacles, trois chroniques, la révision linguistique du prochain roman et l'organisation d'une Nuit de la poésie, il m'arrive de ressentir une certaine fatigue, un engourdissement de l'enthousiasme. Puis arrive un atelier de création organisé en collaboration avec la FSE-CSQ. Je me rends dans un centre de détention, une classe de francisation ou un centre d'éducation des adultes et je reconnecte avec la substantifique moelle de la littérature.

La vraie patente! Des jeunes et des moins jeunes qui ont du vécu; du vrai, du cru. Des immigrants qui luttent contre les préjugés, le découragement et les grands frettes du Québec; des détenus qui se battent pour reprendre du pouvoir sur leur vie, qui cherchent les bons mots pour décrire l'innommable, les regrets, les désirs, le pardon; des adultes qui retrouvent les matières qui les écœuraient tant à l'école secondaire, mais qui se plongent dedans et découvrent le plaisir, la fierté de comprendre et d'appliquer des concepts complexes et des participes passés.

J'apprécie mes collègues auteurs, et tous les livres qui nourrissent le corpus de la littérature québécoise m'intéressent. Mais ceux-ci m'intéressent moins que ces textes entre vos mains, ces récits parfois durs, parfois doux, toujours importants. Pour plusieurs, ce sont des mots cathartiques,

thérapeutiques. Pour d'autres, c'est un premier plaisir de création littéraire, la découverte d'un talent, d'un plaisir. Si certains s'arrêtent à cet exercice, je suis convaincu que plusieurs poursuivront leurs démarches d'écriture, suivront le filon ouvert par ce premier jet. Des collègues écrivains, des complices écrivaines naissent par ce concours unique au Québec.

L'énergie de la jeunesse nourrit les vieux routiers comme moi. Même la jeunesse d'un septuagénaire afghan qui m'explique la poésie des expressions de sa terre d'origine; même la jeunesse d'un sexagénaire condamné à quatorze ans de prison qui met en mot le bonheur d'avoir enfin cessé de boire, quitte à passer par l'enfer des barreaux; même la jeunesse d'une quadragénaire qui retourne aux études après mille détours et quatre enfants pour enfin décrocher son diplôme d'études secondaires et trouver un emploi qui l'allume vraiment; même la jeunesse d'une bande de vieux ados dans le fond de la classe qui se mettent en équipe pour écrire le poème érotique le plus drôle que j'ai entendu de mon existence. Redécouvrir la magie des premiers écrits par toutes ces personnes me nourrit.

Mes mots à moi, je voudrais les offrir à toutes les personnes impliquées dans ce grandiose concours national qu'est *Ma plus belle histoire*. À tous les membres du syndicat, aux personnes organisatrices, au jury, aux enseignantes et enseignants, aux bénévoles, aux imprimeurs, aux participantes et participants, je vous dis merci. Merci de démocratiser l'écriture et la publication. Vos efforts et vos textes résonneront longtemps en moi. Je me ferai un devoir de les porter fièrement, et de les faire lire!

---

**David Goudreault**

# LE PRIX

# COUP DE POUCE

## CAISSE DES JARDINS 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. D'une valeur totale de 1 000 \$, il vise à reconnaître et à encourager l'engagement, la créativité et les initiatives locales. Toute activité compte, qu'elle soit organisée par l'équipe, par son syndicat ou par différents partenaires.

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

L'ÉQUIPE ENSEIGNANTE DU CENTRE SAINTE-THÉRÈSE (CS DES CHÊNES),  
À DRUMMONDVILLE, AVEC LE SOUTIEN DU SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT  
DE LA RÉGION DE DRUMMONDVILLE

L'ÉQUIPE ENSEIGNANTE DU CENTRE DAMASE-BOULANGER,  
PAVILLON DE FORMATION EN EMPLOYABILITÉ (CS DU LAC-SAINT-JEAN), À ALMA,  
AVEC LE SOUTIEN DU SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT DU LAC-SAINT-JEAN

L'ÉQUIPE ENSEIGNANTE DU CFGA DES RIVES-DU-SAGUENAY  
(CS DES RIVES-DU-SAGUENAY), À SAGUENAY, AVEC LE SOUTIEN  
DU SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT DU SAGUENAY

L'ÉQUIPE ENSEIGNANTE DU CENTRE DE FORMATION DES MASKOUTAINS  
(CS DE SAINT-HYACINTHE), À SAINT-HYACINTHE, AVEC LE SOUTIEN  
DU SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT VAL-MASKA

**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, insertion 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*) ;
- Utilisation des circuits télévisuels internes pour de la publicité en circuit fermé.

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 de la commission 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 des commissaires, 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.

# REMER- CIEMENTS

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 :

**SSQ** *Groupe financier*

*Les valeurs à la bonne place*

 Votre passion,  
notre vocation

 **Desjardins**  
Caisse de l'Éducation

 Les  
protections  
**RésAut**  **CSQ**  
Centrale des syndicats  
du Québec  
Assurances auto, habitation et entreprise

 **Les  
libraires  
.ca**

 **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*.

---



# SOM- MAIRE

- 12 **CARENES AFFECTIVES**  
Pierre
- 15 **CHIENNE DE VIE**  
Danielle-Ann Delisle
- 19 **NIKA ASSI**  
Michel Mark
- 21 **LA LETTRE**  
Vicky Roy
- 23 **MERCI D'AVOIR BRISÉ  
MON CŒUR**  
Kathy Hébert
- 24 **MA RENCONTRE  
AVEC LES CHÈVRES  
CLOCHERS, LES REINES  
DE LA MONTAGNE**  
Rafaël Soulas
- 26 **ENFIN MONONCLE !**  
Antoine Labrie
- 29 **MEILLEURE AMIE  
OU ENNEMIE ?**  
Daphné Therrien
- 31 **À TOI, PETIT MONSTRE !**  
Anaïs Jacques
- 32 **MA LÉGENDE  
PERSONNELLE**  
Émilie Robichaud
- 35 **TEINTE DES MOTS**  
Serge
- 38 **UN CHAPITRE DIFFICILE  
ENFIN TOURNÉ**  
Brittany Pelchat
- 41 **ESSAI SUR  
LA NOSTALGIE**  
Lucas Segarra
- 44 **JE, ME, MOI  
ET TAIS-TOI !**  
N.S.L.
- 46 **LA BELLE ET  
LE CLOCHARD**  
Jessica Dussault
- 48 **MA VIE SANS TOI**  
Sabrina Bellefeuille
- 50 **MA MERVEILLEUSE  
MÈRE**  
Sarah Claing-Chaput
- 53 **LE WENDIGO**  
Samuel Fortin
- 56 **JE ME SOUVIENS**  
Sattar Abdul
- 57 **LOIN DE TOI,  
LOIN DE MOI**  
Marie Lou Lévesque
- 59 **QUI ES-TU ?**  
Jessie  
Massé-Lévesque
- 61 **L'ESPOIR EST POSSIBLE**  
Laurie Faucher

- 63 **MA TRANSITION**  
Samuel St-Onge
- 65 **LA PLUS BELLE HISTOIRE DE MA VIE**  
Josée Côté
- 68 **UN MATIN DE FIN DU MONDE**  
Régis Crousset
- 71 **MA PERSÉVÉRANCE**  
Réginald Méricapo
- 73 **MA MÉMOIRE DANS LE CHAPEAU ROUGE**  
Jocelyne Gallant
- 76 **JE PENSE À TOI**  
Monique Lapointe
- 79 **CHANSON CONTRE L'INTIMIDATION**  
Jean-Paul Boucher
- 82 **L'ABANDON**  
Lise Vigneault
- 83 **LA TÊTE HORS DE L'EAU**  
Simon Demers
- 86 **NE ME PLEURE PAS...**  
Isabelle Moreau
- 87 **AUCUN ARC-EN-CIEL SANS PLUIE**  
Marc-Alexandre Godin
- 90 **DAME VERTE**  
Fléchère Morin
- 91 **LE TEMPS DE LA CHASSE**  
Daniel Champagne
- 92 **ELLE, MON HÉROÏNE**  
Myriam Fauvelle
- 95 **TU ME MANQUES VRAIMENT BEAUCOUP!**  
Maram Othman
- 97 **JE N'ACCEPTÉ PAS DE VIE AVEC DÉSEPOIR**  
Fares Kalaaji
- 101 **JE SUIS...**  
L'Étranger
- 105 **MA MAISON DE RÊVE**  
Fatimeh Barbari
- 106 **SOUVENIR**  
Laurianne Michaud
- 108 **LA FUITE**  
Nadia Desrochers
- 112 **LA LUMIÈRE DE MA VIE**  
Shanie Lépine
- 115 **CE LIEN QUI NOUS RÉUNIT**  
Eric
- 117 **L'HOMME AUX BALLONS**  
Karine Chaloux
- 120 **UNE LIBERTÉ PARADOXALE**  
Yves
- 123 **LE JOURNAL DE MADDIE**  
Maddie
- 125 **UNE RENCONTRE INATTENDUE**  
Kévin Bouchard
- 128 **SANS ISSUE**  
Vicky Gagnon
- 131 **JE SUIS UNE HISTOIRE**  
Jessica Renaud-Poirier

---

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

# CARENCES AFFECTIVES 1967

---

Se pardonner et pardonner aux autres, ce sont deux courants d'une même rivière qui peuvent être obstrués par le barrage du ressentiment...

Par une belle journée du mois de juin, Montréal vit ses plus beaux moments. L'Expo universelle bat son plein, le métro est en construction, La Ronde et l'île Sainte-Hélène prennent vie avec la terre récupérée des tunnels. Sous le règne du maire Jean Drapeau, Montréal est la coqueluche du monde entier, elle fait partie de l'élite internationale.

En ces temps de réjouissance, l'alcool coule à flots dans une habitation à prix modique du quartier Rosemont. Au coin de la deuxième avenue et Masson, où alcooliques et toxicomanes se côtoient, de l'appartement deux on entend un bébé qui hurle puis une femme crie : « Va donc voir pourquoi y braille calvaire ! » Léo s'exécute sans rouspéter, il ne veut surtout pas contrarier Thérèse qui a déjà une couple de verres dans le nez, même s'il est tôt.

Thérèse est autochtone, elle est originaire d'une réserve micmaque du Nouveau-Brunswick. Elle boit du gros gin sans eau, ce qui la rend peu sociable. Celui qui ose lui faire face mange le verre en pleine figure ; naturellement, elle prend le temps de le vider avant.

---

Léo (Léonidas), lui, est un petit homme sans malice, originaire du Lac-Saint-Jean, alcoolique aussi. Quand Thérèse n'est plus endurable, il sacrifie son camp à la taverne au coin de la Deux.

Malgré leur dépendance à l'alcool, ces deux malheureux ont eu sept enfants. Je suis le septième qui, selon la croyance populaire, a un don : le seul que j'ai pu constater tout au long de ma vie est celui de me mettre dans le trouble.

Ce n'est pas une grossesse qui pouvait diminuer la consommation d'alcool de Thérèse, il y a une maxime des alcooliques anonymes qui dit : « Il y en a de ces malheureux, ils semblent être nés ainsi. » En naissant, je pétais le point huit. Lorsque le médecin m'a viré de bord pour respirer, j'ai vomi sur ses chaussures... J'étais déjà condamné héréditairement à un problème d'alcool.

Ma sœur Johanne, alors âgée de sept ans, était la seule encore avec mes parents. Quatre de mes frères étaient en famille d'accueil. Alain, le plus vieux, est parti en appartement à l'âge de 16 ans.

Lorsque Léo était à la taverne ou qu'il travaillait, Thérèse avait la fâcheuse habitude de s'endormir dans l'après-midi. Lorsque ma couche était pleine ou que j'avais faim, le seul moyen que j'avais pour exprimer mes besoins était de hurler, ce qui alertait les voisins. Ceux-ci, exaspérés par les cris, ont communiqué avec les services sociaux. Constatant que ma mère n'était pas apte à prendre soin de moi, ils ont confié ma garde aux Sœurs Grises à la Crèche d'Youville sur la rue Saint-Hubert. Je n'ai pas de souvenir de mon passage avec les sœurs. Ceux que j'ai vus viennent de ce qui m'a été raconté par une de mes travailleuses sociales. L'image qui me vient en tête, quand je me remémore son récit, ce sont des bébés cordés dans des couchettes derrière une vitrine et qu'on choisit comme si on faisait son épicerie ou qu'on voudrait adopter un chiot à la SPCA... « J'le veux pas trop jeune, déjà propre si possible. » Quelle triste histoire ! C'est la réaction que la plupart des gens auront en lisant ce récit.

À ce moment-là, je n'ai que deux mois, je ne suis pas conscient de mon statut. Je suis un enfant comme les autres, avec toute sa spontanéité et son innocence. Parmi

---

**Pierre**  
1<sup>er</sup> cycle

Centres de formation  
générale des adultes,  
CS Pierre-Neveu

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

les premiers foyers nourriciers que j'ai faits, je n'ai rien de négatif à dire. Parmi ceux-ci, il y a Tonio, un colosse au crâne rasé, bourré de tatous et grand fan de Molson. Malgré son allure de brute, il fait partie des plus beaux souvenirs que j'ai de mon enfance. Parmi ceux-ci, il y a les soirées du hockey le samedi soir à Radio-Canada. Tonio était bien installé dans son vieux Lazy-boy brun tout craquelé. Moi, j'étais assis par terre entre la boîte de pizza et la grosse Molson.

J'étais à l'affût ! Prêt à réagir lorsque miss Molson serait vide ! C'est moi qui avais le contrat de réapprovisionnement mon mentor. Pour exécuter mon contrat, j'avais un tracteur à pédales en plastique orange. Quand je voyais qu'il ne restait que « d'la broue dans bouteille, je partais avec d'une main, l'autre sur le volant, pis j'pedalais tellement vite que ma roue d'en avant virait de t'sour. »

Je devais exécuter mon contrat sans faille si je voulais continuer à me coucher tard le samedi soir. En arrivant à la cuisine, je grimpais sur une chaise, j'ouvrais le frigidaire et je sortais la grosse. Puis, direction l'ouvre-bouteille qui était vissé après l'armoire. De mes quatre ans, je forçais comme un bœuf pour l'ouvrir. Ensuite, je devais revenir sans renverser ma précieuse cargaison. Pour ce faire, je la tenais entre mes jambes... N'oubliez pas qu'on est dans les années 70.

Je me rappelle le jour où j'ai perdu mon innocence d'enfant, c'était en première année. On avait un formulaire à faire signer par nos parents. Il était sur mon bureau en attendant que le professeur le ramasse. Un gars de ma classe l'a regardé puis m'a dit : « Pourquoi tu t'appelles pas Therrien comme tes parents ? » J'ai figé, je savais que ce n'était pas mes vrais parents, mais je n'avais jamais eu le besoin de me justifier à ce sujet. J'ai cherché à quoi je pouvais comparer le malaise que j'ai ressenti ce jour-là. Puis j'ai pensé à Tarzan lorsqu'il a vu des hommes pour la première fois dans la jungle et qu'il a compris qu'il n'était pas un singe...

Peu importe notre passé, nous avons tous au moins un bon souvenir d'enfance. Saurez-vous en trouver un ?

# CHIENNE DE VIE

---

Depuis ma naissance, on me fait passer d'une famille à une autre. Je n'ai jamais eu la chance d'avoir un petit nid douillet pour me créer des souvenirs. Je me rappelle ma première famille, Madie et Loïk, un jeune couple dans la vingtaine. Madie était aux études et Loïk, lui, était pompier. Au début, ils faisaient preuve de beaucoup de patience envers moi, car je n'étais pas capable de me retenir quand l'envie d'uriner me prenait. J'avais autour de 4 ans, j'avais bien beau me dépêcher en courant pour me rendre à la toilette, mais ma vessie ne tenait jamais le coup. Quand je m'échappais sur le sol, je me souviens que Loïk me prenait par le cou pour me punir et il criait mon nom très fort : « Maxime ! » Cela me faisait beaucoup de peine, car même si je m'empressais d'aller à la toilette, je n'y arrivais jamais à temps. Un jour, j'étais couché sur le divan et j'entendis mes parents parler. Je savais déjà que quelque chose clochait.

– Je suis tannée de te voir le prendre à la gorge ou le taper toutes les fois où le pauvre s'échappe. Il faut avoir de la patience, Loïk, sinon on va nous le retirer et ce n'est qu'un bébé encore.

– UN BÉBÉ !! Non Madie, ce n'est plus un bébé, il a 4 ans et j'en ai marre ! On n'a pas le temps pour lui. Toi, avec tes études, et moi, avec mes soixante heures par semaine, on n'y arrivera jamais !

– Je te vois venir, Loïk, et il n'en est pas question ! Je le garde et personne ne va me l'enlever, c'est nous sa famille !

Même si les tapes et les cris me faisaient énormément de peine et de mal, je les aimais profondément et j'étais anéanti à l'idée de les perdre tous les deux. C'était la meilleure famille que j'avais eue, j'en étais certain.

Malgré tout, contre mon gré, j'ai abouti dans ma deuxième famille. Ça sentait la cigarette et une odeur de mouffette imprégnait les murs de la maison. Je n'avais pas souvent à manger et ma nouvelle maman, Candice, n'avait pas l'air en forme du tout, mais je sentais qu'elle m'appréciait énormément. Je me sentais en sécurité. Quand je

---

m'échappais, elle ne me chicanait pas. Elle m'ignorait simplement. Alors, j'ai cru que j'avais le droit d'uriner où je veux. Même si j'avais souvent le ventre vide, l'amour que Candice me portait me suffisait. Tout allait merveilleusement bien jusqu'au jour où elle a rencontré Kyle. Je n'aimais pas l'énergie qu'il dégageait.

Un mois plus tard, j'étais blessé à mes hanches et à la tête. Candice ne faisait rien pour m'aider quand son amoureux était en boisson. Elle le laissait me battre et me regardait tout simplement en pleurant. Personne, autour, ne dénonçait cette violence ! Où était passée cette femme si délicate et attentionnée envers moi ? Candice, à cause de sa maladie, ne pouvait pas travailler alors je ne lui en avais jamais voulu pour les fois où je n'avais pas eu à manger. Par contre, je lui en voulais de laisser son bourreau m'infliger des blessures physiques et psychologiques. Je ne comptais que sur moi-même et je me cachais souvent sous le lit de Candice. Je préférais, de loin, dormir en sécurité avec des boules de poil et de la poussière accumulées sur le sol plutôt que de croiser Candice ou sa vermine de copain. Un bon matin, j'entendis la voix de Candice à travers la porte de la chambre.

– Maxime... Où es-tu ? Viens, mon petit, nous allons faire un tour. Je me demandais si c'était un piège pour que mon bourreau m'attrape et puisse encore me faire subir des châtements pires que Belzébuth pourrait le faire lui-même.

– Max... Petit, tu dois venir me voir et tout de suite.

Avant même que j'aie le temps de me sortir le bout du nez d'en dessous du lit, Kyle m'a attrapé violemment les jambes et m'a traîné sur le sol jusqu'à la voiture. Je pleurais et je tremblais tellement j'avais peur. J'ai alors uriné sur le siège arrière de la voiture. Quand la vermine s'est aperçue de mon dégât, il m'a giflé tellement fort que j'en ai perdu une dent. J'ai compris ! Je devrais me tenir tranquille jusqu'à la mystérieuse destination. Une heure s'est écoulée et ensuite nous nous sommes arrêtés. Candice qui pleurait de manière hystérique m'a ouvert la portière arrière. Je me suis dépêché de sortir. J'ai regardé autour de moi et, à part des arbres et beaucoup de verdure, je ne voyais rien. Avant même que j'aie le temps de me retourner pour voir où était

---

ma maman, j'ai vu l'automobile partir au loin. Je n'avais que six ans ! Pourquoi me laissait-on là ? Mais pourquoi ne revenaient-ils pas ?

Pendant une semaine, j'ai erré affamé, frigorifié. Mes pieds étaient épuisés et me faisaient effroyablement souffrir. Je m'alimentais de ce que je trouvais dans le bois. Je suis arrivé en ville. Déstabilisé et ne sachant pas où aller, j'ai décidé de me coucher derrière un Tim Hortons dans une grosse boîte en carton humide abandonnée. Par chance, j'ai trouvé quelque chose à manger dans la grosse benne à ordures près de ma petite maison. Ce n'était pas très bon, les aliments étaient quasiment pourris, mais que ça faisait du bien. Candice me manquait cruellement, mais pas son vaurien. Après une longue nuit de sommeil agité, j'ai décidé d'aller marcher. Devant le musée minéralogique se trouvait un vieil homme âgé. Je faisais semblant de l'ignorer parce que les contacts humains me terrifiaient. Malheureusement, il s'approchait tranquillement avec un air très inquiet.

– Hé petit ! Où sont tes parents ? Tu m'as l'air mal en point bonhomme ! Viens avec moi, mon beau, je vais m'occuper de toi.

Je n'avais tellement plus confiance en l'être humain que j'ai reculé et je lui ai montré clairement que je ne voulais pas d'aide. Je voulais seulement qu'on me laisse tranquille, seul. J'avais enfin compris qu'on ne pouvait pas m'aimer sans me faire du mal ou m'infliger des blessures. L'homme s'est dépêché et m'a agrippé par le cou. Ce geste me rappelait plein de mauvais souvenirs, alors j'ai voulu le mordre et je me suis sauvé en courant. Une petite voix en moi me disait de lui faire confiance. Comment le pourrais-je avec ces expériences ?

Le lendemain matin, je me suis réveillé couché derrière ce gros musée et lorsque j'ai ouvert les yeux, j'ai vu devant moi de l'eau et de la nourriture. Était-ce cet homme ? J'ai tout dévoré. Ça faisait tellement longtemps que je n'avais pas si bien mangé ! J'ai ensuite décidé d'aller marcher et, devant le musée, j'ai revu cet homme qui s'est empressé de me demander :

– Pis, mon petit homme, as-tu bien mangé ?

---

**Danielle-Ann Delisle**  
1<sup>er</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes L'Escale  
(Thetford Mines),  
CS des Appalaches

Enseignante :  
Judy Ann Leblanc,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Amiante

Quoi ? Ce vieux gaillard m'avait apporté à manger ! Pourquoi ? Il ne me connaissait pas. Puis, mon flair m'a dit d'aller vers lui. Je me suis approché tranquillement. Il m'a présenté sa main pour que je hume son odeur et il a commencé à me caresser doucement le dessus de la tête. Que c'était plaisant ! Mon ami m'apportait à manger tous les jours.

– Tu sais, mon Max, ma femme est morte il y a six mois déjà et je m'ennuie beaucoup. J'aimerais donc avoir un petit compagnon comme toi. Je pourrais prendre soin de toi et on deviendrait les meilleurs amis du monde.

Devais-je lui faire confiance ? Je n'avais pas d'autre choix, de toute manière, car les nuits dehors m'effrayaient beaucoup. Si cet homme m'apportait à manger tous les jours et qu'il se confiait à moi, alors, il devait me faire confiance. À mon tour, je devrais peut-être faire de même. Un jour, il m'a demandé :

– Max, veux-tu venir dormir à la maison ? Ne reste pas dehors, mon gros toutou. Je te promets que tu dormiras au chaud ce soir.

Quoi ? Au chaud, me dis-je. Bien sûr que cette idée me plait. J'espère ne pas le regretter !

Un an est passé. Depuis, je suis très bien dans ma nouvelle maison. Daniel me donne tout ce dont j'ai besoin : de la nourriture, de l'amour et du temps. En plus, il ne me frappe jamais quand je m'échappe sur le sol. Que c'est bon d'être aimé ! Je me suis trompé quand je disais que personne ne pouvait m'aimer parce qu'aujourd'hui je n'ai jamais été aussi heureux d'être un chien. Chaque soir, je me prélasse devant un bon feu de foyer avec mon meilleur ami.

Je dois vous laisser, je m'en vais jouer à la balle.

# NIKA ASSI

---

Le lever du soleil me réveille un matin à l'aube comme une grand-mère qui réveille son petit-fils pour une chasse. Un rayon irradie mon tipi.

Chaque jour est une nouvelle naissance comme atikuss, le petit du caribou, qui submerge des entrailles de sa mère. Chaque jour est porteur d'amour comme une mère qui porte ses enfants dans son cœur et le canot porté par la rivière.

Je me purifie de la sauge comme la Terre Mère se purifie chaque hiver.

J'enfile mes mocassins pour courir avec les esprits des grandes plaines et des collines.

L'aigle est mon guide spirituel et mon enseignant de tous les jours, l'aigle est ma vision pour les générations à venir.

La rivière qui coule m'annonce que le printemps est devant ma porte et l'arrivée des outardes me confirme que la chasse sera bonne.

Misnak, le roi marin, m'appelle de la venue des truites et m'invite à pêcher comme un balbuzard pêcheur en action. Misnak est mon dieu pour l'éternité.

Chaque automne la terre m'appelle pour une dernière chasse et les dames dansent le makusham pour que le troupeau de caribous soit immobilisé par le papakassiu, le roi des mammifères à quatre pattes.

Le matashan, la tente à sudation, est le ventre de la Mère Terre comme le dit mistapeu, le roi de la forêt. Le matashan est le lieu sacré de mes prières libératrices comme une église est le lieu sacré de mes frères et sœurs blancs.

La nuit, mon repos est profond comme l'ours dormant dans sa tanière tout au long d'un hiver réparateur. L'ours protecteur, symbole de patience et d'autonomie, est porteur d'un message de sagesse comme mon grand-père est porteur de secrets chamaniques.

---

**Michel Mark**  
*1<sup>er</sup> cycle*

Centre de formation  
générale des adultes  
Marie-Sarah  
(La Romaine),  
CS du Littoral

Enseignante :  
Marie-Claude Drolet,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région du Fer

Les grands esprits me parlent à travers mes grands-parents.

Mon éducation est légende contée par ma grand-mère autour d'un feu sacré sous le regard d'un hibou attentif à mes peurs comme un père veillant sur son fils.

J'écoute mon cœur qui bat et qui suit le rythme du tambour chamanique ainsi que la voix de la louve, notre diva, qui chante pour la lune.

Les lunes passées sont mon calendrier et le soleil m'indique les heures. Les étoiles me servent de boussole et la lune suit mes pas comme une grand-mère suit les pas de son petit-fils.

Mon arbre est ma respiration et mon arbre de soucis à la fois. Je m'y console comme une mère apaise les pleurs de son bébé chaque jour. La forêt, le royaume de tous, est aussi ma médecine holistique.

Mon territoire est ma richesse, il nourrit mon être physique et spirituel. C'est mon salaire de tous les jours, mon héritage comme un employé travaillant pour gagner le pain de demain.

La seule loi à respecter est de ne jamais s'approprier nika assi, la Terre Mère à qui on appartient, à qui on doit tout et qu'on doit aussi préserver. Alors, apprend à écouter avec ton cœur et avec ton âme et un jour tu pourras respirer avec la Terre Mère.

Je rends grâce à mes grands-mères et à mes grands-pères de m'avoir éduqué avec le meilleur d'eux-mêmes. Merci aussi aux leçons cachées dans mon animal totem qui m'a choisi pour devenir shaman.

# LA LETTRE

---

Salut, comment est-ce que tu vas ? Moi je vais bien. Tu sais quoi ? Parfois, je pense à mon passé, mes erreurs et les épreuves vécues. Puis je me dis : comme j'ai évolué ! C'est si beau de voir comme j'ai changé. Je ne me reconnais plus. C'est fou comme du jour au lendemain on peut changer. Lorsque j'ai commencé à le visiter, j'ai gagné en maturité, appris à me faire confiance et ne plus cacher mes émotions. Lorsque j'ai été prête, je lui ai dit au revoir. Avec un pincement au cœur tout de même. Et donc la porte de son cabinet s'est refermée derrière moi. C'était pour le mieux, car je devais voler de mes propres ailes, n'est-ce pas ?

Il y a un moment que nous ne nous sommes pas vus. Alors, laisse-moi te faire un topo de ma vie actuelle. Cette année, j'ai quitté l'école secondaire pour me lancer dans un nouvel univers : l'école des adultes. Je dois t'avouer que j'étais anxieuse, mais j'ai pris mon courage à deux mains et m'y suis inscrite. Puis finalement, sache que je ne regrette pas du tout ! Je n'ai jamais autant avancé dans mes travaux que cette année. Me voir réussir avec l'aide de mes professeurs me rend très fière, parce que j'atteins mes objectifs. Je tiens aussi à souligner que les enseignants sont exceptionnels ici.

Ensuite, je me suis découvert de nouvelles passions. Par exemple : la pêche et tout ce qui touche aux roches et minéraux. Grâce à son aide, j'ai commencé à connaître mes goûts. Pour la première fois de ma vie, j'ai des buts, des rêves et des ambitions. De plus, j'ai désormais des cours de conduite, un petit ami et j'ai décroché mon premier emploi. Je ne te cache pas qu'il y a eu des moments plus difficiles comme la perte d'un proche, des difficultés et beaucoup d'insécurité. J'ai parfois eu besoin d'aide, ce qui est normal. N'oublie jamais que lorsque nous sommes seuls, nous sommes forts, mais ensemble nous sommes indestructibles.

Tu sais, le bonheur n'est pas facile à trouver, mais quand nous le trouvons, nous nous rendons compte qu'il est rempli de petites choses. Aller marcher dans les bois, tenir la main de la personne qu'on aime, faire de bonnes actions...

---

**Vicky Roy**  
1<sup>er</sup> cycle

Centre de formation  
des Bâtitseurs  
(Sainte-Marie), CS de la  
Beauce-Etchemin

Enseignante :  
Sabine Hornez,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la Chaudière

Il y a tant de possibilités ! Je te dis tout cela, car je tiens à toi. Et si mes mots peuvent t'apporter un petit quelque chose, j'en serai heureuse.

D'ailleurs, j'ai quelques conseils pour toi pour que tu puisses enfin trouver la clé du bonheur, si ce n'est pas déjà le cas. Premièrement, sois toujours toi-même. Même s'il paraît ennuyeux comme conseil, il est d'une vérité absolue. Si tu as envie de teindre tes cheveux aux couleurs de l'arc-en-ciel, où est le problème ? Tant que tu ne fais de mal à personne. Assume-toi ! Ne cache pas la magnifique personne que tu es. Tu es né unique, reste-le. N'aie pas peur du regard des autres, sans quoi la vie sera bien ordinaire.

Deuxièmement, ne renonce jamais. Tu as des rêves et des objectifs ? Fais tout pour les réaliser ! Même s'ils rient de toi. Même s'il te faudra beaucoup de temps, d'efforts et de volonté. Même si tu dois affronter tes peurs. Bats-toi ! Chaque instant fait de nous des combattants.

Puis une dernière chose... Ne mène pas ta vie en solo, entoure-toi de gens merveilleux, ne reste pas seul, vois le positif et vis ta vie pleinement ! J'espère que ma lettre t'a plu. Elle n'est pas parfaite et c'est ça qui est beau.

« Sans les bas, les hauts ne veulent rien dire. »

Vicky xx

# MERCI D'AVOIR BRISÉ MON CŒUR

---

À toi, celui qui a partagé ma vie durant deux énormes et longues années. Tu m'as apporté tellement de belles réussites. Alors, j'ai envie de le crier sur tous les toits !

Nous nous sommes rencontrés le 23 avril 2014. Cette date est imprégnée sur un petit coin de mon cœur. À seize ans, la naïveté était bien présente, je n'ai pas su voir l'envers du décor. Le rideau a fini par se lever, j'ai vu qui tu étais vraiment.

Les années passèrent, pire tu étais. Faut croire qu'à vingt-quatre ans, l'être humain n'est pas nécessairement un adulte responsable. J'ai voulu ignorer la situation, j'avais tellement envie que notre relation soit pareille à celle de la télévision. J'ai continué d'accepter ta mauvaise conduite, face à moi, face à toi et à tout. J'ai continué de pleurer chaque nuit durant une année complète ! Je suis devenue une sorte de bête folle qui te reprochait tout et qui paniquait à chaque moment que tu sortais de la maison. Puis, un jour, nos limites ont été atteintes, tu es parti trois semaines. Les jours qui ont précédé ce retour étaient magiques, je dirais même parfaits. En mai 2016, une nouvelle conquête s'est infiltrée dans ta vie. À ce moment, j'ai su que plus jamais tu reviendrais.

Après ton départ, la douleur était tellement énorme, une seule chose me gardait en vie, le petit fœtus qui grandissait en moi. Je croyais que la douleur ne cesserait jamais. À un moment, j'ai cru que mourir d'un bris de cœur était possible. Je croyais pouvoir me noyer dans mes larmes. Je me permets de dire que cela a été une expérience cruciale pour mon cheminement vers la vie adulte.

Le 12 octobre 2016, je donnais naissance à notre enfant, ma petite fille ! Toute la douleur que je ressentais face à ton départ s'est envolée, partie et disparue. L'amour que j'ai ressenti à ce moment était tellement puissant, assez pour réaliser que toi et moi, nous ne nous sommes jamais véritablement aimés.

---

**Kathy Hébert**

1<sup>er</sup> cycle

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

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

Ma fille, mon ange, j'ai pris la décision de te garder avec moi, dans mon parcours rempli de haut et de bas. Rappelle-toi toujours, tu es un choix, pas une erreur.

Tu m'as laissée seule avec notre fille, sa surdité et sa maladie. Tu m'as laissée seule avec les rendez-vous, avec les opérations. C'est drôle de dire notre fille, parce que j'ai toujours senti que je l'avais cr e e seule, cette petite boule d'amour. Son nom est Charlie-Rose, tu ne l'as jamais vue. Maintenant, deux ans se sont écoulés depuis sa naissance.

Pour en revenir aux faits, tu m'as apportée tellement de réussites, de petits combats que je devais traverser pour être où je suis. Je te remercie de m'avoir offert cet ange tombé du ciel et de me laisser la chance de grandir avec elle   mes côtés. Merci d'avoir  t e une si mauvaise personne, que mon degré de méfiance est à son maximum. Merci d'avoir changé ma vie, d'avoir particip e en majeure partie à la superbe maman que je suis aujourd'hui. Surtout, merci d'avoir brisé mon cœur d'adolescente !

## MA RENCONTRE AVEC LES CHÈVRES CLOCHERS, LES REINES DE LA MONTAGNE

---

Aujourd'hui, j'ai le goût de vous raconter une des plus belles journées de ma vie. J'étais avec ma famille, ceux que j'aime, Jean et Huguette. Nous étions dans un petit village du nom de Tarascon-sur-Ariège. Un village niché au creux de la vallée entourée de montagnes rocheuses et verdoyantes. On s'y croyait au Moyen âge avec ici et là quelques vestiges

---

de grands et majestueux châteaux. On aurait presque pu apercevoir les chevaliers de la Table ronde faire leur entrée dans le village.

Ce jour-là, c'était un jour de foire. Les rues étaient bondées. Il y avait des gens de partout en France. Il y avait des danseurs. Les hommes portaient l'habit noir et blanc traditionnel avec l'indémoudable béret. Les femmes à leur côté faisaient virevolter leurs longues jupes colorées. La danse s'exécutait en parfaite harmonie. Non loin de là, on entendait le joyeux accordéon qui accompagnait la chorale. Les chants faisaient écho dans la montagne, on aurait dit une salle de spectacle grandeur nature. C'était vraiment comme une grande fête !

L'air était rempli de délicieux parfums. Les artisans, les boulangers, les pâtisseries nous mettaient l'eau à la bouche avec leurs plats de toutes les saveurs. On ne savait plus où poser les yeux. C'était un réel festin à ciel ouvert ! Cette journée était déjà inoubliable et nous y étions que depuis quelques heures.

Zigzagant à travers la foule, nous sommes arrivés devant les grands enclos.

Bêlements et meuglements emplissaient nos oreilles. On ne s'entendait plus parler. Je faisais des signes à Huguette pour ne pas la perdre de vue. Il y avait des chevaux, des poneys, des ânes, des vaches et même de gigantesques taureaux. Mais, à un certain moment, mon regard s'est arrêté sur ces bêtes au regard vif. Elles me fixaient. On aurait dit qu'elles m'avaient touché droit au cœur aussitôt mon regard posé sur elles. C'était les chèvres de la montagne. Elles me sont apparues comme des reines avec leurs longues cornes en guise de couronne et leurs colliers ornés de clochettes. Leurs regards si dociles et si déterminés à la fois, qui vous défient, qui vous rappellent de bien vous tenir.

J'avais peur d'elles, peur de les regarder droit dans les yeux et à la fois une envie folle de caresser leur fourrure. Leur pelage me semblait doux, soyeux et chaud. J'avais le goût de me coller à elles. J'ai donc osé. J'ai passé ma main

**Rafaël Soulas**  
1<sup>er</sup> cycle

Centre de formation des  
adultes de Montmagny  
(Montmagny), CS de la  
Côte-du-Sud

Enseignante :  
Nathalie Hivon, Syndicat  
de l'enseignement de la  
Côte-du-Sud

tremblante à travers les barreaux de l'enclos. Je me suis rapproché doucement de celle qui avait le regard doux et j'ai déposé ma main sur son front tout près de ses cornes lisses. C'était très impressionnant, si puissant. Plus je la regardais et plus je comprenais qu'elle n'avait rien de menaçant. Au contraire, j'ai pu la caresser pendant quelques instants. J'étais fasciné par la beauté et la force qui émanaient. Je serais devenu aussitôt berger menant son troupeau à travers les hautes montagnes pyrénéennes.

Rafaël! Rafaël! J'ai entendu mon nom. Je me suis retourné. C'était Jean qui me proposait d'aller déguster une glace. Son sourire me fit comprendre qu'il avait été témoin de ma fascination.

Cette journée restera un souvenir précieux puisque j'étais avec ma famille dans ce magnifique village, d'un pays que j'adore, la France.

Un jour, j'espère y retourner et gravir les montagnes où vivent les reines, les chèvres couronnées.

## ENFIN MONONCLE !

Aujourd'hui est une journée très spéciale pour moi, Antoine Labrie, car je vais vous raconter l'histoire qui m'a fait monter d'un niveau en responsabilité et maturité. Dans ma famille, nous sommes six, j'ai un petit frère de quatorze ans qui s'appelle Vincent, il aime travailler à la ferme de mon père. Plus tard, il souhaite être fermier ou acériculteur. Mon père a également une érablière, nous avons dix mille entailles et nous souhaitons en avoir davantage. Ma mère nous aide beaucoup, non seulement à la maison, mais à l'érablière aussi, elle est toujours là quand il le faut. J'ai également deux demi-sœurs, une qui a dix-huit ans, qui s'appelle Audrey. Elle habite à Québec avec deux de ses amies, elle souhaiterait être travailleuse sociale. Mon autre sœur a dix-neuf ans, elle

---

s'appelle Mélodie. Elle a un petit ami de vingt et un ans, il s'appelle Cédric, il travaille pour une compagnie de briqueteur, celle-ci appartient à son père et son oncle. Maintenant que les présentations sont faites, je peux commencer mon histoire. Mélodie est en couple avec Cédric depuis presque deux ans et demi. Ils s'entendent tellement bien ensemble que de les voir en est presque magique. Tout a débuté au début du mois de septembre 2017, j'étais couché dans mon lit et je parlais à mes amis comme je le faisais tous les soirs. Mes parents ainsi que Mélodie et Cédric étaient sur la terrasse, ce qui était quand même habituel. J'ai entendu ma mère crier mon nom, je suis sorti et ma mère m'a dit : « Antoine, assieds-toi, Mélodie doit te dire quelque chose. » J'ai trouvé ça étrange, mais je me suis dit qu'elle avait peut-être quelque chose à me demander, je n'ai pas trop parlé, je me suis pris une chaise et me suis assis. Je commençais vraiment à paniquer, peut-être qu'il était arrivé quelque chose à un membre de la famille et que ma mère était trop bouleversée pour me le dire elle-même. La panique s'emparait peu à peu de moi. Le silence se faisait sentir, il prenait de plus en plus de place. Soudainement, Mélodie me dit : « Antoine, tu vas être mononcle. » Je la regardai et me demandai : « Qui peut bien être enceinte dans la famille ? » Mon cerveau roulait au maximum de sa capacité pour trouver la femme anonyme. Voyant que j'étais sans voix, ma sœur rajouta ensuite : « Je suis enceinte, tu vas être mononcle de la petite fille ou du petit garçon que j'ai dans mon bedon. » Je n'arrivais pas à y croire. Moi, Antoine Labrie, mononcle à seize ans, c'était la meilleure nouvelle que je ne pouvais pas avoir. J'étais tellement heureux, je les ai félicités, je me demandais vraiment comment cela pouvait se produire maintenant. Je me suis toujours dit que j'allais avoir au moins vingt ans avant d'avoir un neveu ou une nièce. La tête pleine de questions et le cœur plein d'émotions, je regardais le couple assis devant moi avec un sourire si lumineux que l'on aurait pu le voir de la lune. Mais j'avais toujours les mêmes questions : depuis quand, c'est une fille ou un garçon, le bébé est prévu pour quelle date, ça fait combien de temps que vous le cachez ? Je les bombardai de questions, je voulais tout savoir. Le temps passait et le ventre de ma sœur grossissait aussi vite qu'une ballonne que l'on gonfle avec une machine, mais il n'y avait pas que celui de Mélodie, Cédric était également

---

**Antoine Labrie**

1<sup>er</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes (Dégelis),  
CS du Fleuve-et-  
des-Lacs

Enseignante :

Louise Proulx,

Syndicat de

l'enseignement  
du Grand-Portage

devenu enceint ! Le couple continua à avancer dans leur vie. Aux environs du mois de décembre, ma sœur vint nous voir avec Cédric comme toutes les semaines, sauf que cette journée-là, non seulement j'allais pouvoir toucher le ventre de ma sœur pour sentir le bébé bouger, mais également savoir si je touchais une fille ou un garçon. J'attendais impatientement l'arrivée des visiteurs. Quand ils se sont présentés, j'avais une seule envie, savoir enfin le sexe du petit nourrisson si bien au chaud dans la grosse bedaine de ma sœur. Elle me regarda et me dit : « Antoine, tu vas avoir une nièce. » C'est les yeux pleins d'étoiles et la bouche sans mots que je lui fis un câlin, je m'empressai d'enchaîner les questions. J'ai finalement réussi à savoir que la petite allait sortir de son cocon si douillet aux alentours du mois d'avril. Mais j'ai également appris qu'elle allait se nommer Maëly, je trouve que c'est tellement magnifique. Suite à la visite et aux bonnes nouvelles, nos journées recommencèrent comme avant. Sauf qu'un soir, le 17 avril, mon frère et moi dormions dans la même chambre, nous nous disions avant de nous endormir : « Imagine, si Mélodie accouchait ce soir. » Le lendemain matin, nous nous réveillons, mais il y avait quelque chose qui clochait, notre mère n'était pas là. Un peu plus tard dans la journée, nous apprenions qu'il y avait un ange qui venait de naître, notre petit ange à toute la famille, celle qui était tant attendue. J'étais tellement heureux, je mourrais d'envie d'aller la voir, de la prendre dans mes bras et de l'admirer. Tout ça pour vous dire que l'attente en a vraiment valu la peine. Aujourd'hui, je vous écris ce petit texte pour vous dire que je suis le mononcle le plus comblé au monde.

# MEILLEURE AMIE OU ENNEMIE ?

---

Le jour de notre rencontre a changé ma vie du tout au tout. Je savais bien que tu n'étais pas réellement une bonne influence pour moi, mais va savoir pourquoi j'ai décidé de continuer de me rapprocher de toi. Nous avons commencé à nous fréquenter une à deux fois par semaine. C'était si parfait. Tu m'apportais du réconfort dans mes moments les plus difficiles, tu me faisais éclater de rire dans nos moments de folie et tu ne donnais jamais d'excuse pour ne pas venir faire la fête avec moi. Je m'amusais tellement bien à tes côtés que j'ai commencé à me tenir avec toi à l'école, puis plus le temps avançait, plus je me tenais avec toi.

Puis, les épreuves les plus difficiles de ma vie ont commencé. Je réclamais ta présence à mes côtés chaque jour, puis chaque soir. J'étais si heureuse de t'avoir rencontrée puisque tu étais toujours là pour moi. Je me sentais détendue quand tu étais là. Quelques semaines plus tard, au moment où les choses ne se sont pas totalement placées pour moi, j'ai dû arrêter de te fréquenter puisque ça ne plaisait pas du tout à mes parents. J'ai donc dû te voir en cachette chez d'autres amis, cachée dans des parcs au fond des cours et même dans des endroits plus sombres. Je venais te rejoindre chaque soir après les cours et je restais avec toi jusqu'aux petites heures. Il m'arrivait même de venir te rejoindre dans la nuit pour continuer à profiter de chaque moment avec toi.

---

**Daphné Therrien**

*1<sup>er</sup> cycle*

Centre d'éducation  
des adultes des  
Sommets (Asbestos),  
CS des Sommets

Enseignante :  
Stéphanie Laroche,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Estrie

Quelques semaines plus tard, alors que je manquais d'argent, ton absence a débuté, et ce, pratiquement tous les jours. Ça me faisait enrager de voir que tu ne pouvais être là pour moi alors que j'avais tellement besoin de toi. Puis, les gens de mon entourage ont essayé de me faire comprendre que tu profitais de moi, de ma vie et que tu me contrôlais à chaque instant que tu étais présente à côté de moi. Ils disaient même que mes pertes de mémoire et mes excès de colère étaient ta faute. J'ai commencé à me faire à l'idée que tu ne serais plus là pour moi jusqu'au jour où je t'ai recroisée chez un ami. Les embrouilles ont vite débuté. On n'était plus d'accord sur les mêmes choses. Alors que moi, je voulais faire une pause de tout ça puis dormir un peu, puisque la fatigue prenait le dessus physiquement et mentalement, tu n'étais pas d'accord. Tu en voulais toujours plus de moi : mon argent, mon temps et même ma vie entière.

J'ai vite vu ton vrai visage, ta réelle personnalité, mais aussi à quel point tu pouvais affecter ma vie. Je me suis rendu compte comment tu avais du pouvoir sur moi et comment tu as gâché ma vie et mon mental. J'ai tout de même réussi à prendre le dessus sur toi et à fermer la porte de cette étape. Encore aujourd'hui, je peux dire que plus jamais je ne te laisserai t'approcher de moi. Puisque toi, la drogue, tu as volé une partie de ma vie.

# À TOI, PETIT MONSTRE !

À toi, petit Monstre, qui sommeilles en moi  
depuis des années  
Oui, à toi qui m'as fait échouer des années  
À toi qui m'as amenée à des nuits d'insomnie  
À toi qui brûles mon énergie  
À toi qui as ruiné une partie de ma vie !  
À toi qui as reprogrammé ma tête et mon corps à se  
réinitialiser à n'importe quelle heure de la journée  
Durant des années !  
Oui, à toi qui m'as empêchée d'avancer vers mon avenir  
À toi qui n'as cessé de se nourrir de mes malheurs pour  
prendre de l'ampleur  
C'est assez, je dois te contrôler  
À ce jour, tout me semblait impossible !  
Mais pour toi, tout est possible, même l'impensable  
Moi, j'avais besoin d'aide  
Où aller, j'étais perdue !  
Le point au ventre incapable de respirer  
Je voulais m'en aller, je voulais quitter cette terre pour  
ne plus jamais revenir !  
Je devais t'abattre, toi qui me faisais des scénarios  
à m'en donner mal au coco  
J'en avais assez, je devais te contrôler  
J'ai commencé à parler de toi  
Je suis allée consulter pour apprendre à te dompter  
Après des heures et des semaines à crier et à pleurer  
J'ai trouvé comment te maîtriser  
Je devais seulement en parler  
J'ai repris le pouvoir de mon corps après  
beaucoup d'efforts  
Tu sommeilles toujours en moi  
Toutefois, tu as fini par m'écouter !  
J'ai le contrôle sur ma vie  
Maintenant, c'est ton cauchemar qui commence,  
car le mien est terminé  
Maintenant, que je t'ai domptée !  
Tu as fini de me faire pleurer et de me faire paniquer  
J'ai fini par te maîtriser, ANXIÉTÉ !

---

Anaïs Jacques  
2<sup>e</sup> cycle

Centre de formation  
du Richelieu (Varennnes),  
CS des Patriotes

Enseignante :  
Guylaine Thivierge,  
Syndicat de Champlain

# MA LÉGENDE PERSONNELLE

---

J'ai vu le jour dans un petit village franco-ontarien assez paisible. Mon quotidien se résumait à de grandes étendues verdoyantes, à l'odeur du fumier au printemps et aux marchands de toutes sortes qui déambulaient dans les rues du quartier. Je m'y sentais bien, à ma place. Encore aujourd'hui comme à l'époque, les gens sont sympathiques, ils se saluent de près ou de loin, qu'ils se connaissent ou pas.

J'ai commencé l'école, comme tous les enfants de mon âge. Mon cousin était déjà en première, il m'attendait. Guillaume était mon protecteur. Il me surveillait toujours du coin de l'œil pour s'assurer qu'il ne m'arrive rien. J'aimais beaucoup mon cousin, j'étais rassurée de le savoir là. Et j'ai cheminé comme ça, tranquillement, jusqu'à ce jour où ma vie a basculé... Une séparation, ce n'est jamais facile, mais je réalise aujourd'hui que ça l'est encore moins quand du haut de tes sept ans, on t'impose le choix de partir avec maman ou rester là avec papa. Pour moi le choix était clair, je reste à ma place, avec mon père. Il n'a pas fini de m'apprendre la pêche et j'adore ça.

Mais comme ce n'est jamais simple ces choses-là, ma petite sœur a choisi de suivre maman. Il n'était pas question que je sois en plus séparée de mon alliée, mon ancrage. Alors je la suivrai.

C'est comme ça que j'atterris à Saint-Hubert. Je n'aime pas beaucoup mon nouvel environnement. Beaucoup trop de briques, beaucoup trop de voitures et pas assez d'herbes hautes. Mon père est loin et les poissons aussi.

Le changement d'école et le nouveau système d'éducation combinés à mon bouleversement interne m'ont vite conduit chez madame l'orthopédagogue et bientôt chez monsieur le psychologue. Je ne suis jamais à l'aise avec ces étranges personnages. Ils pensent voir à l'intérieur de ton cerveau ce qui ne va pas. Il voulait voir mes ongles à chaque séance. Je me sentais vulnérable. J'ai commencé à fuir l'école.

---

Au secondaire, l'orthopédagogue et le « psy » se sont transformés en visite chez l'intervenante en toxicomanie, en convocations au bureau du directeur et en suspensions. J'avais perdu la motivation.

Mon père me manquait, les grandes étendues vertes m'avaient abandonnée. Mais j'avais ma sœur... et un jour, une autre sœur est apparue. Mais quelque chose en moi était brisé. Elle m'a servi de souffre-douleur... pauvre Geneviève, je te demande pardon.

24 novembre 1998, son cœur cessa de battre. J'ai toujours pensé qu'il était mort d'ennui. On lui manquait trop. Quatre jours par mois ce n'était pas suffisant pour lui. Mon père était le genre d'homme que toutes les femmes voudraient avoir pour mari, mais surtout le genre de père qu'on aimerait avoir. Le genre d'homme qui élève l'enfant illégitime de son ex-femme comme si c'était sa propre fille, pour que celle-ci puisse se reposer. Un homme avec un grand cœur. C'est probablement pour ça que les anges l'ont emmené si tôt.

À partir de là, mon intérêt pour l'école est descendu à un autre niveau. Les échecs se sont enchaînés, ce n'était plus important. J'échangeais les classes de rattrapage contre des cours d'été, je changeais d'école. Jusqu'au jour où j'ai commencé à travailler. Il n'y avait maintenant plus de place dans mon horaire pour l'école. J'étais en secondaire deux.

J'avais quinze ans et je travaillais dans une animalerie. Les animaux savaient panser mes blessures. J'avais l'impression de retrouver un peu de mes étendues de campagne et un peu de mon père en eux. Je pêchais les poissons dans les aquariums et je me sentais bien, à ma place. Un sentiment de liberté m'habitait quand j'étais au milieu de toutes ces bêtes. J'avais secrètement envie de les libérer chaque fois que je me retrouvais seule avec eux.

Comme ça, au fil du temps, j'ai collectionné les petits boulots jusqu'à en avoir marre et à ressentir le besoin d'évoluer.

J'ai 28 ans, je suis maman monoparentale d'une fillette de sept ans qui est tout juste diagnostiquée TDAH et j'habite chez ma mère. Mais je suis décidée. J'entre à Le Moyne-D'Iberville.

---

Les trois premières semaines visent à évaluer notre niveau de scolarité pour pouvoir nous classer au bon niveau. Pas besoin de vous dire que mon secondaire deux non complété est très loin derrière moi. Mais à ma grande surprise, je suis surclassée. Français 5, anglais 5 et maths 3. Je n'étais pas surprise pour les mathématiques, on n'apprend pas le théorème de Pythagore dans la rue...

J'ai cheminé comme ça quelques mois, mais le poids de la charge était trop lourd. Vivre avec un enfant TDAH, chez sa mère, ça comporte son lot de conflits et d'opposition. J'ai cédé. Bye bye école, bonjour psy! Je me revoyais quelques années auparavant.

J'ai pris quelques années pour me remettre sur pied, pour apprendre à vivre avec ma fille. J'ai commencé à m'entraîner, à bien manger, à bien dormir. J'ai décidé de changer de fréquentations, d'arrêter la drogue, l'alcool et la cigarette.

Puis je me suis demandé ce que j'aimerais faire de ma vie. J'ai cherché, j'ai consulté et j'ai trouvé. Quand c'est arrivé, j'ai ressenti une émotion indescriptible monter en moi. Comme si la vie me faisait un cadeau. J'avais le sentiment de retrouver ma place dans l'univers. J'avais retrouvé l'intérêt, la motivation et l'enthousiasme.

Je me suis alors inscrite de nouveau à Le Moyne et un matin on m'appelle pour devancer ma date. J'entre le lendemain matin! OK, défi numéro un accepté!

C'est elle qui m'accueille, celle qui a devancé ma date, celle qui m'avait surclassée quelques années plus tôt. Elle se souvenait de moi. Ça m'a fait chaud au cœur, là j'ai su que tout irait bien. Cette prof qui a à cœur la réussite de SES élèves ne laisse personne pour compte. Elle traite chacun d'entre nous sur un pied d'égalité. C'est une gazelle sans chaussettes. Elle aime être nu-pieds et étrangement, ça met tout le monde à l'aise. Son énergie ne se contient pas dans son corps, elle sautille littéralement dans la vie.

Et il y a monsieur Posé. Dès qu'on entre dans sa classe, on change d'univers. Plus personne n'a envie de parler ou déranger, tout le monde est soudain envahi par le calme qui flotte dans l'air. Monsieur Posé dégage la tranquillité et le

---

respect. Quand il explique quelque chose, c'est toujours simple, si précis... c'est clair comme de l'eau de roche.

Et que dire de cette grande femme... celle qui a la voix aussi douce qu'une flûte de bambou. Celle qui enseigne les équations comme elle enseigne la danse du souffle. On pourrait fermer les yeux et la laisser nous guider n'importe où. Elle pourrait nous enseigner la mort qu'on en percevrait encore que le doux parfum des fleurs.

Enfin me voilà aujourd'hui, sur la route de ma légende personnelle avec dans mon bagage des accomplissements, de la détermination et des rencontres pas banales avec des gens qui ont su guider mes pas et faire grandir en moi cette confiance autrefois fragile.

Ma plus belle histoire : celle racontée par une élève ordinaire qui a eu la chance de rencontrer sur sa route des professeurs extraordinaires sans qui rien de tout ça n'aurait été possible. Un hommage à tous les professeurs qui se dévouent cœur et âme à leur métier. Merci!

---

**Émilie Robichaud**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes Le Moyne-  
D'Iberville (Longueuil),  
CS Marie-Victorin

Enseignant :  
Stéphane Rose,  
Syndicat de Champlain

---

## TEINTE DES MOTS

---

En tant qu'artiste, j'ai ma propre perception sur les choses du monde. Une pomme, ce fruit rubescent teinté de vert et son goût doucereux, me fait conjecturer cette gâterie bâtonnée au miel de ma grand-mère. Les rougeâtres me sont mielleuses et sucrées. Vous souvenez-vous de ces tableaux noirs de la petite école ? Une fenêtre sur la nuit en plein jour, dans ma classe, où ces craies blanches représentent la neige, les étoiles, la lune, les contes et la poésie. Donc, pour moi, le noir et le blanc sont remémoration, rêve, éclat, connaissance et création. Chaque couleur de ce monde, regardée par l'œil d'un poète, inspire la mélodie. Pour l'artiste peintre, les mots sont le chromatisme de ses œuvres.

---

Le vert, la vie, colore l'existence même des plus grandes aux plus minuscules choses du monde. Nos forêts, qu'on se représente souvent comme les poumons de la Terre, débordent de ce souffle chaud d'une expiration que côtoie l'être humain, l'animal, l'insecte, le microbe même. On comprend la représentation du vert comme l'espoir d'un futur meilleur. Dans cette foulée, le rouge change de goût. C'est l'amer de la vie. La feuille de l'arbre qui dépérit, qui flétrit et qui voit venir sa mort. La colère dans l'âme qui croît et pourpre les joues des visages quand elle atteint son paroxysme.

Que dire du gris ? Tellement austère que rien de cet assombrissement n'inspire à la gaieté. Tout éclat est diffusé, atténué, voire entaché. C'est le résultat d'une combustion qui a détruit et fait disparaître tout pour ne laisser que des cendres. C'est la maussaderie d'une existence sans moirure et sans teintes qui n'instille rien ou si peu. Pas ma couleur préférée, je l'avoue. Elle me rappelle ces années de geôle.

Jaune, source de chaleur et goût amer. Couleur d'un soleil bienfaisant, que notre corps engloutit avec avidité et qui, sans aucune gêne, nous marque de son empreinte. Ou encore, ce fruit citrin qui provoque sur notre figure des grimaces telles que nos molaires se serrent et nos lèvres s'étirent. La richesse de l'or, où l'ambre d'un pinceau trace la toile. Ce même canevas, où cet astre Dieu engendre les éclats et les ombres qui apparaissent dans tout ce qui est visible. Et ce cuivre voyageant de la vie et sa conclusion, car la feuille de l'arbre vire au jaune après avoir transité par son rouge, signe d'un crépuscule prochain. Elle fera sa chute vers le sol et viendra se frotter à ses sœurs où la grisaille de sa décomposition redonnera à la terre un apport de vie.

Bleu comme le ciel, l'océan, l'acier de l'homme créant le monde. Impossible d'imaginer la Terre sans le bleu, celui du ciel, aucune atmosphère permettant la vie. Aucune poésie décrivant l'océan, les reflets du soleil sur l'horizon d'une mer d'huile. Eh oui ! Encore cette rougeur qui est maintenant porteuse de calme, de paix et d'émerveillement.

---

Le bleu de l'acier du bâtisseur, synonyme de créations monumentales, érige des structures d'une incroyable complexité. Toujours ce feu rouge et en plus du bleu sortant de ces chalumeaux, cette grande chaleur apprivoisée qui fusionne le métal des écrous et le squelette d'alliage de ces immenses bâtiments.

Que sentir des tons de brun autre que l'odeur nauséabonde que nous nous imaginons ? Tous ces ocrés donnent son aspect au bois. La beauté de l'acajou est synonyme de richesse. La solidité de l'érable pâle, voulant également nous séduire avec sa sève si bonne quand elle atteint sa blonde saveur. Noisette, fruit de l'arbre et aussi couleur de l'œil que je trouve tellement jolies. Le beau souvenir d'une relation que je me remémorerai toute ma vie. Merci Sisi!

Je pourrais énumérer à n'en plus finir toutes les nuances que m'inspirent les mots ou les émotions. Il y en a tellement que je pourrais ne m'arrêter qu'après des dizaines de pages : le rose de sa fleur et de cette douce menthe, le lilas qui me rappelle ces deux magnifiques arbres de mon enfance dans le quartier Rosemont à Montréal, l'orange de ce fruit ou encore le rouge de l'amour de ma plus belle histoire et combien d'autres. Passons outre à chacune, assemblons-les plutôt. Le romantisme d'un arc-en-ciel où se mêlent les teintes pour former un si magnifique amalgame qui fait jouir l'œil et sa légende d'une richesse à sa base. Un jardin versicolore, de saveurs et de parfums où le rêve est roi. Ces friandises aux infinis reflets, notre cœur d'enfant les conserve en lui toute son existence.

Quelle que soit la couleur, elle m'accroche dans une mémoire, dans une rêverie, une phrase que je compose et dans chacune des sphères de ma vie. C'est l'histoire de mes couleurs.

---

## **Serge**

*Préparation aux études postsecondaires*

Centres de formation générale des adultes, CS Pierre-Neveu

Enseignante :  
Nicole Rouleau,  
Syndicat du personnel de l'enseignement des Hautes-Rivières

# UN CHAPITRE DIFFICILE ENFIN TOURNÉ

---

Chers lecteurs,

Je vous écris pour vous parler de ma transition du primaire vers le secondaire. Tout d'abord, nous nous retrouvons tous ici, à l'éducation des adultes, mais chacun de nous invoque des raisons différentes. Pour ma part, quand je suis arrivée au secondaire, je m'attendais à vivre une expérience un peu comme dans les films. J'entendais souvent dire par mes proches que mes années de secondaire allaient être les plus belles de ma vie, qu'il fallait que j'en profite à fond parce que le marché du travail, c'est dur et que les études et les leçons, c'est facile. Effectivement, sur ce point, ils avaient peut-être raison, mais avec les années, la dynamique des écoles a changé.

Dès mon entrée au secondaire, ma vie a complètement basculé, et ce, dans le mauvais sens. Pour moi, l'adolescence s'est traduite par un immense besoin d'attention et une recherche d'identité. Au primaire, j'étais la petite fille sage, tranquille, gênée, bonne à l'école, « chouchou » des profs et dont la mère était fière, jusqu'au jour où mon enfance m'a été enlevée par un garçon un peu plus âgé que moi. Du haut de mes 13 ans, ce que j'ai vécu m'a traumatisée et m'a transformée en adolescente délinquante qui fumait du pot et buvait en cachette. Au début, j'étais l'amie de tout le monde, mais des gens se sont mis à lancer de fausses rumeurs à mon égard. Du jour au lendemain, tout le monde m'excluait.

Durant plus d'un an, je me suis fait constamment insulter et humilier dans les corridors. Il m'est même arrivé de recevoir des messages de menaces sur les réseaux sociaux qui disaient que si j'allais à l'école, des gens allaient me battre ou me tuer. Inutile de vous dire que j'étais malheureuse. Je ne voulais plus aller à l'école par peur de devoir affronter ceux qui me faisaient vivre l'enfer tous les jours. J'étais anxieuse et je me suis isolée. Je me suis mise à manger mes émotions, carrément, ce qui m'a fait prendre

---

beaucoup de poids. J'ai perdu le peu de confiance et d'estime que j'avais et je ne me présentais presque jamais à l'école.

Un jour, j'ai commencé à avoir des idées suicidaires. À la maison, rien n'allait, je n'arrêtais pas de me chicaner avec mon frère et quand ce n'était pas avec lui, c'était avec mon beau-père. Plus le temps avançait, plus je sentais des symptômes dépressifs m'envahir. Puis, mon grand-père, Fernand, est décédé. C'était une forme de modèle pour moi, vraiment. Ce fut la goutte qui a fait déborder le vase. D'ailleurs, je n'oublierai jamais l'expression présente sur le visage de ma mère quand elle a eu la lourde tâche de m'amener à l'hôpital, car elle n'avait pas la force de m'apporter l'aide dont j'avais besoin. J'étais en détresse et, malgré moi, l'hôpital a décidé de me garder à l'unité D-5, à Chicoutimi. C'est là que j'ai compris que c'était sérieux, que ce n'était pas qu'une simple crise d'adolescence. Après 72 heures d'observation, une pédopsychiatre m'a diagnostiqué une dépression sévère et m'a prescrit des antidépresseurs.

À ma sortie de l'hôpital, alors que j'entamais ma quatrième année de secondaire, j'ai mis en branle mon idée de faire un changement d'école. J'ai fait les démarches nécessaires pour m'assurer que c'était la bonne solution pour moi. Une fois que ma décision serait prise et que je ne serais plus inscrite dans une polyvalente, il serait impossible de rebrousser chemin. L'école a essayé de me convaincre par tous les moyens de me faire changer d'avis, mais pour moi, c'était clair. Je devais partir pour me permettre d'aller mieux et de pouvoir continuer à avancer.

Finalement, ce fut, sincèrement, un des meilleurs choix que j'ai pu faire dans ma vie jusqu'à présent. L'éducation des adultes m'a permis d'acquérir de la maturité et de me refaire un équilibre de vie. En effet, avant de comprendre tout ça et de guérir une bonne partie de mes blessures, j'ai dû avoir des suivis avec plusieurs travailleuses sociales, des pédiatres, une pédopsychiatre et aussi une psychologue qui m'ont grandement apporté pour m'aider à passer au travers de ce que je vivais.

---

**Brittany Pelchat**  
2<sup>e</sup> cycle

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

Enseignants :  
Catherine Jammes et  
Nicolas Carpentier,  
Syndicat de  
l'enseignement  
De La Jonquière

À ce jour, j'ai 18 ans, je peux dire que j'ai survécu à tout ça et maintenant, je vais bien. Je suis une personne motivée et remplie d'ambition. Je mets énormément de temps et d'efforts pour réussir à obtenir mon diplôme d'études secondaires et je vais l'avoir bientôt. De plus, je suis très bien entourée : j'ai plein d'amis extraordinaires et une famille qui m'appuient et me soutiennent, que j'aime de tout mon cœur. Ai-je réussi ? Je peux dire que oui. Ces dures épreuves ont fait de moi la femme que je suis devenue. Je ne crois pas être plus forte. Par contre, je suis différente de ce que j'aurais pu être si rien de cela n'était arrivé.

Sachez tout de même que la douleur ne s'arrête pas au moment où les intimidateurs cessent leurs gestes et leurs paroles, car la personne qui subit des mois et même des années d'insultes reste marquée à vie. Les blessures sont souvent plus profondes qu'on ne le pense et on ne s'en rend compte parfois qu'en vieillissant, lorsque la douleur n'arrive pas à partir et que les cicatrices restent apparentes. Il n'existe aucun prétexte ni aucune bonne raison pour intimider ou blesser une personne. Les séquelles pour la victime et les conséquences pour l'agresseur sont très graves et sont à prendre en considération.

Quant à moi, la seule manière d'arrêter l'intimidation a été de rompre le silence comme je l'ai fait. Ceci étant dit, vous êtes désormais indirectement témoins de ce que j'ai vécu ces dernières années durant mon parcours au secondaire. Je vous remercie de votre attention et j'espère que mon histoire vous fera réaliser que si, un jour, vous ne voyez plus la lumière au bout du tunnel, il existe de l'aide partout autour de vous. Vous pouvez tous vous en sortir comme moi je m'en suis sortie et dans le positif. C'est maintenant à mon tour d'écrire les prochains chapitres de ma vie...

# ESSAI SUR LA NOSTALGIE

---

Ce matin, à peine levé tout comme le soleil, je mettais le nez dehors ; il y régnait une odeur particulière. Celle de l'air glacé du matin, combinée avec celle des feuilles mortes gluantes et imbibées d'eau contre le goudron mouillé. Une odeur qui m'a ramené à un moment où mon âge n'était pas un nombre, mais un chiffre, dans une promenade matinale sous les feuilles ocre brûlantes d'une forêt française ; à cette époque où tout était toujours plus simple, où le monde n'était pas aussi complexe, cette époque où l'ignorance des choses nous berçait encore d'une joie de vivre, d'une flamme qui semble s'être envolée avec tout le sérieux qu'a pris le monde lorsqu'on a fini par vieillir avec lui, laissant place au travail, à la gêne, à la tristesse, au regard des autres, ne nous laissant que de loin contempler une époque qui ne reviendra pas, celle où on était insouciant.

Ce bref moment qui m'eut presque donné envie de m'arracher la vie sous l'illumination de ce qu'elle était devenue et de ce qu'elle ne serait plus m'a fait remarquer une chose : il semblerait que notre but dans la vie soit de toujours retourner en arrière, et que ces choses qui nous réconfortent dans des moments de peine ne soient que des vestiges d'un passé que l'on prierait pour revivre comme la première fois. « Qu'est-ce que je ne donnerais pas pour réécouter cette chanson comme pour la première fois, pour revoir ce film comme pour la première fois, pour regagner

---

mon premier dollar, pour revivre mon premier baiser » ; qui ne s'est pas dit ça au moins une seule fois ? Les choses semblaient meilleures avant.

La nostalgie, c'est ce sentiment un peu triste quand on rejoue à un jeu des années après, sans s'émerveiller de tout en découvrir ; quand on fume une clope sur le balcon sans le frisson de la première, quand on dit je t'aime pour la millième fois, mais cette fois sans le ressentir. Mais surtout, la nostalgie, c'est ce sentiment entre l'euphorie et les larmes lorsqu'au détour d'un accident de notre cerveau qui nous fait mal ressentir les choses, au hasard d'un déjà-vu, par le miracle d'une chose que l'on redécouvre sous les décombres du temps où elle s'était enfouie, on peut presque toucher du bout du doigt le temps d'un éclair ce sentiment qu'on avait jadis, cette première fois. Le cœur qui explose comme si ce baiser était le premier, les joues qui nous brûlent comme si ce « Je t'aime chéri » était inédit à nos oreilles, comme si cette chanson était toute nouvelle, comme si ce jeu était le premier auquel on jouait et qu'on le connaissait à la fois par cœur, et dont chaque souvenir perdu dans le temps nous revenait aussi clair qu'il l'était lorsqu'il fut taillé ; une magnifique luciole qui s'illumine même en étant ensevelie dans un sablier, et qui, malgré la joie qu'elle nous procure de par sa simple existence, nous fait souffrir à l'idée qu'elle restera, et à jamais, prisonnière de son sablier, et que sa beauté douce-amère ne cessera de faiblir sous le temps qui passe.

La nostalgie, au final, c'est de se rendre compte que les choses n'étaient pas mieux avant, mais qu'elles étaient juste nouvelles. Malheureusement, cette réalisation n'empêche pas ce ressenti de frapper de plein fouet notre esprit sans crier garde, souvent en l'embourbant dans une mélancolie crasse et maussade, qui nous donne cette étrange sensation que nous ne sommes rien, si ce n'est qu'impuissants face à la nature du monde, et du temps qui nous force à le suivre. Nous tentons désespérément de retrouver le nouveau dans le passé, ironie aussi grinçante qu'à ses antipodes se trouve notre réflexe de rechercher le familier dans ce qui nous est inconnu.

---

La nostalgie n'est pourtant pas aussi âpre et morne qu'une photo en sépia contrairement à ce que je laisse penser jusqu'ici. C'est elle qui nous inspire quand on sait si bien mettre les mots sur la douleur et si bien mettre la douleur sur les mots, sur les toiles ou dans les portées, c'est celle qui nous fait tenir le coup dans un sourire malingre en tenant une photo de celle qui nous est chère, nous rappelant comme ces moments étaient doux, et qu'un jour ils reviendront avec elle ; c'est celle qui nous fait comprendre que ces heures n'étaient pas seulement belles, mais qu'elles étaient si indescriptiblement majestueuses qu'elles ont désormais une place dans le panthéon de nos souvenirs, de ces moments si ignoblement précieux que leur valeur inestimable nous transcende encore parfois en une douleur si désuète, telle une lame plantée dans l'âme et qui la réchauffe autant qu'elle l'attriste ; s'il n'y a qu'une seule et unique leçon à retenir de ce douloureux sentiment, c'est qu'il nous montre que chaque instant de notre vie, aussi insignifiant soit-il lorsqu'il s'écoule, pourrait un jour bien être l'un de ces moments que l'on chérit parfois à en souffrir, et pour lequel on donnerait ciel et terre pour le voir renaître.

Alors, si pour une leçon apprise il en faut donner une, la mienne sera qu'il faut rendre chaque journée que l'on passe plus chérissable les unes que les autres, car, ne pouvant empêcher cette flamme d'espoir naïf de perdre son éclat, étouffée sous les hiers qui s'accumulent au détriment des demains qui s'amenuisent, mieux vaudrait que le peu de ces derniers que nous avons encore à vivre se fasse en contemplant un souvenir tendre et morne plutôt que dans le regret de ne pas pouvoir les revivre ; ces moments n'ont de bon que le fait qu'ils soient passés, et chaque seconde qui passe ne les rend que meilleurs si on les prend pour ce qu'ils sont.

---

**Lucas Segarra**  
*Présecondaire*

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

Enseignante :  
Manon Michaud,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région de la Mitis

# JE, ME, MOI ET TAIS-TOI !

---

Vous savez ce jour que vous avez attendu avec beaucoup d'impatience, où vous savez que c'est vraiment le bon, le véritable... C'est une histoire qui va si vite. Qu'un jour, tu regardes ta vie de haut et puis pouf ! Tu ne te reconnais plus... Où chaque nouveau jour est un énorme pont à traverser. Là où tu te sens seule dans ton univers, à part de tous !

Imaginez-vous être seule au monde ?

Personnellement, moi j'appelle ça la mort lente d'une âme... mais les professionnels appellent ça de la « violence conjugale ». Quand tu as tout donné, que tu n'as plus d'énergie et que ton existence est à cent pour cent contrôlée par ta relation toxique. Maintenant tu as peur d'absolument tout... Tu es prise, tu veux partir, mais tu ne sais pas comment et tu sens que chaque jour tu te noies de plus en plus. Chaque pas que tu fais, chaque respiration que tu prends, on te l'arrache des mains. Chaque nouvelle t'apporte d'autres questionnements, mais toujours sans réponse !

Tout ce que tu sais maintenant, c'est que tout est de ta faute ! Une fois que ton âme, ta chair, tes pensées et ta façon de parler sont « hors d'usage » tu ne peux plus faire demi-tour. Il te retrouverait, il te chanterait ENCORE ses belles paroles (que tu connais déjà par cœur). Même si tu le sais qu'il ne les respectera pas... Tu as pitié de lui, mais voyons qu'est-ce qu'il va faire sans moi ? Et voilà que tu y retournes... encore ! Plus souvent tu y retournes, moins il y a de portes de sortie et ton seul moyen à long terme deviendra un suicide ou un homicide. Pas le choix, c'est toi ou lui. Tu ne sais pas quand ni où, mais tu attends seulement le bon moment et tu es prête ! Tu as peur... et c'est normal !

Après tout ça, après tous ces sentiments refoulés il décide de te laisser, de t'abandonner, mais tu ne pleures pas... Tu es en colère contre lui, contre tout ce que tu as fait pour lui. Maintenant, tu ne vis que de la haine, de la rancune et de la déception !

---

Finally, tu es bien sans lui non ? Cela a pris du temps à t'habituer, mais enfin tu respire à nouveau et tu peux maintenant être libre pour toi-même ! Ce qui a été et est le plus difficile dans tout ça, c'est l'après. Te construire une deuxième fois, c'est un vrai défi de tous les jours (Je le sais moi). À certains moments, tu penses que c'est impossible, mais moi, je te le dis aujourd'hui, sache que tu avances même si ce n'est pas aussi rapidement que tu le voudrais. C'est long, je sais... Tu as encore beaucoup de colère, mais profite-en pour penser à toi. Pour le moment, c'est mieux comme ça.

Les hommes... Ah ! Les hommes ! Tu les crois tous pareils, ils sont tous dans le même bateau, tu dis... Laisse-toi du temps pour recommencer à t'aimer en premier avant. Savais-tu qu'environ 75 % des femmes vivent au moins une fois de la violence conjugale dans leur vie ? Donc tu n'es pas seule ! C'est difficile sortir de relations toxiques comme ça. Je ne le croyais pas avant de le vivre. Se construire, c'est long, mais ça prendra le temps qu'il faut.

Aujourd'hui, si tu es sortie de tout ça, c'est que tu es une femme forte et je te le dis, même si tu es encore là-dedans... Nous sommes fortes, nous méritons le bien... Je veux que tu saches que tu es une bonne personne et nous valons tous la peine d'être entendues à ce sujet !

Liberté d'expression, égalité, entraide, respect, ce sont tous des mots qui me tiennent à cœur.

Vivre et laisser vivre !

---

**N.S.L.**

*Présecondaire*

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

Enseignante :  
Lyson Burgoyne,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Estrie

# LA BELLE ET LE CLOCHARD

---

Par une belle journée d'été, une mère enceinte et ses deux magnifiques enfants habitaient une maison de campagne à Sacré-Cœur-de-Marie, près de Thetford-Mines dans un petit rang. Jeffrey, le plus vieux de la famille, était âgé de cinq ans. Jayden, lui, était âgé de deux ans et demi. Cette belle famille avait un animal de compagnie : Brendy, un labrador noir.

C'était un beau matin de juillet très ensoleillé. Les oiseaux chantaient et les champs étaient beaux. Les enfants décidèrent d'aller jouer dehors et de s'aventurer un peu plus loin derrière la maison. La mère, quant à elle, alla sarcler son jardin et cueillir quelques fèves prêtes à être mangées. Jeffrey et Jayden marchaient vers la grange vide depuis que leur père était décédé à la guerre. Jessica, courageuse, continuait d'avancer avec cœur et n'abandonnait rien de son quotidien avec son défunt mari. Elle était enceinte de 16 semaines, la pauvre. Une figure masculine aurait été d'un grand secours. Jeffrey s'arrêta devant la grange et vit quelque chose de bizarre. Il décida d'entrer avec son petit frère. Ce qu'il aperçut l'apeura. Le garçon trouva un abri, des couvertures, des oreillers, des vêtements troués et même très sales, des tasses et de la nourriture pourrie. Jeffrey et Jayden étaient effrayés. Ils criaient de toute leur force et sortirent en courant de la vieille bâtisse. La mère partit à courir vers eux, effrayée d'entendre les enfants crier de peur comme cela. Elle demanda aux enfants ce qui s'était passé. Jeffrey pleurait. Jessica ne comprenait pas pourquoi. Le bambin dit à sa mère : « Viens voir dans la grange, maman. » Alors la mère, sans perdre une minute, dit aux enfants : « Allez dans la maison, je vais aller voir ce qui vous effraye. » Les enfants coururent dans la maison pendant que la mère inspecta le bâtiment avec Brendy très protectrice et fidèle envers sa famille. La mère était effrayée de voir l'abri et se demandait depuis combien de temps cette personne vivait sur ses terres. La journée même, elle appela sa meilleure amie et la pria de venir coucher chez elle pour garder ses enfants afin qu'elle surveille la grange. La nuit

---

passa et elle ne vit jamais la personne à qui appartenait les effets personnels. Le lendemain, la mère cuisinait pour les repas de la semaine. Pendant ce temps, les enfants jouaient dehors en avant de la maison. À un moment donné, la mère s'avança pour regarder si les enfants étaient encore bien là. À cet instant, en regardant, elle vit un homme dans la cinquantaine, cheveux longs très sales et gras avec une grosse barbe longue qui discutait avec ses enfants. Le monsieur ressemblait beaucoup à un clochard et c'était sûrement cet homme qui s'abritait dans sa grange. Elle sortit de la maison en criant : « Qu'est-ce que vous faites ici ? Tassez-vous d'à côté de mes enfants. » Le monsieur recula, l'air triste et bizarre. Les enfants rentrèrent dans la maison et la mère parla avec ce clochard. La mère demanda au monsieur clochard si c'était lui qui s'abritait dans sa grange. Il répondit : « Oui, madame. » « Mais pour quelle raison restez-vous dans ma grange ? », dit Jessica au clochard. Le monsieur très gentil lui répondit : « Madame, je ne sais pas par où commencer, mais je vous connais depuis que vous êtes toute petite. » L'homme lui raconta sa vie et les raisons pour lesquelles il était devenu un clochard. « J'avais une famille tout comme toi ma chère. Je travaillais dans la construction et tout allait très bien, mais un jour j'ai fait une grosse dépression et je suis tombé dans la drogue. Je suis parti loin de ma famille pour ne pas la briser plus. Alors, j'ai tout perdu et c'est pour ça que je suis devenu un clochard. Je n'avais plus rien. Seulement des souvenirs. Ça fait aujourd'hui 25 ans que je n'ai plus de famille, mais je veux me reprendre en main. J'ai fait des recherches pour te retrouver et je t'ai enfin là, devant moi. Ma fille. Je ne savais pas comment m'y prendre pour venir te voir, alors je me suis installé dans ta grange. Je voulais reprendre les années passées que je n'ai pas pu vivre avec toi et j'aimerais que tu me laisses une chance. Je voudrais connaître tes enfants si merveilleux. Je suis si fier de toi. » Jessica, bouleversée, mais aussi en colère de ne pas avoir connu son père, décida de lui laisser une chance et de l'aider à se refaire une vie stable. Il pourrait travailler comme tout le monde. Le temps passa, ça faisait déjà trois semaines que Jessica avait retrouvé son père. Très content, il s'occupait de ses petits-enfants. L'adaptation se faisait bien, et la mère était très heureuse. Elle avait enfin quelqu'un sur qui elle pouvait compter. Jacques, le père, s'est trouvé un bon emploi dans

---

**Jessica Dussault**  
*Présecondaire*

Centre d'éducation  
des adultes L'Escale  
(Thetford Mines),  
CS des Appalaches

Enseignante :  
Judy Ann Leblanc,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Amiante

la construction comme il le faisait auparavant. La jeune femme était tellement contente du retour de son cher père qu'elle décida de détruire la grange et de faire construire une maison pour celui-ci. Son père était rempli de gratitude à l'égard de la vie. Le fait de ravoir une vie normale et de pouvoir enfin profiter et gâter sa famille le comblait entièrement.

Finalement, après cinq mois, le bébé arriva. Il était en pleine santé ! Curieusement, le petit garçon avait les traits de son défunt père.

---

## MA VIE SANS TOI

---

Ma plus belle journée, c'est quand tu es apparue dans ma vie. Je t'aimais déjà, tu étais si belle, j'étais toujours avec toi. Malheureusement, tu nous as quittés trop vite. Je ne sais pas pourquoi, mais j'aurais le goût de passer une autre journée avec toi. Tu me manques énormément, j'aurais aimé t'avoir avec moi pour toute la vie. Même si je sais que la vie ne peut pas te redonner à moi.

Tu sais, j'ai beaucoup pleuré depuis que tu t'es envolée vers le ciel. Je regarde toujours ton endroit préféré et chaque fois je me dis que ça fait un grand vide parce qu'on était toujours ensemble. Quand je vais dehors, je m'assois et je regarde le ciel en pensant à toi. Je suis fâchée que tu sois partie, mais au moins tu ne souffres plus. Tu voulais encore t'amuser, mais tu en étais incapable, tu ne pouvais plus bouger. Ça m'a fait très mal de te voir dans cet état-là. Quand tu as poussé ton dernier souffle, j'ai su que ton âme défilait dans le vent et dans le ciel. Une chose est sûre, tu es gravée à jamais dans mon cœur et dans ma tête.

---

Je me suis toujours dit que la vie était injuste parce qu'on vit pour être effacé. Si l'on pouvait vivre tout simplement et ne jamais partir. C'est dur de perdre un proche, c'est blessant parce qu'il faut toujours être fort, et ne jamais baisser les bras. Si on les baisse, nos efforts seront devenus inutiles. Ça ne nous redonnera pas ce qu'on a perdu. Il faut continuer de se battre, oui ce n'est pas facile, car parfois on se laisse aller, comme si la vie n'existait plus, comme si le temps serait arrêté. Parfois, on ne mange plus parce qu'on a perdu quelque chose de précieux, ou quelque chose qui comptait à nos yeux, mais la vie est compliquée à comprendre. Il faut la vivre, continuer de se lever le matin, faire notre routine habituelle et s'adapter à ces situations injustes. Le pire dans tout ça ? On va revivre d'autres drames.

J'ai grandi avec toi, ma meilleure amie. J'ai pris soin de toi depuis ta naissance. Je dois me dire que tu veilleras sur moi tous les jours de ma vie, car j'ai toujours été là pour toi. Je voulais partager cette histoire parce que, quand je t'ai perdue, ma chienne si précieuse qui protégeait notre famille, ça m'a vraiment fait mal. Je ne voulais plus manger. J'allais même porter ton plat de manger à ta cabane comme si tu étais toujours là. J'ai fait ça trois fois. Une autre fois, je voulais prendre ma marche comme je faisais tous les jours. Alors, j'ai pris la laisse, je suis allée jusqu'à ta cabane et je t'ai appelée, quand j'ai vu que tu ne venais pas. Je suis retournée dans la maison avec des larmes sur mes joues. Je me suis remémorée des souvenirs.

Et voilà, vous connaissez mon histoire, j'espère qu'elle vous plaira et vous aidera dans votre vie.

Macha, tu étais une chienne si formidable !

---

**Sabrina Bellefeuille**  
*Présecondaire*

Centre Christ-Roi  
(Mont-Laurier),  
CS Pierre-Neveu

Enseignante :  
Marie Eve Désormeaux,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières

# MA MERVEILLEUSE MÈRE

---

Bonjour,

Je m'appelle Sarah. Aujourd'hui, je vais vous dire pourquoi je suis la fille la plus chanceuse au monde. L'année passée, par un bel après-midi ordinaire, ma mère a fait un arrêt cardiaque au Centre dentaire Beaudry Chicoine. Ce soir-là, en revenant de l'école, ma vie a complètement changé. Nancy, la blonde de mon père était là et elle m'a dit : « Ta mère est à l'hôpital. » Je suis partie tout de suite en grosse panique et en pleurs et je lui ai demandé si elle allait bien, mais elle ne m'a pas répondu et elle est partie.

Je ne dormais plus, je ne travaillais plus parce que je n'étais plus capable de me concentrer. Je ne mangeais plus, ma vie n'était tellement plus la même sans ma mère que j'adore plus que tout. J'avais tellement peur de la perdre.

Ma mère était à l'hôpital de Saint-Hyacinthe, j'ai donc voulu aller la voir, mais son chum ne voulait pas. Il n'arrêtait pas de me dire : « Ne viens pas, je ne veux pas que tu la voies comme ça. » Je lui disais que je viendrais pareil et que je voulais la voir. Il a insisté, alors je n'ai pas pu la voir cette journée-là.

Par la suite, ma mère a été transférée à l'Institut de cardiologie de Montréal.

Après quelques jours, notre père, qui était déjà très absent de nos vies, a enfin décidé de nous prendre.

Chaque jour, il nous répétait : « Votre mère va sûrement mourir, il faut vous habituer à vivre ici ! ». Pour tenter de garder le rythme habituel à mes sœurs, je leur répétais souvent : « Faites vos devoirs, gardez vos verres pour votre lait pour quand vous allez vous coucher. » Il m'accusait souvent de vouloir faire ma loi dans la maison et que je voulais le défier pour montrer que c'était moi le maître de la maison. Tous les soirs, il m'engueulait, il arrivait même qu'il me bousculait.

---

Un jour, il a appelé la police en disant qu'ils avaient peur de moi, ils étaient convaincus que j'allais les tuer. Il m'accusait aussi d'avoir poussé Nancy et qu'elle se soit déplacé deux côtes à cause de moi. En vérité, deux jours plus tôt, elle est tombée dans les marches de son bar. Ils m'ont alors menacée de m'envoyer dans un centre jeunesse lorsque ma mère serait morte.

Le lendemain matin, vers 5 heures, mon père m'a dit : « Crisse ton camp d'ici tout de suite ! ». Je lui ai répondu : « Je ne peux pas prendre ma valise et mes deux sacs en scooter. » Il m'a répondu : « J'en prends juste un, alors décide. » Tout le long pour me rendre chez moi, il me suivait avec son camion de très près, ce qui m'effrayait beaucoup. À chaque départ de stop, il faisait du bruit avec ses roues.

En résumé, il n'a jamais su nous aider à aller mieux au moment qu'on en avait le plus besoin.

Ma mère a donc reçu un signalement de la DPJ le lendemain. Elle est si incroyable, elle a réussi à nous ramener toutes les quatre ensemble à la maison, avec l'aide de ma grande sœur, de ma demi-sœur Marie-Jeanne et de ses amis pour que nous ne soyons pas toutes placées durant son combat déjà très dur pour elle. La vie avait déjà un plus grand semblant de normalité.

Le 4 novembre fut l'une des plus belles journées de ma vie. Mes sœurs et moi sommes allées voir ma mère en déguisement d'Halloween. On donnait des bonbons aux employés de son unité de soin. Après, nous sommes allées dans le salon pour parler et être juste en famille. Quelques minutes plus tard, deux médecins sont venus nous voir pour parler à ma mère. Ils ont demandé à voir ma mère seule. De là, ma mère a demandé si c'était une mauvaise nouvelle, la docteure a fait signe que non, alors elle a dit : « Pour une fois que j'ai mes cinq filles ensemble, elles peuvent entendre ce que vous avez à me dire. » Nous avons appris qu'ils avaient enfin trouvé un cœur pour ma mère, qu'il était en route et qu'elle devait se rendre en salle d'opération.

---

**Sarah Claing-Chaput**  
*Présecondaire*

Centre de formation  
des Maskoutains  
(Saint-Hyacinthe),  
CS de Saint-Hyacinthe

Enseignante :  
Valérie Demers,  
Syndicat de  
l'enseignement  
Val-Maska

Wow ! Quel moment indescriptible, ma mère allait enfin être sauvée !

Ma mère est la personne la plus chanceuse au monde parce que, lorsque c'est arrivé, elle était censée être à Cuba. À ce moment-là, l'ouragan Irma a frappé, elle a dû déplacer ses vacances puis elle a pris un rendez-vous dernière minute pour ma petite sœur chez le dentiste à 14 heures. Habituellement, ma mère faisait une sieste à cette heure-là, alors nous aurions pensé qu'elle dormait cet après-midi-là et on l'aurait réveillée juste à l'heure de la préparation du souper et c'est là que nous aurions dû constater son décès...

Voici maintenant un bout de l'histoire que ma mère m'a racontée.

Elle savait depuis le début qu'elle n'avait pas grand chance de survie, mais ce qui lui a fait tenir le coup si fort c'est NOUS ! Elle avait si peur de notre avenir si jamais elle ne s'en sortait pas que, malgré tous les diagnostics défavorables, elle a toujours cru très fort qu'un miracle arriverait.

Son espérance ne fut pas si farfelue, tout se mettait contre elle, mais le miracle est arrivé le 4 novembre 2017 ! Elle a reçu son cœur !

Il était parfait pour elle et, après des mois de dur combat contre la douleur, la perte de motricité, le deuil de sa situation, elle est aujourd'hui redevenue ma maman que je connais, même plus forte encore !

Elle est mon héroïne !!

Jamais je ne vais être assez reconnaissante envers les dentistes qui ont sauvé ma merveilleuse mère ainsi qu'à la famille du donneur.

Grâce à eux, je peux vous raconter une histoire qui se finit plus que bien et heureuse.

# LE WENDIGO

En cette nuit d'hiver 1892, dans une forêt située dans le nord du Québec, cinq chasseurs couraient à leur perte. Bravant le froid mordant, le vent glacial et l'épaisse couche de neige, les chasseurs s'étaient embarqués dans une partie mortelle du chat et de la souris. Puisqu'au fond de cette maudite forêt, une bête engendrée par le péché rôdait, appelée par le murmure de l'hiver et animée par une faim insatiable. Depuis plus de vingt ans, cette chose ne fut qu'une source de tourments et de terreur, consommant les récoltes, massacrant le bétail et dévorant hommes, femmes et enfants, détruisant parfois des familles entières en une seule attaque avant de disparaître dans la nuit.

Chacun des hommes venus affronter la mort connaissait bien la sauvagerie de la bête. Tous avaient vu l'un de leurs proches leur être arraché par ses griffes. Joseph, le plus vieux et le plus déterminé des chasseurs, vit son fils être emmené au loin par la bête il y a plus de vingt ans et ne le revit plus jamais. Tout comme Roger, qui perdit également sa femme lors de l'attaque. David, un ancien voltigeur à la retraite, n'eut que peu de choses à enterrer lorsque le monstre lui prit ses filles. Gaétan, dit le pouilleux, ne perdit aucun être cher, mais les attaques perpétuelles à l'encontre de son bétail et de ses réserves le menèrent à la ruine. Dylan, le plus jeune du groupe, fut le seul survivant de sa famille lorsque la bête attaqua. Tous avaient juré d'abattre le monstre, quel qu'en soit le prix.

Plusieurs les traitèrent de fous, d'imbéciles et de suicidaires, sans comprendre. Sans comprendre qu'ils ne pouvaient espérer vivre en paix tant qu'ils ne l'auraient vaincue, qu'ils ne désiraient point la mort, mais qu'ils ne la craignaient plus et qu'ils ne laissaient rien au hasard. Grâce aux conseils prodigués par des Algonquins, les chasseurs purent

---

préparer un plan, qui leur donna une chance de pourfendre leur cible. À la fois chasseurs et appâts, ils patrouillèrent à un peu plus de cent mètres d'un camp de bûcherons abandonné, lieu de la dernière attaque répertoriée, qu'ils eurent préparé quelques jours plus tôt au vu de leur plan, s'en éloignant juste assez pour éveiller la tentation de la bête, mais restant assez près pour s'y réfugier le moment venu.

Les cinq hommes savaient que tout se jouerait cette nuit. Les conditions étaient toutes présentes, parfaites. Prenant leur courage à deux mains, exposés au froid mordant, au vent glacial et à la neige, ils attendirent. Au fil des heures, l'attente devint pratiquement insoutenable. Assaillis par le stress et la fatigue, les membres endoloris par le froid, seuls leur détermination et leur désir ardent de vengeance leur permirent d'endurer ce calvaire. Alors que bien des gens auraient abandonné, ils restèrent là, attendant un signe. C'est alors que bien des gens auraient abandonné qu'elle vint.

Les chasseurs sentirent d'abord son parfum malsain de maladie et de mort, capable de causer malaises et sueurs froides même chez les hommes les plus courageux. Puis, un cri perçant et glacial, capable de transpercer n'importe quelles âmes comme une lance, se fit entendre au travers du vent. Aussi subi qu'une bourrasque, un bruit de déchirure et d'éclaboussure se fit entendre à l'arrière du groupe. Les quatre chasseurs restants eurent l'instinct de former un cercle, privant la bête de la chance de les surprendre de nouveau comme elle avait surpris Roger, dont le corps sans tête vint s'écrouler sur la neige. Les quatre hommes cherchèrent la bête des yeux, à travers les arbres et le blizzard, et ils la virent, entre deux arbres, la bête, le wendigo.

Le monstre les observa de ses yeux, sans paupières, brillant comme des braises ardentes. Dur de croire que cette chose fut un jour humaine, sa silhouette, grande et émaciée, ainsi que des vestiges de pantalon en lambeaux furent les seules traces de son passé. Son corps squelettique était couvert d'une mince peau tendue d'une couleur de cendre. Sa

---

bouche sans lèvres et ses joues pelées, percées, formaient un rictus macabre, révélant des crocs, là où auraient dû se trouver des dents humaines. Tenant entre ses longs doigts décharnés et griffus la tête de Roger, le wendigo, connaissant la raison de leur présence, leur lança un regard de défi.

Ne se laissant point intimider par le démon, les chasseurs ouvrirent le feu, déversant une pluie de balles que le monstre ne craignait guère. Plus rapide que le vent, il évita chaque projectile, protégeant son cœur, l'un de ses seuls points faibles. Se servant des tirs pour couvrir leur fuite, les chasseurs se replièrent au campement et se barricadèrent dans la cuisine qu'ils avaient fortifiée. Gardant chaque entrée, chaque orifice du bâtiment, les chasseurs repoussèrent le wendigo plusieurs heures durant. Au petit matin, alors qu'il eut un moment d'inattention, Dylan fut emporté par la bête qui le tira par la fenêtre qu'il gardait. Faisant la sourde oreille aux cris d'agonie de leur compagnon, les hommes restèrent à leur poste sachant que leur tour viendrait bientôt. Épuisé et bientôt à court de munitions, mais toujours debout, David donna le signal. Joseph descendit alors dans la cave, laissant les deux autres à leur poste, puis il attendit, armé de sa Winchester et d'une lampe à huile. Quelques instants plus tard, un véritable vacarme se fit entendre, composé de bruits d'éclat, de coups de feu et de cris, puis ce fut le silence. La trappe s'ouvrit, et le wendigo descendit, s'avançant lentement vers le dernier chasseur ayant osé le défier, savourant d'avance sa victoire. Joseph tira ses dernières balles qui ne touchèrent que quelques bouteilles qui éclaboussèrent les murs et le monstre, amusé par la situation. Joseph prit alors la lampe et la lança, non sur la bête, mais sur le mur du fond éclaboussé par l'alcool des bouteilles qui s'embrasa créant un brasier qui les prit tous les deux au piège. Et tous deux furent consumés par les flammes, mettant fin au carnage du wendigo.

---

**Samuel Fortin**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre d'éducation  
des adultes (Dégelis),  
CS du Fleuve-  
et-des-Lacs

Enseignante :  
Louise Proulx,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Grand-Portage

# JE ME SOUVIENS

---

Oui, c'est bien moi, je ne jette rien. Je garde toutes mes choses quelque part dans la maison. Quand on me demande pourquoi je garde tout, je n'ai pas de bonne réponse à donner. C'est peut-être parce que j'essaie de préserver et de protéger mes souvenirs... Pour moi, chaque objet représente une époque dans ma vie compliquée, une vie assez difficile, pleine de hauts et de bas, mais que voulez-vous, c'est ma vie à moi et pour rien au monde je ne voudrais l'échanger pour une autre vie.

Il y a quelques jours, quand j'étais en train de chercher un document dans mon ancien téléphone, j'ai retrouvé par hasard un souvenir qui m'est bien cher, un souvenir qui me tient à cœur, une partie perdue de moi-même, un épisode de ma vie d'adolescent. C'était une vieille chanson et je me suis mis à écouter cette belle chanson d'amour. Et soudain, je n'étais plus capable de bouger. Je tremblais et mon cœur battait plus rapidement. La première image qui me vint en tête fut celle de Sarah, mon amoureuse. J'ai fermé les yeux. Mon cœur s'est ouvert et j'ai été envahi par un immense flot de souvenirs. Elle était là, toujours aussi belle, un sourire magique accroché à ses lèvres. Un sourire qui pourrait redonner la vie à un cœur de pierre. Ce jour-là est resté pour moi inoubliable, car il était rempli de sentiments intenses et profonds faits d'un mélange de tristesse et de joie.

Je vais raconter l'histoire de ce jour, même si c'est une histoire douloureuse. En effet, c'était le jour où nous nous sommes dit adieu, mon amoureuse et moi. La journée était encore plus triste, car une pluie lente et fine tombait sur le parc près de chez moi. Il me semblait aussi que le ciel avait un air chagrin. Je me trouvais dans le parc lorsque j'aperçus Sarah qui se tenait sous un parapluie et regardait vers l'étang. Ce beau tableau vint me rappeler les belles journées que nous avons passées ensemble. C'est alors que je me suis approché d'elle et que j'ai posé ma main sur son épaule. Elle se tourna vers moi et, très surprise, elle me prit dans ses bras. J'ai respiré l'odeur de ses cheveux mouillés dans mon visage. Le fait de sentir son corps contre moi m'a enivré d'un doux plaisir. Je me rappellerai toujours très bien

---

cette délicieuse sensation d'amour et de chaleur que j'éprouvai à me trouver dans ses bras. Nous nous sommes assis sur un vieux banc protégé par un abri. J'ai choisi ce moment pour prendre sa main dans mes mains et pour lui dire que je dois partir loin d'elle, pour le Canada. Elle est demeurée muette et son regard devint livide. Je lui dis alors qu'elle savait sans doute que ce moment devait arriver. Les larmes ont monté dans ses yeux. Et soudain, elle se leva et se mit à courir. J'ai crié parce que je voulais la retenir. J'ai couru, j'ai saisi son bras, je l'ai embrassée, je lui ai dit que je ne l'abandonnerais jamais et qu'on se retrouverait certainement un jour.

Je l'ai retenue quelques moments de plus, nous nous sommes assis pour écouter à deux cette merveilleuse chanson qui nous avait unis par le passé. Après avoir écouté la chanson, elle se mit à pleurer et elle m'embrassa une dernière fois en me disant : « Je t'aime, je t'aime, prends bien soin de toi. Adieu mon amour ! ».

Même si plusieurs années se sont écoulées depuis ce temps, chaque fois que j'écoute cette chanson, je me trouve encore à aimer les souvenirs doux et amers qu'elle me rappelle.

---

**Sattar Abdul**

*2<sup>e</sup> cycle*

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

Enseignante :  
Isabelle Thériault,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Estrie

---

## LOIN DE TOI, LOIN DE MOI

---

Toi et moi, nous étions nous,  
Toi et moi on est un tout,  
Tu m'as connue, tu m'as aimée,  
Tu m'as appris, tu m'as guidée,  
Tu connaissais les douleurs de mon passé,  
Tu as pourtant décidé de rester,  
Tu as compris que j'ai souffert,  
Tu as contribué à ce que j'arrive à me plaire,  
J'ai eu besoin de m'évader,

---

**Marie Lou Lévesque**  
2<sup>e</sup> cycle

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

Enseignante :  
Isabelle Thériault,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Estrie

Pour enfin arriver à m'aimer,  
Tu n'as pas choisi de m'abandonner,  
Bien au contraire, tu m'y as même menée,  
En thérapie je suis allée,  
Me respecter, me connaître et m'aimer,  
Bien des gens se seraient sauvés,  
Mais toi, tu as choisi de m'épauler,  
Quand j'ai mal, toi tu es là,  
Quand je me sens bien tu es là,  
Chaque moment où j'ai besoin de toi,  
Tu me prends dans tes bras,  
Je ne te serai jamais assez reconnaissante,  
De tout ce que tu as fait pour que je devienne puissante,  
Grâce à toi j'ai évolué,  
Tu m'as poussée à me surpasser,  
Tu m'as écoutée et appuyée,  
Chanceuse, je suis, que tu aies choisi de m'aimer,  
Merci la vie de t'avoir mis sur mon chemin,  
Merci de ce que tu es, de près et de loin,  
Tu es un homme très surprenant,  
Persévérant et aimant,  
Je suis comblée de bonheur,  
De toute la place que tu m'as faite dans ton cœur,  
Je ne suis pas parfaite, j'ai des défauts,  
Mais je te promets de faire tout ce qu'il faut,  
De t'aimer et de travailler sur moi,  
Pour que tu continues de croire en moi,  
Toi et moi, nous étions nous,  
Maintenant, ensemble on fera tout,  
Accepte ma main,  
Jusqu'au jour où il n'y aura plus de lendemain...

Ta femme, Lou.

# QUI ES-TU ?

---

Je crois que tu ne te rends pas compte à quel point tu contrôles ma vie jour et nuit depuis maintenant vingt-huit ans. En fait, tu es présent depuis que je suis toute petite. Tu fais littéralement partie de moi, de mes gènes. Tu me contrôles sans que je le sache. Je n'avais que quelques soupçons à ton égard. Crois-moi... J'aurais préféré que tu ne t'immisces pas dans ma vie, ne pas avoir à te côtoyer ni sentir ta présence en moi.

Aujourd'hui, lors d'un moment d'égard, je réalise que je suis épuisée par le nombre de crises physiques causées par ta faute. J'ai de la difficulté à me concentrer. Je regarde l'arbre par la fenêtre. Tout comme moi, je me dis qu'il ne vit pas le moment présent. Son état change comme les feuilles qu'il perd et il se dit sans doute que le temps passe vite. On voudrait tellement, ne serait-ce qu'une petite heure, rester dans le moment présent, mais c'est difficile à cause de toi.

Je veux te dire à quel point tu me déranges, mais non seulement, tu déranges aussi les gens autour de moi. Tu me nuis, me fermes plusieurs portes et parfois même, me fais jouer avec les mots de même qu'avec mon langage. Toutes les choses auxquelles je pense, je les dis haut et fort sans avoir de filtre. Tu affectes mon humeur, mes émotions et mon corps. Il y a des journées où je pourrais courir un marathon et d'autres où je préférerais rester au lit et ne rien faire. Chez certaines personnes en qui tu t'immisces, tu les entraîne à avoir une faible estime d'elles. Cela les incite parfois à penser au suicide. C'est grave ce que tu nous fais subir.

À l'inverse, tu peux aussi me faire vivre de grands succès et grâce à toi, le pouvoir m'habite. Tu me donnes tout le courage dont j'ai parfois besoin. J'ai le souci du détail et de la perfection. Grâce à toi, je suis remplie d'empathie, ce qui fait de moi une personne capable d'écouter, d'aider les gens. Il m'est simplement plus difficile de m'aider moi-même.

---

**Jessie Massé-Lévesque**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CS des Chênes

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

Je passe évidemment un temps fou à m'imaginer des scénarios catastrophiques liés aux peurs qui m'habitent. C'est un euphémisme d'affirmer que j'ai beaucoup d'imagination sur ce qui pourrait M'ARRIVER. Cette imagination accroit inévitablement toutes mes appréhensions. Je pourrais l'utiliser pour innover, écrire un livre, dessiner, peindre, même inventer des jeux. Bref... Tu me suis constamment et telle une vague, tu m'envahis au moment où je m'y en attends le moins. Tu me fais parfois vivre de belles réussites, mais la plupart du temps, ton apparition me remplit d'effroi.

J' imagine un instant tout le potentiel que je pourrais avoir si je réussissais à te contrôler. Lorsqu'on n'est pas sous ton emprise, il est plus difficile de percevoir l'immense courage qu'il faut pour une personne comme moi de t'affronter, de sortir de cet isolement et d'éviter le combat de mes frayeurs. J'ai à me battre constamment contre toi et à force de t'affronter, je me dis que je serai peut-être en mesure de te maîtriser. Qui sait ?

Les médecins ont émis un diagnostic, ils t'ont donné un nom, TROUBLE ANXIEUX.

Maintenant que je le connais, que je sais qui tu es, je peux mieux m'outiller afin de retrouver l'espoir de m'en sortir. Comme le disait Albert Einstein : « Chaque être humain est un génie, mais si l'on juge un poisson à sa capacité à grimper un arbre, il passera sa vie à croire qu'il est stupide. »

En étant consciente de ce qui m'habite, je comprends mieux cette chose que tu es et ne doute plus de mes compétences, de ma valeur.

# L'ESPOIR EST POSSIBLE

---

Toi, à qui cette lettre est destinée. Toi, qui te retrouves à lire ces quelques mots. Je veux te partager l'espoir, l'espoir d'une vie légère, d'une vie pleine de douceur et de joie. La vie te montrera, dès le plus jeune âge, qu'elle peut donner, mais qu'elle peut aussi reprendre. Que la vie est douce, mais aussi violente. Elle nous pousse à nous dépasser, mais aussi, nous fait tomber. Elle nous fait parfois porter tout le poids de la vie sur nos frêles épaules. Nous fait prendre des détours sur le chemin que nous avons à suivre. Des détours tortueux, mouvementés et difficiles, nous faisant douter de notre capacité à la suivre et nous font tomber à genoux. Nous faisant redouter le pire à chaque tournant. Arriverons-nous à la fin de ce chemin ? Que va-t-il nous arriver lorsque nous y serons ? Certains se raccrochent à des croyances ou à des oui-dire, mais savons-nous vraiment ce qu'il y a à l'arrivée ? La vie nous fait voir ses deux côtés au cours de notre marche vers la fin.

Nous montrant ce qu'elle a de plus beau : un ciel d'un bleu immaculé, une nuit calme et paisible, silencieuse, illuminée de ces minuscules petits points scintillants qui éclairent la nuit et nous font sentir poussière sous cette immensité. La lune, cette lune, cet astre céleste, qui éclaire notre chemin dans cette pénombre.

La vie nous montre aussi ce côté qui nous détruit et nous décourage. Celui qui nous fait plier, tomber, arrêter. Celui qui nous force à abandonner en cours de route. Elle nous montre la misère des autres, celle de ceux qui n'arrivent plus à avancer. Ceux qui tenteront de nous entrainer avec eux. Ceux qui nous feront douter de notre propre force. Ceux qui anéantiront notre confiance. Il y a aussi ceux qui profiteront de votre humanité et de votre générosité pour s'accrocher à vous et vous laisseront faire le chemin seul pour les deux. Qui accepteront et prendront toutes vos forces et votre confiance pour eux seuls. Certains aussi s'amuseront à vous voir tomber, rendre les armes. Qui s'amuseront de vous voir réduit à néant, gisant sur le sol, ne pouvant plus avancer. Qui jubileront de vous voir dépendre

---

d'eux pour vous garder sous le joug du désespoir et de la peur. Dépendants de nous pour continuer leur propre chemin. Certains nous laisseront seuls au milieu de cette route. Se moquant de nous voir si affligés et accablés sur un chemin qui, pour eux, passe sans difficulté, ne comprenant pas la nôtre. Ils nous décourageront de toutes tentatives de se relever et de poursuivre. Nous disant qu'il est trop tard et que nous serons incapables de poursuivre cette course. Que l'effort et la force que nous mettrons pour avancer sont déjà perdus d'avance. Que nous ne valons même pas la peine de foncer. Que nos désirs sont absurdes, nos espoirs vains et tout rêve inaccessible. Que la seule chose que nous serons capables de faire sera de faire quelques pas et de retomber.

À ce moment-là, tout dépend de nous. Bien sûr, la vie tentera de nous faire voir l'espoir de continuer, la joie de partager ce chemin avec quelqu'un qui saura nous soutenir et nous tiendra la main. La vie nous montrera aussi l'entraide et l'humanité que certains portent encore en eux. La vie nous montrera qu'il est encore possible d'avancer, même si l'orage vient vers nous. Notre sort, à ce moment précis, est entre nos mains fragiles. Si nous saisissons cette chance comme une branche d'arbre et que nous nous en servons pour nous appuyer et nous relever, nous pourrions redécouvrir le plaisir et la confiance qui nous feront avancer encore plus loin. Qui seront là lorsque nous traverserons des tempêtes. Cette force nouvelle nous fera tenir tête à ceux qui, encore, essaieront de nous arrêter. Nous aurons confiance que le plaisir et la joie nous attendent plus loin sur ce chemin.

À vous de saisir cette chance, maintenant. Il ne sera jamais trop tard pour se relever et poursuivre. Jamais l'espoir et la détermination ne s'éteindront dans le cœur de celui qui y croit encore. À celui-là, je dis de poursuivre sa course. Que je serai là pour l'aider. Je serai le vent qui te poussera dans le dos. Je serai le sol, fort et solide, qui te soutiendra. Celui qui te montrera le chemin que tu as à découvrir. Je serai le ciel qui te guidera vers le savoir et qui ouvrira ton esprit. Je serai la pluie qui abreuvera la fleur fragile de ton espoir. Je serai le feu qui brûlera à l'intérieur de toi, entretenant la

flamme de détermination qui brûle dans ton être, minuscule peut-être aujourd'hui, mais forte et majestueuse demain. Je serai parfois la racine qui te fera tituber sur ton parcours pour que ta confiance en toi emplisse de plus en plus ton âme. Que cette lettre t'accompagne tout le long de ta vie, dans les épreuves comme dans les joies. Je serai toujours présent, partout autour de toi. Invisible, mais toujours près.

Signé,

L'amour.

**Laurie Faucher**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre d'éducation  
des adultes  
des Navigateurs  
(Sainte-Croix),  
CS des Navigateurs

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

## MA TRANSITION

Dès mon jeune âge, je savais que j'étais différent des autres. Le nom que mes parents ont choisi était Daphnée, j'étais une fille au départ. Quand j'étais jeune, j'avais beaucoup de problèmes de santé, je me suis fait opérer de nombreuses fois, alors j'étais presque toujours dans les hôpitaux. C'est là que tout a commencé, j'avais beau avoir juste cinq ans, je comprenais que ce corps n'était pas le mien. Quand mes parents me mettaient des robes, je faisais des crises. Je n'étais pas heureux dans tout ça, mais à cet âge, je n'avais pas de mots pour décrire mon mal. Plus je grandissais, plus mon mal d'être augmentait aussi.

Au primaire, je regardais les gars, pas parce qu'ils m'intéressaient, mais pour me comparer à eux. Je me posais beaucoup de questions du genre : « Pourquoi je ne fais pas pipi debout moi aussi ? ». Chez moi, je pouvais jouer aux petites voitures comme aux Barbie, mais il fallait que je sois Ken.

Au secondaire, je n'avais aucune forme, mais je voulais tant être normal et être dans le « moule », que je souhaitais que mes seins poussent. Quand j'ai commencé à avoir des

---

formes, je n'aimais pas me regarder dans le miroir. Sans trop savoir pourquoi, mon corps me dégoutait. J'ai commencé à être *tomboy* et j'ai remarqué que j'étais vraiment plus à l'aise avec du linge de gars que de filles. Mes parents n'ont pas fait de cas. J'ai recommencé mon secondaire 1 à cause de problèmes de santé, c'est durant cette année que j'ai découvert mon intérêt pour les filles. Pendant l'année, je pensais être lesbienne, mais ce mal-être était toujours présent. Ce n'est qu'en secondaire 3, quand j'avais 16 ans, presque 17 ans, que j'ai rencontré la sexologue de mon école et elle m'a ouvert les yeux ! Pendant toutes ces années, j'étais coincé dans un corps de fille, mais ce n'était pas le mien... je suis transsexuel. Pour continuer, elle me donna les ressources à appeler si j'en avais le besoin. Après, elle me dit d'en parler à mon médecin de famille et elle me fit prendre un rendez-vous avec un psychiatre, ce qui est une des premières étapes avant de commencer les hormones. J'ai rencontré deux psychiatres, la première est partie à cause de son travail, alors il a encore fallu que je répète mon histoire à un étranger, mais j'étais prêt à tout pour devenir celui que je devais être. Après trois rendez-vous, le psychiatre a approuvé mon dossier et m'a référé à un endocrinologue à Rimouski. J'ai rencontré celui-ci une fois et j'ai commencé la testostérone fin juillet, à 19 ans. Toute cette procédure a duré 2 ans.

Aujourd'hui, j'ai 20 ans, ça fait 1 an et 4 mois que j'ai commencé les hormones. Juste le fait de ressembler enfin à un garçon me rend complètement heureux. Mon changement de sexe et de nom est envoyé, il reste quelques semaines à attendre et je serai enfin reconnu comme un homme dans la société. Aussi, les demandes pour la mastectomie (enlever les seins) et l'hystérectomie (enlever l'utérus, les ovaires, etc.) sont faites. En novembre 2017, je suis entré à l'éducation des adultes dans un programme qui s'appelle le Projet Filet. Cet organisme aide les jeunes de 16 ans et plus à retourner à l'école et à être autonomes. Par exemple, les lundis matins, on déjeune avec les deux intervenantes et on fait des activités pour l'estime de soi. Aussi, on travaille dans nos matières scolaires, soit français, maths ou anglais. Dans cette classe, tout le monde se

---

respecte et tu peux être vraiment toi-même. Julie et Vicki, les intervenantes, m'ont accepté malgré ma différence et je suis tellement reconnaissant envers elles. Le Projet Filet est une grande partie de ma vie, grâce à lui, je m'accepte pleinement et j'ai surtout beaucoup plus de confiance en moi.

---

**Samuel St-Onge**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre d'éducation  
des adultes de  
Rivière-du-Loup  
(Rivière-du-Loup),  
CS de Kamouraska–  
Rivière-du-Loup

Enseignante :  
Claudia Beaulieu,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Grand-Portage

---

## LA PLUS BELLE HISTOIRE DE MA VIE

---

Un matin, le jour se lève et nous ouvre les bras. À nous de décider de l'accueillir ou non. Le regard que l'on porte sur la vie détermine souvent le chemin que l'on prendra dans la vie. Notre histoire peut prendre des chemins bien différents de ce que l'on pensait au départ. Chaque jour, j'écris mon histoire. Pour moi, mon histoire est faite de plein de choses, mais surtout d'odeurs, du regard, de l'écoute, du toucher et du goût. Toutes ces choses font de ma vie un roman sans fin.

Respirer, seulement respirer les odeurs d'une cuisine l'automne. Rien de mieux. Sentir les feuilles qui sont tombées l'automne, la neige glacée de l'hiver, la pluie qui tombe l'été sur le sol chaud, sentir l'eau du lac l'été, le printemps en éveil, toutes ces odeurs particulières. Chaque saison a une odeur très définie, il faut simplement prendre le temps de la sentir.

---

Le regard, le regard de quelqu'un qui nous aime. Le regard que nous portons sur les autres. Comment les enfants voient les choses et essayer de voir comme eux, se souvenir comment nous, on voyait ces choses quand on était petits et faire aujourd'hui la différence. Porter un regard différent sur les cultures et les religions qui nous entourent. Surtout garder dans nos souvenirs toutes les images importantes à nos yeux. On peut aimer ou détester ce que l'on voit ; moi, je n'oublierai jamais que les yeux sont le reflet de l'âme.

L'écoute, simplement écouter les rires des enfants, une chanson, un cri du cœur, la voix de notre mère, écouter notre corps et notre esprit. Savoir écouter les autres est un signe d'une grande générosité. On peut tout apprendre à écouter, en commençant par s'écouter soi-même. La vie nous parle sans cesse, il faut simplement prendre le temps de l'écouter ; on pourrait même se surprendre à aimer ce que la vie nous fait entendre.

Le toucher, effleurer l'eau de ses doigts, toucher la main d'un ami, toucher l'épaule de quelqu'un pour le réconforter, faire courir ses doigts sur la peau d'un bébé, quelle magnifique sensation. Le toucher est un geste très intime, on est beaucoup plus porté à toucher les personnes qu'on aime. Trop souvent, on touche les choses sans prendre le temps d'apprécier les bienfaits que ça pourrait nous procurer. Le toucher peut évoquer beaucoup de sensations, comme une roche dure et froide, on n'aime pas vraiment ce qu'elle nous fait ressentir. Chaque jour, je touche la vie. Parfois, elle me donne la sensation de glaçon, mais souvent, belle et douce comme les mains de ma mère.

Le goût, le goût n'est pas toujours synonyme de manger. Bien sûr, il y aura toujours les bons petits plats de maman ou les festins des fêtes, mais aussi goûter l'amour, même si parfois il peut être amer, dévorer la vie et y mordre à pleines dents veut aussi dire de goûter chaque moment. Que le goût soit bon ou mauvais, on en retire toujours quelque chose. On dit souvent « j'ai le goût de... », eh bien moi, je dis « goûte, n'aie pas peur ». On s'imprègne toujours de merveilleux souvenirs quand on goûte le moment présent.

---

La plus belle histoire de ma vie, c'est maintenant. Dans tous ces moments importants dans ma vie, je prends toujours le temps de sentir l'odeur du moment, de regarder autour de moi, j'écoute sans cesse ce qui se passe. Je touche aussi parfois, souvent, les personnes que j'aime, mais aussi les choses, les pages d'un livre par exemple, tout ce qui peut m'apporter du bonheur. Je goûte tous les jours l'amour même avec excès, je ne pourrais m'en passer. Notre histoire, notre vie. Chaque histoire est importante et ce qui est encore plus merveilleux, c'est que nous sommes toujours l'acteur principal de notre histoire. Chaque dénouement nous emmène ailleurs dans notre vie. Chaque chemin que je prendrai me fera écrire un nouveau chapitre de ma vie. Voilà pourquoi je prendrai toujours le temps de sentir, regarder, écouter, toucher et goûter la vie.

---

**Josée Côté**

*2<sup>e</sup> cycle*

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

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

MENTION  
SPÉCIALE

# UN MATIN DE FIN DU MONDE

C'était un matin sans vie. Une neige molle tombait au ralenti comme des soldats parachutistes descendant lentement vers la mort. Le froid avait accaparé le village de la cave au grenier et maintenait son emprise sur la maisonnette branlante, à peine vêtue de quelques bardeaux grisonnants sous sa chevelure d'hiver. Comme le disait souvent mon oncle qui avait élu domicile à quelques pas de chez-nous : « On était quasiment pu capable de dormir d'la nuitte, les clous pétaient au frette, pis ça faisait un train d'enfer. » La mère, elle, s'était accrochée au poêle qui luttait en vain contre un ennemi à l'humeur froide. À peine lui restait-il assez d'énergie pour garder une flamme d'espoir. Elle tenait, serré sur sa poitrine aimante, un fagot de linge blanc d'où sortaient des pleurs exténués pendant que le p'tit dernier, en larmes lui aussi, pendait à son tablier qui portait les empreintes du plus jeune au plus vieux. Depuis plusieurs nuits aussi blanches que le jour, le poupon, pâle dans ses habits blancs, ne cessait de vomir les miettes de vie qu'il venait à peine de goûter. L'onguent de camphre n'avait pas opéré le miracle tant souhaité tandis que la fumée de cigarette soufflée dans ses petites oreilles n'avait que défiguré encore plus ce petit visage enflammé comme un vent du sud. Ni les « fais dodo Cholas mon p'tit frère », ni les promenades dans les bras à la grandeur de la petite maison, ni les bercetons ne purent endormir les gémissements

---

d'une douleur si bien camouflée. Elle ajouta quelques grains de sucre à la cuillerée d'huile de castor, mais le bébé n'en fit qu'une grimace. Morts d'inquiétude, on envoya chercher la garde-malade.

Le soleil perdait ses rayons pendant que le soir écrasait lentement le village sous son manteau sombre. À tâtons et tête basse, la soignante secoua ses bottes de loup marin sur le tapis tressé de guenilles servant de lit au chat les nuits où la distraction des maîtres le sauvait de la cave humide qui ne contenait plus que des souris imaginaires. De son sac de cuir noir aux multiples blessures et rempli de flacons d'espoir, l'infirmière sortit une petite boîte de fer blanc. Le mode d'emploi, écrit en anglais, lui donnait une force encore plus mystérieuse pour ces gens peu instruits. Une forte odeur de remède tapissa les murs au point que cette senteur devint pour la mère une obsession qui s'agrippa à son âme comme une tache de naissance. À travers les tics tacs du cadran, on laissa mourir d'interminables minutes pour se rendre compte qu'aucune panacée ne parviendrait à extirper le mal de ce petit corps fragile comme une bulle de savon. Seules quelques paroles tremblotantes de la garde-malade avaient un peu réduit la brûlure sur le cœur de la mère. Pour la frêle enfant, que la vie venait à peine de chatouiller, tout glissait vers le pire. Même au plus profond des ténèbres, la souffrance veillait creusant les yeux à les rendre méconnaissables. Les chemins fermés depuis les premières folies de l'automne retenaient la petite prisonnière de sa propre maison. Devant une ennemie si coriace, n'ayant que ses cris comme bouclier, le poupon dut se rendre.

Dans la noirceur gelée, propice à la mort, les jeunes pleurs soudain s'étouffèrent laissant entrer la froidure dans ce petit corps qui avait, si peu de temps, connu la chaleur maternelle. Les larmes déchirantes de la mère mêlées aux supplications presque rageuses envers son Dieu si sans-cœur emplirent le logis pendant que perçaient les premières lueurs d'un jour inutile. Le père, enfermé dans les forêts du Nord où les précieuses nouvelles s'effaçaient dans les tempêtes, n'apprit l'incroyable que plusieurs neiges après le drame.

---

**Régis Crousset**  
*Intégration sociale*

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

Enseignante :  
Anick Fortin,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région de la Mitis

Ainsi était la vie dans un temps qui s'accroche encore à nos mémoires.

Averti en toute hâte par la garde-malade, M. le Curé, chargé de pellicules d'hiver sur son capot de chat, et plus essoufflé que son cheval, défonça la porte entraînant avec lui une ruée de vapeur. C'était un prêtre sans âge, cachant sous son casque de poil, une tête plutôt allongée et sans cheveux, brillante sous les reflets de la chandelle qui fondait en larmes près de ce petit être raidi que le mal avait laissé en paix. Une atmosphère de sanglots que la gêne n'avait su contenir enterrait les incantations qui se perdaient dans l'aube de ce matin de fin du monde.

Chaumière dépourvue de salon, on dut dégager une partie de la cuisine pour recevoir le petit cercueil immaculé construit, en toute hâte, par un voisin aux mains généreuses. Il reposait sur le moulin à coudre, lui-même enseveli sous un drap blanc. Trois jours durant, la moppe erra sur le plancher, avalant les morceaux d'hiver que les visiteurs compatissants avaient éparpillés à travers la tristesse. La porte ne cessant de s'ouvrir et se fermer comme un accordéon, le logis avait peine à retenir une bouffée de chaleur. Plusieurs restaient emmitouflés dans leur parka, n'enlevant que leur chapeau par respect pour la famille. Le chat nerveux sautait inlassablement du plancher au moulin à coudre. On souleva la trappe de la cave pour le laisser se perdre dans la noirceur humide. Des dizaines de chapelets avaient été égrenés et maintenant le glas demandait son dû. Il fallut arracher, au cœur de la mère, le poupon tant chéri. Le bedeau, ému, enfouit ses mains bleues de froid sous la boîte légère comme une balloune qui portait les restes de la p'tite. Il la canta vers sa poitrine en la transportant comme une brassée de bois. La porte de la maison se referma laissant ouverte une plaie éternelle.

Un linceul de neige s'étendait sur le village. Le cheval, naseaux fumants, s'ébroua. Puis l'homme claqua la langue et secoua les cordeaux. L'attelage craqua sous le coup de collier et se mêla à la pâleur d'une journée agonisante. Quelques parents et amis, enveloppés de deuil et pataugeant dans une neige à demi-jambe, formèrent un noir cortège derrière le traîneau glissant vers l'éternité.

# MA PERSÉVÉRANCE

---

Aujourd'hui, le 8 novembre 2018, j'ai décidé de rester chez nous, de ne pas aller à mes cours d'Intégration socioprofessionnelle (ISP) pour prendre mon temps à écrire cette petite histoire fictive ou vraie. Je ne sais pas vraiment par où commencer, je n'ai jamais écrit ce genre de lettre. Comme je suis inscrit au programme ISP, je vais écrire cette lettre comme s'il s'agissait de ma lettre de présentation pour une demande d'emploi.

Bonjour,

Mon nom est Réginald et je demeure à Roberval. Je suis inscrit au programme ISP au Centre d'éducation des adultes L'Envol de Roberval.

Mon histoire commence dans un petit village qui n'est pas le mien. Comme je n'ai pas le choix de rester dans ce village, je dois m'adapter. La famille qui m'a accueilli a été très gentille avec moi, je me suis senti presque à l'aise dans cette famille après quelques jours seulement. Ils m'ont offert un travail, je devais travailler au sous-sol de la maison où je restais (location de films, réparation et nettoyage de lecteurs vidéo VHS). Le bureau se trouvait juste à côté de ma chambre que j'ai fini par appeler mon atelier. C'est là que je démontais les lecteurs VHS et c'est à partir de ce travail que j'ai commencé à connaître du monde, à me faire des amis et à sortir après le travail pour me promener dans ce village. J'ai fini par m'adapter et je me suis fait beaucoup d'amis. Ensuite, première rencontre avec le sexe opposé (amour), je voyais souvent cette fille à mon lieu de travail, elle venait souvent, juste faire le tour sans rien louer ni parler. Je commençais à la trouver bizarre. En tout cas, la fille bizarre je l'ai aimée et restée avec pendant un an et demi.

Un jour pendant que je travaillais, un copain se présenta au bureau tout excité, il me dit de venir avec lui, car il allait me présenter sa nouvelle blonde. Je lui dis que j'irais plus tard. Un soir en rentrant à la maison avec ma blonde bizarre, mon copain avec sa nouvelle blonde étaient là, ils m'attendaient. Il voulait me présenter sa blonde, comme j'étais pressé, je n'ai pas eu beaucoup de temps à regarder sa blonde, juste de la saluer et de me rendre dans ma chambre.

---

Le lendemain comme je faisais le ménage du local et du bureau, mon copain et sa conquête se sont présentés à mon lieu de travail. Quand j'ai vu sa blonde, ce fut un choc, aucun mot ne sortait. J'étais bloqué, paralysé ; une sensation que je n'ai jamais ressentie auparavant envers une fille. Debout devant moi, je la regardais, mon copain me parlait, je m'en foutais de ce qu'il disait, j'étais amoureux de cette très belle fille.

Quand ils sont partis, je suis retourné dans mon atelier à penser juste à elle. Il n'y avait qu'elle dans mes pensées. J'ai quitté l'autre pour me concentrer sur elle, quelle approche utiliser ?

Puis mon copain vient me voir et me dit que c'est fini avec elle. J'étais l'homme le plus heureux du monde quand j'ai appris leur séparation. J'étais en mode chasse.

J'ai pensé toute la nuit comment j'allais l'aborder, préparé mon plan d'attaque. Le lendemain matin, je m'en vais directement où elle vit à seulement cinq minutes à vélo. Je me questionnais : partir ou rester ? Cela m'a pris trois heures avant d'avoir le courage d'aller cogner à la porte. Enfin, je cogne et c'est un enfant qui répond à la porte. Je lui dis son nom et il me dit qu'elle est partie ce matin en autobus. Elle est retournée dans sa communauté et ne reviendra plus. Mon cœur d'adolescent de 15 ans, qui est en amour et qui n'a jamais eu le temps de dire à l'autre ou d'avouer son amour pour elle, était brisé. C'était fini, plus rien ne comptait : j'ai lâché le travail et quitté la famille où je suis resté pendant trois ans pour retourner dans ma communauté. Le temps passa, j'ai rencontré un autre amour qui m'a donné trois beaux enfants.

J'ai passé 16 ans avec la mère de mes enfants sans jamais oublier mon premier grand amour, j'ai toujours fait mes recherches dans l'espoir de la retrouver.

Internet, MSN... J'ai fouillé partout.

En 2008, ma relation avec la mère de mes enfants a pris fin, elle ne pouvait plus m'endurer. « Trop dur de vivre avec toi, bye bye ! »

---

Toujours en recherche de ma belle via Internet, toujours introuvable !

Je me suis dit peut-être qu'elle est morte, c'est le temps d'arrêter mes recherches, ça fait trop longtemps que je cherche sans donner de résultat.

C'est le temps de lâcher prise. Au moment où j'allais arrêter mes recherches, je vois sur Internet (Facebook) le même nom de famille que ma première amour. Je rentre en contact direct avec la dame. Surprise, elle me dit que c'est sa fille. Je me présente et lui demande à entrer en contact avec elle.

Ça prit une semaine avant de pouvoir lui écrire sur Facebook et 24 ans de recherche pour pouvoir la retrouver et lui dire que je suis toujours en amour avec elle.

Le 1<sup>er</sup> août 2010, j'ai réussi à la prendre dans mes bras ! Depuis ce temps-là, je ne la lâche plus.

Ceci est mon histoire et elle est véridique.

J'ai persévéré sans jamais lâcher ou me décourager de la retrouver. Maintenant, je vis avec elle depuis le 1<sup>er</sup> août 2010. Son nom : Mélanie.

---

**Réginald Méricapo**  
*Intégration  
socioprofessionnelle*

Centre L'Envol  
(Roberval),  
CS du Pays-des-Bleuets

Enseignante :  
Andrée-Anne Blanchette,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de Louis-Hémon

## MA MÉMOIRE DANS LE CHAPEAU ROUGE

---

Je me promenais près d'un parc tôt le matin et m'étais un peu trop éloignée. Mes vieilles jambes me faisaient souffrir. J'avais enfilé mon chapeau rouge usé par le temps rempli de souvenirs. Mais là, j'aperçus un homme affalé, dos à une poubelle, le dentier à la main, profondément endormi. Dans son ronflement, ses joues s'affairaient comme une vraie

---

balayeuse, son visage buriné par le temps dévoilait un certain âge. Comment pouvait-il résister, graffigné par les ruelles et mordu par les nuits glaciales ? Se contenter de si peu, est-ce possible ? Debout devant lui, je retroussais son pied d'un petit coup de soulier. Rien à faire, il dormait noyé dans son whisky, bouteille à la main. Je continuais mon chemin, lorsqu'un son attira mon attention. Un bâillement bruyant comme un lion qui courtise sa lionne se fit entendre. Un de ses yeux finit par se décoller et il me fixa surpris d'être ainsi observé.

- T'as l'air à t'emmerder, me dit-il.
- Et, vous, pas mal perdu.

Il braqua son regard sur moi un instant. Peut-être lui restait-il quelques neurones pour réfléchir. Je le regardais enlever une de ses bottes puantes, on aurait cru que la fumée du dépotoir y était installée.

L'homme se mit à me questionner et me porta un intérêt dont je ne m'attendais pas.

- Tu devrais retourner chez toi, je te trouve audacieuse de t'aventurer seule ici.

Ce clochard me fixa le regard avec son énorme nez rouge tout veiné. Soudain, il traîna sa carcasse qui semblait lourde jusqu'à mes pieds et se leva. Que c'était impressionnant de constater sa grandeur et sa large carrure, debout il me dépassait d'une tête. Soudain, un fumet me serra les narines et coupa d'un coup ma respiration, la hâte qu'il recule me pressait, ce qu'il fit en bougeant de quelques pas.

- C'est quoi ce bracelet bizarre à ton bras ? demanda l'homme
- C'est un cadeau, ben, je crois..
- Ce chapeau rouge sur ta tête, comme il est étrange, on dirait qu'il vient d'une autre époque.
- Oui, je ne le réalisais plus, répondit la vieille dame, je n'ai jamais pu m'en séparer. J'ai vécu trop de moments importants avec ce chapeau rouge. Il fait revivre ma mémoire.

---

Je me sentais frêle et menue devant cet homme d'une corpulence impressionnante.

Soudain ! J'entendis un bruit de poubelles fracassantes qui me fit frissonner de peur et me figea sur place. Tout à coup, j'aperçus un énorme chat noir. Mais, qu'est-ce qu'il fait ? Il me saute dessus !

– Mon chapeau ! Mon chapeau ! criai-je.

Je courrais comme une déchaînée pour rattraper mes souvenirs, mais le vent les poussa encore plus loin. Le souffle me manquait et mes jambes raidies par l'âge ne voulaient plus avancer. Il fallait absolument que je récupère mon chapeau rouge. Le chat apeuré de me voir gesticuler avait disparu. J'étais là à genou, à bout de souffle, et l'homme l'œil hagard me fixait sans bouger. Je me dis s'il pouvait avoir un peu de civisme, il pourrait m'aider. Je ne sais pas s'il a lu dans mes pensées, mais je le vis se précipiter pour rattraper mon chapeau. Encore moins solide que moi, il se lança dans une course chancelante. Je le vis me foncer dessus déviant subitement de la trajectoire où le chapeau se dirigeait. Je m'accroupis sous mon long manteau noir pour me protéger et j'observai d'un œil la catastrophe. Il culbuta, perdit une botte, roula pendant un instant puis mit la main enfin sur mon chapeau m'évitant de peu. Je l'avais échappé belle. Je craignais qu'il ne puisse plus bouger après une telle chute, je le regardai étendu de tout son long dans son habit brun, très usé, la barbe enfouie dans le gazon et j'eus un moment de compassion, s'il fallait qu'il se soit blessé. À ma grande surprise, il se releva, me rejoignit et me replaça le chapeau sur la tête. Je l'enfonçai ardemment pour être sûre qu'il ne bougerait plus, sans ce chapeau j'étais perdue. J'avais sa botte à la main, je la lui tendis et le remercia d'avoir sauvé mon chapeau rouge. Dans son regard, je vis qu'il comprenait que tout déglissait dans ma mémoire sans ce chapeau. Ce que je vis dans cet homme me rendit heureuse un moment. Et je devais le savourer rapidement.

---

**Jocelyne Gallant**  
*Intégration sociale*

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

Enseignante :  
Anick Fortin,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région de la Mitis

---

Tout à coup, je réalisais que je m'étais trop attardée, je devais repartir. Quelque chose m'avertissait de ne plus m'éterniser, il pourrait être trop tard pour retrouver mon chemin. On aurait dit que peut-être ça serait dans ma tête qu'il serait trop tard.

- Je m'en retourne, lui dis-je empressée de reprendre ma route.
- Oui, il va faire noir bientôt.

Abasourdi, je regardais cette dame s'éloigner et je compris qu'elle avait le même bracelet que ma sœur. Son chapeau ancien la reconnectait avec ses souvenirs. J'attachai mon veston troué et me dépoussiérai, cracha dans mes mains pour lisser mes cheveux et mes sourcils et frottai mon visage et j'eus comme une révélation en la regardant s'éloigner.

## JE PENSE À TOI

---

Devant cette mer, je regarde au loin et je songe à ma mère.

J'entends le bruit d'un pas, mon cœur ne tiendra pas.  
Je tends l'oreille, serait-ce toi ?

Si une avocette vient mettre un peu de mouvement grâce à son vol gracieux et vient valser tout près de moi, alors je saurai que c'est toi.

Tu pourras m'envelopper de ton aura et me serrer tout contre toi.

Je crie au loin, l'écho qui me revient me rappelle combien tu es loin.

Une odeur de printemps flotte dans l'air, sûrement c'est ton Air du Temps.

---

Je regarde dans l'eau, est-ce moi que je vois ou toi qui te prolonge en moi ? Pourquoi aurais-je peur ?

Quelques rides sur mon visage me rappellent ton visage.

Pourrais-je les repasser pour ne plus y penser ?

Un vent doux comme le soupir d'un enfant me murmure ton nom, pourquoi ne réponds-tu pas ?

Il y a un an tu perdais en enfant. La violence allait de pair avec l'ignorance, mais un cœur sans courage peut-il espérer continuer à battre au même rythme ?

La vie n'est que le naufrage de nos peurs. Alors, cessons nos pleurs.

Le ciel s'anime, des nuages se dégourdissent pour laisser place à la lumière, ce doit être beau la vue d'en haut.

L'amour que tu avais prend la forme de l'air que je respire.

Tes bras qui n'existent pas semblent m'enlacer.

Comment fait-on le bon choix quand on n'a pas le choix ?

On pense à notre mission, on pense au combat à venir et on se bat.

Une risée provoque quelques rides à la surface de l'eau calme.

Soudain le vent transforme les vagues en de longues ondulations berçant les petites pirogues dont les uniques occupants tentent d'attraper leur souper.

Il y a des jours où on souhaiterait régler le temps pour l'étirer. Juste un peu.

Juste un jour maman avec toi.

Je pourrais te redire combien je t'aime, que tu me manques et que j'entends ta voix d'aussi loin qu'elle soit.

Je suis là, à attendre le coucher du soleil pour le regarder descendre doucement dans la mer.

Il est d'un jaune safran tirant sur le doré, on dirait un jaune d'œuf glissant dans le ciel.

---

**Monique Lapointe**

*Intégration sociale*

Centre Laure-Conan  
(Chicoutimi), CS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :

Karine Ouellet,

Syndicat de  
l'enseignement  
du Saguenay

Toi maman est-ce que tu le vois ?

La mer se calme tant qu'elle peut afin de pouvoir l'engloutir sans éclaboussures.

C'est d'une douceur sans fin.

Les couleurs s'estompent. Les barques, les oiseaux ne seront plus tantôt que des silhouettes à l'horizon.

Je ferme les yeux, mes larmes salées sont comme l'eau de la mer qui s'est réfugiée dans la pénombre.

Toi, maman, là où tu es est-ce vraiment aussi beau qu'on le croie ? Dis-le moi.

Y a-t-il un jour, un soir, ou bien la lumière brille sans fin ?

Voilà ! Le jour a fait place à la nuit.

Je dois retourner dans ce petit restaurant. Il est rond et de haut, il ressemble à un chapeau avec sa couverture conique en paille séchée.

Les fenêtres s'ouvrent latéralement pour laisser passer le vent.

Et le vent c'est aussi toi maman, je ne le vois pas, mais il est là tout comme toi.

# CHANSON #41 (3<sup>E</sup> TOUNE CONTRE L'INTIMIDATION) (L'INTIMIDATION PEUT BRISER LA VIE DU MONDE) BEAT A-SIDE

---

## **(Couplet #1)**

On se cache définitivement pour parler derrière le dos  
du monde

Quand ils veulent intimider, vous connaissez très bien  
la suite

Être victime d'insultes peut te mettre en mauvaise  
conduite

12 ans plus tard, la rage et la révolte peuvent être  
très profondes

Il faut faire face à la musique, savoir être prudent  
dans ces situations-là

On veut se penser plus supérieur que les autres  
dans celle-là

Le monde qui cause ça a connu un très mauvais départ  
Ceux qui se moquent de nous ont tendance à être braillards

Juger quelqu'un peut détruire son moral dans un très  
bas niveau

On ne doit surtout pas devenir comme eux, c't-à-dire  
d'être leurs rivaux

Seuls le respect et la confiance sont les clés du succès  
dans la vie

De se laisser traiter d'hypocrite par la foule peut aussi  
être un facteur

UH

---

### **(Couplet #2)**

Autre chose, la seule manière de combattre ça est  
d'en parler à mon avis

Il y a des individus qui cherchent à intimider ou d'être  
un simple instigateur

Les cicatrices faites par l'intimidation laissent  
des méchantes séquelles

Et ce n'est pas fictif comme dans les films, c'est bel  
et bien réel

Au lieu de vivre dans la haine, on devrait plutôt s'engager  
dans la paix

Ça veut pas dire de rester enfermé dans son coin et  
de faire le muet

Il faut garder en tête que ça peut briser la vie de ben  
des personnes

Il ne faut pas chercher à comprendre comment les  
intimideurs raisonnent

Comme que je peux connaître certains d'entre eux qui  
savent être intelligents

Juste le fait de savoir que quelqu'un qui te taxe pour  
ton argent

À l'école ou au travail, les paroles blessent beaucoup  
le monde négligent

De simplement montrer de la sagesse démontre un signe  
encourageant

Ceux et celles qui sont victimes de ça ont tendance  
à mener une meilleure vie

Cette triste réalité de voir du monde se faire intimider est  
encore bien pire

Il y en a certains qui veulent juste pas confronter leurs  
problèmes et fuir

Le manque d'estime de soi d'un peuple mène parfois  
à s'haïr à mon avis

### **(Couplet #3)**

Ça me surprend comme pas de voir ces choses-là arriver  
sur la planète

De nos jours, c'est malheureusement facile d'insulter  
la population sur Internet

---

Attiré par la violence, ça peut affecter la vie de beaucoup de gens

Juste d'avoir vécu ces choses-là, de retrouver le calme devient plutôt urgent

La nouvelle génération de jeunes ne sait vraiment pas à quoi s'attendre

Et c'est malheureux de voir ces ados qui seront à l'avenir aux commandes

Quand vous constatez la masse de tous ceux qui veulent mettre un barrage

Vous devez évidemment remettre votre confiance envers votre entourage

Et bannir ceux qui disent qu'on est pas mieux que les autres

Voir quelques-uns d'entre eux déclarer que leur vie est mieux que la nôtre

J'ai juste un message à tous ceux qui veulent en causer, attachez votre tuque

Car cette affaire-là, je peux vous confirmer n'a jamais été et ne sera jamais mon truc

J'ai évolué pis l'intimidation, j'suis bel et bien contre ça

Au lieu d'intimider les jeunes, on devrait leur montrer un exemple de détermination

C'est rien qu'une perte de temps quand le peuple commence à être dans une torpeur

Marquée dès la naissance, les insultes peuvent très bien démoraliser une personne

Quand vous vous sentez seul et que le monde veut s'en prendre à vous, essayez de tenir tête à tous ceux qui en causent, car ils sont souvent aussi mal que vous dans leur peau et ils souffrent d'être si mal encadrés. Pour l'avoir vécu, je retiens beaucoup de leçons, il faut arrêter de se mettre en cause nous ne sommes pas le problème, c'est plutôt les intimidateurs qui le sont. Ayez le courage d'en parler, car ça peut vous donner beaucoup d'espoir dans l'avenir. Bon courage tout le monde, n'ayez pas peur de dénoncer le peuple qui en cause et personne ne devrait vivre ça.

---

**Jean-Paul Boucher**  
*Intégration*  
*socioprofessionnelle*

Centre de formation  
des Maskoutains  
(Saint-Hyacinthe),  
CS de Saint-Hyacinthe

Enseignante :  
Pascale Saucier,  
Syndicat de  
l'enseignement  
Val-Maska

# L'ABANDON

---

Il fait sombre dehors. C'est une soirée sans étoiles et sans lune. Il neige de ces gros flocons blancs qui font rêver. À l'approche de cette belle fête de Noël, tous les enfants sont joyeux et agités, surtout à l'école. Ils ne tiennent plus en place. Les professeurs sont exaspérés, ils ont hâte aux vacances pour préparer leur propre Noël. Les enfants n'ont qu'une idée en tête, les cadeaux qu'il y a sous le sapin de Noël.

Moi, je marche, en pensant à tous les préparatifs que j'ai à faire, les cartes à poster, la nourriture à préparer et les invitations à envoyer. Mais, au-delà de Noël, je suis plongée dans le passé. La soirée est calme, je marche sans but, un peu hagarde, et mes pas dans la neige me mènent inmanquablement devant cette église. Celle où, il y a vingt ans, j'ai laissé partir mon petit garçon. Je laisse défiler mes pensées, je revis même le moment où je l'ai abandonné. Quel déchirement. J'étais partagée, le garder ou le laisser. J'étais consciente que je ne pouvais lui offrir le foyer décent et douillet auquel il aurait droit. Je crois que c'est le pire cauchemar qu'une mère puisse vivre.

J'étais dépassée par les événements. J'ai été inconsolable pendant toute une année. Je l'ai pleuré ce petit garçon. Mes émotions furent mises à rude épreuve puis le temps a fait son œuvre. Il a su atténuer la douleur, mais la plaie ne s'est jamais complètement refermée. Il me manque. J'espère juste qu'il est tombé sur une bonne famille et qu'il a pu fêter Noël comme tous les autres enfants. Parce que Noël, c'est d'abord la fête des enfants tout en étant celle de l'Enfant Jésus. Mon cœur déborde d'amour et de respect pour ce petit être qui va naître en cette nuit magique et qui me fait penser aux miens.

Je regarde l'heure, il est temps de rentrer. Je dois faire un gros effort pour m'arracher à mes pensées. Mon regard devient de plus en plus lucide. Quelle belle nuit. J'ai aujourd'hui ma petite famille, deux belles fillettes enjouées et en santé. Elles savent qu'elles ont, quelque part, un demi-frère. Je sais que mes filles m'attendent. Je leur ai promis de faire avec elles des guirlandes de maïs soufflé. Dans les

rués, la musique de Noël se fait entendre, les commerçants font des affaires d'or. J'accélère le pas. Une fois à la maison, j'emballe mes derniers achats et je m'occupe de mes filles. Elles le méritent.

Qui sait, peut-être qu'un jour, je verrai arriver un beau jeune homme à la porte. Il me dira : « Maman, je suis là, je t'ai cherchée pendant longtemps. Maintenant, je t'ai trouvée. Je suis heureux. » Et moi, les yeux pleins d'eau, j'ouvrirai tout grand mes bras et le serrerais tout contre mon cœur, car, dans ces moments-là, les mots sont inutiles. Je le bercerais, je l'embrasserai, tout en remerciant le ciel de l'avoir ramené à moi. Ce jour-là, la fête de Noël prendra tout son sens. Je pourrai fêter sans remords et vous souhaiter à tous un très joyeux Noël.

**Lise Vigneault**  
*Intégration sociale*

Centre L'Horizon  
(Val-d'Or), CS de  
l'Or-et-des-Bois

Enseignante :  
Audrey Gagné,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Ungava et de  
l'Abitibi-Témiscamingue

## LA TÊTE HORS DE L'EAU

J'ai pris ma décision. Ce monde ne me veut pas de moi. Personne ne m'aime. Ma famille et mes amis me détestent. Je voue une haine envers ce monde et je décide d'abandonner mon humanité pour la remplacer par la rage et la tristesse.

Je me jette à l'eau en signe que j'abandonne tout espoir en l'humanité et que je laisse couler dans ma bouche cette rage qui est mienne. Je suis submergé au complet et englouti par ces eaux d'une noirceur sans nom. Je ne me débats pas pour remonter à la surface ni pour reprendre mon souffle. J'accepte ce qui m'arrive.

Je commence ma descente dans ces profondeurs insoupçonnées. Après un certain moment, mes poumons font des leurs. Ils réclament de l'air, mais moi, je refuse. À la place, je respire le liquide qui m'entoure en guise d'air. Ensuite, c'est mon corps tout entier qui en réclame et le

---

fait savoir par des débattements incessants et continus. Je résiste. Il faut que je résiste avant de laisser aller vers le renoncement.

Ce monde m'a tant déçu par ses promesses brisées, sa glorification de la violence, sa corruption et ses nombreuses éclosions de mensonges à perte de vue. Toute cette vague de mal me frappe tel un tsunami en mon être, qui ravage tout sur son passage, pour n'y laisser que derrière lui une tristesse abyssale.

Mon esprit est plus fort que mon corps, mais il peut être traître. La douleur se manifeste sur ma poitrine, accompagnée d'un sentiment de brûlure. Je continue à résister, malgré la douleur et la détresse de mon corps. Puis, tout s'estompe. Le calme prend place. La brûlure et les douleurs ne sont plus. Je sens que je m'adapte. Comme si je peux respirer sous l'eau. C'est alors que je remarque que des branchies se développent sur mon cou.

C'est maintenant que commence l'abandon total de mon humanité et aussi de ma métamorphose. Je sens des changements se manifester dans tout mon corps.

Je vois que ma peau change pour être remplacée par des écailles d'une couleur grisâtre. Cela se manifeste sur le bout de mes doigts et de mes orteils. Cela remonte progressivement le long de mes bras et de mes jambes. Puis, je sens que deux choses commencent à pousser dans mon dos. En regardant en arrière de moi, je remarque qu'une sorte de queue avec nageoire pousse dans le bas de mon dos et un aileron croît au centre. Je sais que ma transformation sera celle d'un requin... avec une morphologie humaine. Cela servira de protection à ma faiblesse actuelle.

Cela progresse de plus en plus vite. La queue devient plus longue, les écailles recouvrent la moitié, même les trois quarts de mon corps. Ensuite, ma mâchoire se rallonge et mes dents deviennent aussi pointues que le plus dangereux des prédateurs. J'ai la sensation que mon nez me démange. Après un moment, la métamorphose est terminée.

---

Je suis devenu un être aquatique aux écailles argentées qui reflètent ma froideur. Plus aucune contrainte. Juste la haine et la rage. Comme me l'a appris si bien ce monde qui m'exaspère et me rend triste.

Puis, je sens quelque chose de chaud couler de mon œil. Je me demande ce que c'est et je me rends compte que c'est une larme. Pourquoi ai-je pleuré ?

C'est alors que je vois des souvenirs. Au travers de mes mauvais souvenirs et de mon impression sur ce monde, je perçois des souvenirs chaleureux et agréables. Je vois mes moments de joie avec mes amis durant des sorties ou des discussions. Puis, je vois ma famille qui m'a soutenu toute ma vie durant mes moments les plus difficiles. Amis, famille et proches, tous ne sont pas horribles, tout n'est pas que des souvenirs déplaisants. Il y a les bons souvenirs.

Je ressens une envie de vivre. Une envie qui me pousse à ne pas abandonner. Je dois continuer à avancer dans cette vie.

Je décide de remonter à la surface pour retrouver ma réalité. Pendant que je remonte, je sens que la métamorphose continue, mais dans le sens inverse. Je retrouve petit à petit mon apparence humaine. Puis, les branchies disparaissent sur mon cou. Les douleurs et la brûlure sur ma poitrine réapparaissent. Je nage de plus en plus vite, comme un désespéré, à la recherche d'air. Je nage, nage. Ma vue se trouble et je me demande si je vais arriver à atteindre cette surface. C'est alors que j'entrevois les étoiles du ciel noir de la nuit. Ce n'est pas encore la fin pour moi. Je prends mes derniers efforts et nage juste un peu pour arriver à la surface.

Puis, enfin, ma tête sort de l'eau et je prends une très grande bouffée d'air pour remplir mes poumons et atténuer la sensation de brûlure. Après un moment à reprendre mon souffle, tout se calme dans tout mon corps.

Après être passé au travers de courants marins violents, pour ensuite flotter dans une quiétude sereine, je me dis qu'après cette longue descente dans la dépression, il reste

**Simon Demers**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre d'éducation  
des adultes des  
Sommets (Windsor),  
CS des Sommets

Enseignante :  
Sylvie Routhier,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Estrie

l'espoir. Il y a encore plein de choses que je veux faire et mes amis et ma famille sont toujours là pour moi. Je n'ai rien perdu. Je décide de donner une seconde chance à cette vie et de la chérir du mieux que je peux. Si l'on réussit à garder la tête hors de l'eau, on peut surmonter toutes les épreuves de la vie et même changer ce monde pour le meilleur.

## NE ME PLEURE PAS...

Le 26 décembre 2013, mon père est décédé d'une crise de cœur massive. Depuis ce jour, je n'ai pas cessé de croire que si je lui parle, il peut m'entendre. Ma vie a changé depuis qu'il est parti. Je me suis souvent demandé s'il allait bien, s'il avait souffert. J'ai aussi cette peur au ventre à savoir s'il est fier de moi. On ne se rend pas compte de l'importance de nos proches, jusqu'à ce qu'on les perde. Nous tenons pour acquis qu'ils seront toujours là, toute notre vie. Ce fut un choc lorsque j'appris la nouvelle. Si les anges pouvaient nous écrire, ce serait la lettre que j'aimerais recevoir de mon père. N'attendez pas de perdre vos proches pour leur montrer votre amour...

*Ma très chère fille, la vie ne t'a pas fait de cadeaux. S'il y a bien une chose que j'ai apprise, c'est que tu devras te battre pour ce que tu veux. Je te regarde aller tous les jours que le Bon Dieu fait. Tu as mis tant d'efforts dans ce que tu as entrepris. Quand tu me dis que tu vas tout abandonner, je t'envoie un peu de ma force. Je sais que tu sens ma présence auprès de toi. Quand tu te sens seule, je ne suis jamais loin. J'ai tenu ta main toutes ces années et je serai là. Que ce soit physiquement ou dans ton cœur, il n'y a pas de différence. Rappelle-toi toujours de qui tu es au fond de toi, car je t'ai transmis la force nécessaire à ta réussite. Je t'ai entendue toutes les fois où tu pleurais la nuit en implorant ma présence. Je veux juste que tu saches que papa n'est pas loin. Continue de me parler tous les jours, j'aime entendre ta voix. J'aimerais que tu ne*

---

*m'oublies pas. Il faut que tu saches aussi que je ne souffre pas. Quand je suis parti, je n'étais pas prêt et je me suis battu pour rester. Je vois à quel point tu souffres de ma mort, cela me fait mal. Un deuil n'est jamais facile, ma fille, mais c'était dans l'ordre des choses. Nous en avons souvent parlé et je sais que même après ces cinq années, tu t'en veux toujours de n'avoir pas su me sauver. Ce n'était pas ta faute. J'étais malade et pris du cœur depuis des années. J'ose croire que tu comprends pourquoi je n'en ai jamais parlé. Ton cœur n'aurait pas supporté de me savoir malade et je voulais te préserver de cette tristesse. Je ne voulais surtout pas devenir un fardeau. Tu sais comment j'avais peur de finir mes jours alité. J'ai pu accomplir ma plus belle réussite : mes enfants.*

*Ma fille, ne me pleure pas, car je veillerai sur toi d'où je suis. Je suis fier de toi et je te guiderai au travers des bons comme des mauvais moments. Sois courageuse, la vie te réserve encore bien des surprises.*

*Ton père qui t'aime.*

---

## AUCUN ARC-EN-CIEL SANS PLUIE

---

Ma vingtaine commence, mais j'ai déjà hâte qu'elle finisse. C'est déconcertant, j'ai tout ce que je veux pour être heureux, mais j'ai toujours un trou béant qui me semble plus gros que la Voie lactée. Étrangement, quand je regarde vers les étoiles, je finis par comprendre ce qui me manque. Une partie de moi-même s'est évaporée, c'est un vide immense à combler, mais au moins je finis par comprendre. Un déclic s'est enclenché il y a plusieurs années, j'en ai donc profité pour maturer. Peut-être que toi aussi tu pourras en bénéficier.

---

**Isabelle Moreau**  
Préparation aux études  
postsecondaires

Centre Christ-Roi  
(Mont-Laurier),  
CS Pierre-Neveu

Enseignante :  
Sandra Paoli,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières

---

De toutes les leçons de vie que j'ai apprises, la plus dure aura été sans doute comment faire un deuil et traverser l'adversité même si la seule option qui semble viable est de simplement abdiquer. J'ai perdu la personne que j'aimais le plus au monde, dans des circonstances plus que tragiques, j'ai perdu mon héros et la personne que je voulais devenir, mon modèle, mais aussi mon meilleur ami. J'ai compris avec les années que peu importe ce que nous possédons, que ce soit une carrière intéressante ou des biens quelconques, l'élément qui a le plus de valeur restera toujours ce que les gens que nous aimons et respectons pensent de nous. Ces personnes peuvent façonner notre façon de penser, et avec le temps, j'ai compris à quel point ma négativité pouvait affecter les gens que j'aime. À travers l'adversité, on peut facilement voir qui sont nos vrais amis, les personnes qui tiennent vraiment à nous c'est souvent elles qui nous motivent à avancer, peu importe nos problèmes.

C'est donc la raison pour laquelle à un certain point dans ma vie, je me suis posé la fameuse question : comment fait-on pour être heureux ? C'est tellement simple et tellement compliqué en même temps ; le bonheur n'est aucunement une entité ou un objet que l'on recherche. C'est quelque chose que nous fabriquons à partir de nos erreurs, nos rires, nos peines, et malheureusement, les nombreuses épreuves que nous traverserons en vieillissant. Que ce soit un deuil, une rupture amoureuse ou simplement des échecs scolaires ou professionnels, la seule personne qui peut vraiment faire changer les choses pour que notre vie aille mieux, c'est évidemment nous-mêmes. Notre entourage ne peut faire qu'une partie du travail, le reste est entre nos mains. Je crois aussi que l'élément principal qui définit une personne c'est la façon dont elle se relève après être tombée. Plusieurs personnes vont passer leur vie à blâmer les autres pour leurs propres malheurs, j'ai fait partie de cette catégorie trop longtemps. Mais honnêtement, à un certain point, nous devons nous imposer un style de vie qui accorde de l'importance au positif plus qu'au négatif.

---

Malheureusement, mon père s'est enlevé la vie à la suite d'une longue dépression, j'ai dû le voir agoniser dans mes bras pendant plus d'une heure, mais au bout du compte, ce n'est jamais ce dont je me rappelle. Mes souvenirs sont à connotation positive et ça aura pris plusieurs années de réflexions pour pouvoir penser comme ça, mais au final, j'ai appris à me battre contre un adversaire que je croyais plus puissant que moi, à demander de l'aide si j'en avais besoin et j'ai compris que la vie est malheureusement parsemée d'éléments négatifs qui peuvent laisser des cicatrices émotionnelles, mais ces blessures sont là pour nous rappeler qu'on peut passer à travers.

Quand je pense à mon père, je pense à la personne extrêmement généreuse qu'il pouvait être, à sa patience interminable, et à son amabilité. La maladie mentale aura finalement eu le meilleur de lui, mais je crois aussi que son silence et son désir de ne pas déranger les autres auront finalement causé sa perte. Ce qui explique l'importance de la communication pour moi. En résumé, je dirais simplement de profiter des moments dans lesquels la vie nous envoie des fleurs, mais aussi de savoir se dire en moments difficiles, peu importe à quel point cet événement peut être marquant, nous avons le pouvoir sur notre attitude et sur notre pensée. Nous pouvons améliorer les choses avec notre vision vis-à-vis du monde. Notre entourage se forme souvent de gens qui nous ressemblent. Je crois donc sincèrement que l'assiduité et la positivité attirent les mêmes valeurs dans nos vies. Nous devons nous concentrer sur nous-mêmes et focaliser sur notre propre bonheur si l'on veut pouvoir le partager avec d'autres gens. Pour vraiment apprécier un arc-en-ciel, on doit accepter la pluie qui le devance. Pour qu'une nouvelle étoile naisse, on doit accepter la disparition de celle qui la précède.

---

**Marc-Alexandre Godin**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre d'éducation  
des adultes des  
Sommets (Windsor),  
CS des Sommets

Enseignantes :  
Catherine Frappier  
et Sylvie Routhier,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Estrie

Fléchère Morin  
2<sup>e</sup> cycle

# DAME VERTE

Centre L'Envol (Joliette),  
CS des Samares

Enseignante :  
Diane Robichaud,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Lanaudière

Elle est autour de nous. Elle fait partie de nous. De sa magnificence, elle nous laisse tous sans mots. La simplicité est son étendard. Intelligence et amour font partie de ses joyaux. Nous purifier, nous consoler, nous guérir ainsi que nous ressourcer représentent son pouvoir. La vaincre en est impossible, la soutenir est approprié. Dans toute sa splendeur, elle nous apprend à vivre. Si son existence était un chant, tous la désireraient. Ébahis, nous laisserait-elle devant son apothéose, tel un enfant rayonnant. Bifide est sa besogne ; elle nous offre son cœur et nous guérit de nos maux.

Par les années défilantes, elle devient artisane de son âme, musicienne de son silence ainsi qu'écrivaine de son temple. Nous ne pouvons nous cacher du sentiment de béatitude qui nous transperce et marque notre esprit.

Nature est son prénom. C'est par sa parole métaphorique qu'elle nous transforme. Elle est le bois de notre berceau, celui de notre cercueil, le matériau de nos œuvres, mais surtout la sublime parure de notre univers. Faune et flore sont ses enfants. Son rapport avec la vérité est une pure symbiose. Elle apporte vitalité aux plus démunis et richesse à tous ses consacrés.

Il faut en accepter son rythme, car la patience est son secret. Ses amis du silence laissent le vent parler pour elle. Sa beauté est à celui qui ose l'admirer du bon œil. Toujours présente sera-t-elle, afin que nous n'abandonnions point. Ses eaux rappellent la maternité ; l'amour tant apprécié dans la douceur de son calme. Sa terre, ses racines, notre pilier en sont la force protectrice et réconfortante de nos émois, telle une poule à ses petits.

Cette nature n'a jamais eu de vrai commencement. Souhaitons qu'elle ne puisse avoir de fin, qu'elle demeure éternelle.

# LE TEMPS DE LA CHASSE

---

L'automne est arrivé et les chasseurs retiennent leur souffle pour entendre le grand cri de l'orignal, dans la clairière derrière le grand érable à sucre où deux ans auparavant les chasseurs s'étaient aventurés. La grande noirceur et le froid d'automne annonçaient le début du temps de la battue. Des feuilles mortes jonchaient le sol. L'excitation d'être à la chasse motivait les hommes qui scrutaient les environs à la recherche de l'animal tant convoité. Dans leur cache, un profond sentiment de silence et de quiétude régnait chez les chasseurs. Ils étaient à l'écoute des moindres craquements de brindilles. L'automne froid du nord du Québec, en ce jour de novembre, semblait traverser les vêtements chauds des chasseurs. L'animal protecteur de la forêt montagnaise des Laurentides devait sans aucun doute s'y trouver quelque part au loin. Dans cet habitat, sans pollution ni activité humaine, le temps semblait battre au ralenti. La chasse à l'orignal était ouverte et les chasseurs s'y étaient préparés durant toute l'année avec l'aide d'urine de femelle d'orignal pour attirer le mâle entre le feu croisé de leurs fusils nouvellement nettoyés.

Le grand esprit de la forêt avait déjà marqué son territoire. Les chasseurs avaient débroussaillé le terrain afin de trouver où l'animal avait l'habitude de trotter. Des marques de frottement de bois sur un arbre ou du crottin laissé sur un sentier avaient permis de connaître les habitudes quotidiennes de l'animal. Pour attirer l'orignal, un des chasseurs entreprit de battre des bois de cervidés l'un contre l'autre afin d'imiter l'animal en rut qui, durant la saison des amours, se frotte le panache contre les arbres pour attirer les femelles, sans aucun doute à l'écoute.

La patience et l'expérience des chasseurs allaient-elles leur permettre de frapper ?

L'équipement de pointe ainsi que des leurres efficaces pour la chasse à l'orignal devraient permettre aux hommes à l'affût de tuer cet animal majestueux. C'est dans les légendes amérindiennes, où l'année compte six saisons, que le grand esprit rencontre le chasseur pour le guider dans sa quête spirituelle et pour purifier son âme. Les esprits des

---

**Daniel Champagne**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Christ-Roi  
(Mont-Laurier),  
CS Pierre-Neveu

Enseignante :  
Marie Eve Désormeaux,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières

vents, de la terre, de l'eau et du feu qui représentent les quatre vents se rencontrent pour former un tout dans l'immensité du ciel nuageux de l'automne.

Est-ce que les chasseurs devraient demander pardon à l'animal pour son sacrifice ?

La chasse est un art et les hommes sont devenus des maîtres en la matière. Après quelques jours dans la forêt froide d'automne, les chasseurs abattent un orignal de 1500 livres. Le panache gigantesque placé sur le devant de leur camionnette, les chasseurs partirent avec le sentiment d'avoir accompli une chasse fructueuse et mémorable.

---

## ELLE, MON HÉROÏNE

---

Nous avons tous un modèle ou bien un héros. Une personne qui à nos yeux représente ce qu'il y a de plus remarquable par ses gestes ou bien ses exploits. Il y a moi qui admire des gens tels que Albert Einstein, Mère Theresa, Gandhi et j'en passe. Ces personnes, je les admire, car elles ont marqué l'histoire d'une manière ou d'une autre. Ces gens qui ne m'ont pas marquée personnellement, je ne leur enlève rien, car ils font partie des gens qui ont influencé l'humanité. La personne qui m'a impressionnée le plus est ni riche ni connue et encore moins populaire à vos yeux. Certains l'aiment, d'autres la détestent forcément. Elle a accompli le plus bel exploit, à mon avis. Laissez-moi vous en parler plus en détail.

Cette personne est née en 1973, elle est la plus vieille des quatre enfants de ses parents. Elle a dû quitter l'école après sa sixième année, car ils avaient besoin d'aide pour son frère et ses sœurs. Sans se plaindre, elle a fait ce qu'on attendait d'elle, sans rien demander en retour. Enceinte une première fois à l'âge de 19 ans, d'un petit garçon qui eut plusieurs problèmes de santé dès sa première année de vie. Par la

---

suite, à l'âge de 21 ans, elle donne naissance à son unique fille. À 24 ans, elle rencontre l'homme de sa vie, celui avec qui elle aurait dû se marier. À peine un mois avant son mariage, qui devait avoir lieu le jour de son anniversaire, celui-ci fut tué. Le 1<sup>er</sup> avril 2000, elle reçut l'appel l'informant que son fiancé avait été retrouvé mort. À ce moment, enceinte de sept mois, elle dut prendre sur elle, car même si elle ressentait une peine inimaginable, elle avait ses deux enfants qui vivaient la même peine qu'elle. Donc, du jour au lendemain, elle s'est retrouvée mère célibataire et enceinte de sept mois. Elle donna naissance à un petit garçon qui n'aurait jamais la chance de connaître son père. Ce qui était un des plus beaux jours de sa vie fut également un des pires. Veuve et mère célibataire, elle n'a pas d'autre choix que de se tourner vers l'aide sociale, car pour elle, il est impossible que quelqu'un d'autre élève ses enfants. On ne peut que lui lever notre chapeau pour ce choix difficile.

Habitant dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve, on peut facilement imaginer le peu de moyens qu'elle avait. Elle ne mangeait pas toujours à sa faim, mais ses enfants, oui. C'est tout ce qui comptait pour elle. Malgré le fait qu'elle avait besoin de souliers ou de bottes, elle s'en privait pour pouvoir en acheter à ses enfants. Elle s'est toujours sacrifiée pour eux mais, à ses yeux, ce n'était pas un sacrifice, mais bien le rôle d'une mère de faire passer le bonheur et le bien-être de ses enfants avant tout. Elle fut privée de faire partie de la vie de sa fille durant 4 ans, partie vivre chez son père. Elle allait tout de même la voir en cachette, à la demande de sa fille. Durant ces quatre années, elle tomba en dépression, tout en continuant à s'occuper de ses deux autres enfants qui eux étaient toujours avec elle.

Au bout de ces interminables années, sa fille décida de revenir vivre avec elle. Par le fait même, sa famille fut de nouveau réunie. Sa fille avait une passion pour la musique, alors elle fit de son mieux afin d'acheter la guitare qu'elle désirait tant. Elle n'avait pas les moyens et savait très bien qu'elle devrait se serrer encore plus la ceinture que d'ordinaire, mais cela lui importait peu, puisqu'elle avait réussi à mettre des étoiles dans les yeux de sa fille. C'était tout ce qui comptait pour elle. Quand est venu le temps pour sa fille de faire son bal des finissants, elle a magasiné

---

**Myriam Fauvelle**  
2<sup>e</sup> cycle

Maison d'éducation  
des adultes  
(Saint-Rémi), CS des  
Grandes-Seigneuries

Enseignante :  
Linda Pitts,  
Association  
des professeurs  
de Lignery

pour choisir une robe. La première robe que sa fille vit fut un coup de cœur pour elle. Alors, malgré le fait qu'elle était hors de son budget, elle s'organisa pour pouvoir l'acheter, car c'était ce que sa fille voulait. Après tout, pour une mère, l'important est de rendre ses enfants heureux. Maintenant, en 2018, sa fille est devenue mère à son tour et elle a désormais la joie d'être grand-mère. Elle a enfin le sentiment d'avoir accompli quelque chose de bien dans sa vie.

Cette histoire n'est pas inventée, ce n'est qu'une infime partie de notre histoire, ma mère et moi. Ma mère est mon héroïne, pour tout ce qu'elle a fait pour mes frères et moi. Tous les sacrifices qu'elle a faits, toutes les souffrances qu'elle a vécues font d'elle la personne la plus remarquable au monde. Ma mère a toujours été là pour moi, peu importe les chicanes ou les différends que nous avons. C'est elle qui m'a défendue quand tout le monde me rejetait. Elle n'a jamais manqué un seul de mes spectacles. J'ai toujours entendu ma mère dire : « Je suis tellement fière de ma fille, c'est ma petite studieuse ! ». Étant mère à mon tour, je comprends maintenant l'ampleur de son amour pour nous. Alors c'est pourquoi je veux lui dédier mon texte et, par le fait même, lui faire comprendre que je suis immensément fière de la femme qu'elle est. Je n'aurais pu souhaiter une meilleure mère.

Maman, je t'aime, mille mercis !

Elle est mon âme, elle mon cœur, elle est ma flamme, mon bonheur. C'est elle qui m'a donné la vie ; elle fait partie de moi.

# TU ME MANQUES VRAIMENT BEAUCOUP !

---

– Bonjour papa ! Comment ça va ? – ...

– Papa, tu es où ? Es-tu revenu ? – ...

Pas de réponse !

Papa, c'est comme ça chaque matin, je t'écris en espérant que tu vas me répondre ! Mais non ! Mes lettres ne peuvent pas t'arriver, ou peut-être elles ne t'arriveront jamais ! C'est vraiment ridicule ! Les lettres aussi ont besoin d'une permission pour atteindre certains endroits dans mon pays !

J'ai décidé d'écrire cette lettre en ayant une croyance profonde : que tu pourras la lire un jour ! Quand tu auras lu mes mots, tu sauras comme la vie était ardue sans toi, tu apprendras que tu nous as manqués à chaque moment !

J'aimerais t'assurer que nous ne t'avons pas oublié ! Je te promets que nous n'arrêterons pas de te chercher ! Malgré toutes les difficultés que nous avons vécues, que nous vivons et que nous vivrons, on continuera les demandes jusqu'à ce qu'on se retrouve !

---

Peut-être que je ne suis pas très utile dans la recherche à cause de la grande distance entre moi et toi ! Mais, au minimum, je pourrais prier Dieu pour que tu sois en bonne santé et qu'il te rende à ta famille le plus vite possible !

Papa, tu étais la personne la plus proche de moi, l'humain qui pouvait me comprendre sans dire un mot. Tu étais la source de mes forces et ma fierté, tu le seras pour toute ma vie ! Selon moi, tu es le meilleur père du monde et je me trouve tellement chanceuse d'avoir un père comme toi ! Je n'arrive pas à oublier les petits détails de ce jour-là. C'était une journée du mois de mars. Il faisait soleil avec un peu de vent. Je me souviens très bien ce matin-là. Tu étais assis sur le sofa en mettant ta main sur la joue. Tu nous observais comme si tu savais que ce serait la dernière fois ! Tu étais comme à ton habitude : silencieux et calme, mais tes yeux voulaient nous dire des choses que l'on ne pouvait pas comprendre à ce moment ! Toi, te rappelles-tu toujours ce à quoi tu as pensé à cet instant-là ?

Papa, quand tu étais en train de partir pour ton travail ce matin-là, j'avais envie de te prendre dans mes bras pour toujours ! Mais, je me suis dit : « Calme-toi jeune fille ! Tu vas le faire à son retour ! » Malheureusement, jusqu'à maintenant, j'ai toujours hâte de faire ce câlin ! Peut-être, je le ferai un jour. Sinon, au moins, je pourrais t'embrasser dans mes rêves !

À ton tour, est-ce que tu te rappelles tes enfants, ta femme et ta famille, ou si la dureté que tu vis te fait nous oublier ?

À mon avis, tu ne peux pas nous oublier, mais tu as sûrement perdu beaucoup de nos détails ! J'ai confiance que, quand on se retrouvera, tu seras surpris avec tous les changements que nous avons eus ! Chacun dans la famille a suivi un chemin différent de celui que tu voulais pour lui. Mais, je te confirme que cela n'était pas un choix personnel. Souvent, nous étions obligés de nous diriger dans ces chemins à cause de la guerre, qui nous a coûté vraiment beaucoup !

Moi aussi, papa, j'ai été obligée de changer ma vie de celle que je venais de commencer quand tu étais là ! J'ai immigré au Canada. Oui, au Canada, ne sois pas étonné, papa ! Tu vas me demander comment ça ? Et pourquoi ? Je vais te répondre tout simplement que c'est le destin !

---

Je t'avoue que je ne suis pas très satisfaite de ma vie actuelle pour plusieurs raisons. Par contre, je pense que je pourrai réussir dans mon nouveau pays et là, je serai plus heureuse. D'un autre côté, je pense que ma petite famille et moi, nous avons eu plus de chance que les autres de venir au Québec et de vivre en paix et en sécurité. En plus, mes enfants auront de bonnes études et de meilleures vies, et cela sera ma récompense!

À la fin de mon petit message, je te confirme que je t'aime, tu me manques, j'ai une grande confiance que je te reverrai un jour!!!!

---

**Maram Othman**  
*Francisation*

Centre Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CS des Chênes

Enseignante :  
Huguette Lavoie,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région  
de Drummondville

---

## JE N'ACÇEPTÉ PAS DE VIE AVEC DÉSESPoir

---

Mon histoire a commencé quand j'avais 18 ans en 2011 en Syrie. J'ai terminé le lycée et je me préparais à entrer dans la scène dont je rêvais depuis longtemps et que je considérais comme l'entrée principale pour réaliser mes rêves, à savoir l'université. À cette époque, tout jeune homme de mon âge est plein de vitalité, positif, énergique et actif et cherche à réaliser ses rêves, qu'il peint depuis son enfance.

Ici, j'avais choisi d'étudier dans le domaine que j'aimais, l'administration des affaires. J'ai commencé à construire mes plans et à essayer de les concrétiser sur le terrain. Le premier jour de l'université était arrivé et la joie attendue se présentait. Jour après jour, j'ai commencé à me faire de nouveaux amis, à dessiner de nouveaux rêves et à assumer de nouvelles responsabilités. Mais malheureusement, la guerre a commencé.

---

Il est impossible de parler de la description d'une guerre sale et cruelle, qui ne fait pas de différence entre grand ou petit, que ce soit un homme, une femme ou un enfant, qui ne connaît ni joie, ni espoir, ni rêves. Personne ne sait que ce pays a des milliers d'années et une longue histoire. Cette guerre ne connaît que deux langues, la langue de la destruction et la langue de la mort. Les maisons, les rues, les mosquées, les églises et les sites archéologiques ont été détruits. Les rêves et l'avenir de 23 millions de personnes ont été anéantis. Beaucoup de personnes ont été tuées, en plus de tuer notre désir de survivre.

Dans cette période, je suis devenu une personne triste et sombre, qui a perdu le sens de la joie dans une vie supposée être pleine de bonheur. Année après année, nous ne savons plus quel est l'avenir. Nous vivons dans la peur constante de perdre quelqu'un qui nous tient à cœur ou de nous perdre nous-mêmes. Mais cette guerre a été choisie dans un faux endroit et elle a oublié que nous sommes un peuple invincible.

Nous vivons dans une routine quotidienne ennuyeuse. Nous sortons de la maison pour aller à l'université ou au travail, mais sans savoir si nous serons de retour ou pas le soir. Bombardements, obus, attaques armées et enlèvements. J'ai enduré toutes ces horreurs, en plus de perdre beaucoup d'amis et de personnes chères à mon cœur. Certaines d'entre elles ont fui le pays à la recherche d'une vie meilleure et d'autres sont décédées à la suite d'une des circonstances que j'ai mentionnées.

Nous sommes maintenant en 2015 et cette guerre sanglante continue. J'ai obtenu mon diplôme universitaire et malgré toutes ces douleurs, j'ai obtenu une très bonne note. Ensuite, j'ai deux options : rester dans le pays et faire un service militaire obligatoire ou déménager à l'étranger. J'ai beaucoup réfléchi avant de prendre cette décision et j'ai constaté que si je voulais rester ici et faire mon service militaire, je serais soit tué, soit un tueur. Bien sûr, je ne veux pas en faire partie.

Avec toutes mes tentatives d'oublier mes rêves et mes projets pour lesquels j'ai travaillé dur pour les matérialiser, mes tentatives ont échoué, et j'ai décidé de déménager au

---

Liban comme une étape préliminaire à la phase actuelle. En effet, tôt le matin du 1<sup>er</sup> novembre 2016, j'ai fait mes adieux à ma famille et pris le taxi pour le Liban. Bien que je sois celui qui ait pris cette décision, mes yeux débordaient. Il était très difficile pour moi de laisser ma maison, ma famille, mes amis et tous mes souvenirs. Tout au long du chemin, la mélodie et les paroles de la célèbre chanson « J'ai quitté mon pays » me venaient à l'esprit. Les paroles qui sont : « j'ai quitté mon pays, j'ai quitté ma maison, ma vie, ma triste vie, se traîne sans raison... ». Mais il y avait une grande différence dans mon cas parce qu'il y avait une importante raison de le faire.

Je suis arrivé au Liban, mais j'étais persuadé que ce n'était pas le pays que je cherchais pour atteindre la stabilité et réaliser mes rêves. Le Liban ressemble à la situation de mon pays, même s'il n'y a pas de guerre, il n'y a pas de sécurité ni de réconfort psychologique. En général, les Syriens ne sont pas très désirables dans ce pays. Nous y avons souffert du racisme, alors trouver un emploi ou penser de compléter les études supérieures était presque impossible.

Ensuite, je me suis rendu compte que je devais trouver le bon pays pour moi. J'ai beaucoup réfléchi et j'ai vu le Canada comme le pays de l'espoir et de l'avenir dont je rêvais depuis longtemps. Ce pays avait l'image de la stabilité, de la sécurité et d'un futur meilleur pour moi. Donc, j'ai commencé à préparer les documents nécessaires à l'application. Après avoir travaillé jour et nuit pour terminer ces documents le plus rapidement possible, j'ai été en mesure de les terminer en un temps record. Je ne veux pas perdre plus de temps dans ma vie.

Et là, j'ai commencé la phase d'attente inconnue, la période la plus difficile de ma vie. Je n'avais que cette dernière option et je me demandais tout le temps si je serais accepté et que mes rêves deviendraient une réalité ou devrais-je encore les enterrer.

Après avoir attendu environ un an et huit mois, j'ai finalement été accepté pour immigrer au Canada. La phase préparatoire a commencé. Le 4 octobre 2017, je suis allé à l'aéroport de Beyrouth à 3 heures du matin. Après avoir terminé certaines procédures, j'ai commencé à monter

---

dans l'avion, je me suis assis sur le siège près de la fenêtre, j'ai mis la ceinture et nous avons commencé à décoller. Enfin, une nouvelle étape de ma vie était entamée.

J'ai quitté ma famille, mon pays, mes amis et ma maison et je ne sais pas quand je pourrai retourner dans le quartier où j'ai été élevé et si je pourrai revoir ma famille une fois de plus ou non. J'ai laissé tout cela pour un pays inconnu pour moi dans lequel je ne connais ni ami ni ennemi, une langue différente, une nouvelle culture et de nouvelles habitudes, un fuseau horaire différent de celui de mon pays. La différence de sept heures entre eux veut dire qu'il n'y a pas de temps pour parler avec qui que ce soit et enfin, le froid que je n'ai jamais vécu auparavant. Je fais tout cela afin d'avoir un meilleur avenir et l'opportunité de réaliser mes rêves en défiant toutes les circonstances et les difficultés que j'ai mentionnées.

Je suis arrivé à Montréal le 5 octobre 2017 et le lendemain matin j'ai commencé à entamer les procédures nécessaires. J'ai cherché un logement et je me suis inscrit à une école de langues. Après y être resté pendant un mois et une semaine, j'ai constaté qu'il n'y avait aucun avantage à rester assis là-bas. Je voulais apprendre le français, mais je ne parlais que l'arabe et j'utilisais parfois l'anglais, car je trouvais souvent des personnes arabes et je n'étais pas obligé d'apprendre le français. J'ai donc décidé de déménager à Saint-Jean-sur-Richelieu pour apprendre le français plus rapidement.

Ici, les choses ont commencé à être difficiles. Je devais parler français avec les habitants de cette ville, ce qui m'a motivé à apprendre cette langue le plus rapidement possible. En effet, le cours de français a commencé le 8 janvier 2018 au centre La Relance.

J'ai consacré tout mon temps à l'apprentissage de cette langue, ce qui n'est pas si facile, mais après tous ces efforts, j'ai pu trouver un emploi comme caissier après seulement cinq mois. J'ai envoyé mes papiers universitaires pour demander l'évaluation du baccalauréat que j'ai obtenu de

---

mon pays, et j'ai reçu le même niveau d'évaluation de mon diplôme. Présentement, j'écris mon histoire, nous sommes en octobre 2018, et je continue toujours le cours de francisation. Je suis au cinquième niveau sur huit et je continue à travailler presque tous les jours de 17 h à 22 h après avoir terminé le cours à 16 h.

J'attends la fin du cours pour pouvoir parler dans trois langues internationales, puis je souhaite faire des études supérieures dans mon domaine d'études. J'aimerais aussi rejoindre l'Ordre des Comptables Professionnels Agréés du Québec et poursuivre tous mes rêves, un par un.

Après environ un an et deux semaines de présence ici, j'ai commencé à surmonter mes peurs et à réaliser ce dont j'avais rêvé auparavant.

Il ne faut pas désespérer dans la vie et je n'accepte pas de vie avec le désespoir. C'est cela que j'ai dit toutes ces années, car rien dans ce monde n'est difficile à faire si tu as la volonté, l'ambition et la détermination.

Enfin, je voudrais remercier tous ceux qui m'ont aidé et qui m'ont soutenu. Du fond du cœur Merci Québec, Merci Canada!

---

**Fares Kalaaji**  
*Francisation*

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

Enseignante :  
Sophie Lalancette,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Haut-Richelieu

## JE SUIS...

---

Je suis primaire, simple, naturelle et je vis au même titre que ta tristesse, ta joie et ton excitation.

Je suis une énergie, une impulsion qui traduit ton insatisfaction.

Je prends diverses identités et différentes accentuations. En m'exagérant, tu tombes dans la fureur et l'exaspération. Et si je suis en défaut, tu te coinces entre le mécontentement et l'irritation.

---

Deux stimuli causent ma naissance et mon apparition.  
Je peux être influencée par ton organisme sous la  
dopamine, l'alcool, la drogue et la médication.  
Les sages te recommandent d'y faire attention.  
Sinon, je me développe quand tu analyses une de  
tes situations.  
Et si tu es mécontent, irrité ou en fureur, la cause, c'est  
ta perception.  
Les sages te suggèrent de bien utiliser tes cinq sens pour  
acquérir une saine intuition.  
Ainsi, tu sauras t'entourer de bonnes relations.

Sache que je n'existe ni par hasard, ni par coïncidence,  
ni par confusion,  
mais par un Créateur qui a tout façonné en absolue  
perfection.  
Utilisée sciemment, je te permets de tirer le plus possible  
de satisfaction.  
Quand tu es insatisfait, je déclenche dans ton organisme  
plusieurs réactions.  
Plusieurs muscles se contractent et tu sens le blocage  
de ta respiration.  
Ton organisme te prépare à attaquer l'obstacle et tu es  
en état de mobilisation.

Je suis bonne pour toi, je t'aide à avoir de la motivation.  
Ainsi, je te permets de survivre et d'avoir, avec les autres,  
une bonne communication.  
Mais à certains moments, je deviens pathologique et toi  
en confusion.  
Dans ce cas, les spécialistes me classent en  
deux fractions.  
Quand je suis en défaut, je prends la forme  
d'une impulsion.  
Tu me réprimes, puis tu oscilles entre la déprime, la rage  
et la démoralisation.  
Quand je suis en excès, je prends la forme  
d'une explosion.  
Tu m'exprimes violemment, puis tu perds le contrôle  
de toi-même et de tes réflexions.  
Dans les deux cas, tu es le seul fautif de ces aberrations.  
Ne blâme pas les autres, car ton mal-être et ton malheur  
viennent de tes actions.

---

Lorsque tu me ressens, tu as le choix d'adopter trois types de réactions.

Tout d'abord, tu peux me nier comme tu nies tes besoins et toutes tes émotions.

Tu t'efforces de ne jamais me voir et de ne jamais me laisser transparaître dans toutes tes conditions.

Tu me refoules, tu me ravales et tu ne dis rien ; sache que tu as un problème d'affirmation.

Tu me camoufles sous l'apparence d'apitoiement, de la paresse et de la confusion.

Tu te dénigres, tu te culpabilises et tu accumules les frustrations.

Tu caches ton hostilité en l'attribuant à autrui sans chercher de solutions.

Tu n'acceptes pas tes limites, tu ne les affirmes pas et tu es souvent collé à l'inaction.

Tu rumines les sentiments et les pensées négatives et tu oublies de faire une simple observation.

Tu me retournes contre toi, c'est de l'autodestruction.

À l'extrême, tu te suicides, en croyant que c'est l'issue de ton désespoir et l'ultime solution.

Mais ce que tu auras après ta mort, c'est la souffrance et la damnation.

Ensuite, tu m'utilises facilement par excès et vite, sans réflexion.

Tu te sens soudain attaqué quand on te critique et tu ripostes par une violente agitation.

Tu deviens une personne épouvantable quand tu défends tes convictions et tes opinions.

Tu rends l'autre coupable de ne pas répondre et tu refuses d'entendre sa version.

Tu nourris un désir de vengeance et de la haine envers celui qui devient la cible de ton humiliation.

Tu forces ses limites, tu le harcèles, tu lui profères des menaces et tu utilises avec lui l'intimidation.

Tu l'agresses verbalement et physiquement ; quelle affreuse réaction.

À l'extrême, tu commets un homicide puis tu purges le reste de ta vie en détention.

---

## **L'Étranger**

### *Francisation*

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

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

Finalement, tu as la chance d'ajouter cela à ton instruction,  
car tu as le résumé de la sagesse des anciens depuis des siècles et des générations.  
Considère cela comme un don et un bienfait de ton Créateur pour ta protection.  
Pendant la situation, reconnais mes signes en utilisant l'auto-observation.  
Respire normalement, ressens-moi et nomme-moi comme n'importe quelle émotion.  
Prends du recul, attends quelques instants et éloigne la confrontation.  
Adresse-toi à autrui avec respect et évite les paroles de rage et d'accusation.  
Affirme-toi respectueusement, avec honnêteté, sans formuler de reproches et sans agression.  
Permet à l'autre de s'exprimer et écoute-le avec empathie et compassion.  
Montre-toi compréhensif envers lui et ne dédramatise pas la situation.  
Sans nuire à l'autre, défends respectueusement tes opinions et tes convictions.  
N'essaie pas de lui prouver à tout prix que tu as raison, ou de le convaincre d'adopter ta position.  
Trouve-toi une action constructive pour satisfaire le besoin de ta frustration.  
Si nécessaire, consulte une personne de confiance, demande son aide pour trouver la solution.  
Voilà une stratégie simple pour éviter les conséquences néfastes dans ta vie et ses conditions.

En bref, je suis la colère, l'une des plus vives de tes émotions.

# MA MAISON DE RÊVE

Le rêve, c'est le seul lieu qui n'a pas de limite, ni de frontière, ni de temps et ni d'endroit. Parfois, je vole dans ma maison de rêve que je ne sais pas elle est où ni quand. Quand je ferme les yeux, je vois une petite maison de bois. Il y a une cheminée où je peux allumer le feu. Je me vois sur une chaise berçante. Je bois du thé et j'écoute la musique et le crépitement du feu. Parfois, je regarde par la fenêtre les flocons de neige qui arrivent en dansant. C'est inexprimable !

Ma maison de rêve a quatre portes qui s'ouvrent sur différentes places. Une porte donne sur une plage. Mon mari et moi marchons sur cette plage pieds nus. Les plages de sable me font du bien. Je sens la brise dans mes cheveux et la chaleur des bras de mon amour. Le coucher de soleil à la plage est inexplicable. L'autre porte s'ouvre sur une forêt à l'automne. Chaque arbre a mille couleurs : rouge, jaune et orange. D'après moi, la reine des saisons est l'automne. La troisième porte s'ouvre sur un petit jardin. Il y a beaucoup de fleurs. Le matin, je me réveille au son des oiseaux. Je vois mon mari qui jardine. Je prépare le déjeuner et je l'attends.

Or, la dernière porte est interdite aux autres. C'est un lieu pour les temps où je suis triste et où j'ai besoin d'être seule. La porte s'ouvre sur les temps pluvieux. Je me trempe sous la pluie. Je rugis sous la pluie et personne ne voit mes larmes. Après la pluie, le ciel de mon cœur est bleu. Cette porte existe peut-être grâce à une vieille histoire d'amour qui s'est perdue dans la boîte de mes souvenirs.

---

**Fatimeh Barbari**  
*Francisation*

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

Enseignant :  
Vincent Poirier,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Estrie

# SOUVENIR

---

Je me souviens soudainement de cette journée-là, celle où j'ai compris tant sur la vie. Ce matin-là, il n'y avait aucun rayon de soleil qui reflétait sur la neige fraîchement tombée. Que de denses nuages gris qui recouvraient entièrement le ciel. Le vent était glacial, à un point tel qu'il giflait mon visage à chaque rafale. J'avancais péniblement, mes pieds ne cessaient de s'enfoncer dans la blancheur de l'hiver et les bourrasques m'empêchaient parfois d'avancer. Moi qui pensais qu'une petite promenade au grand air me ferait le plus grand bien. Profiter de cet instant pour me recentrer et reprendre le contrôle sur mes pensées. Je venais tout juste de sortir d'un important rendez-vous. Ce dernier m'avait grandement perturbée. Mon cœur se mit à battre subitement à une cadence plus qu'inquiétante, je le sentais serrer très fort dans ma poitrine. Ma tête devenait de plus en plus lourde comme si le poids de mes réflexions pesait autant que mon difficile passé. Une larme s'est échappée, bien malgré moi, et est allée mouiller le rebord de mon foulard de cachemire violet. J'ai alors pris trois grandes respirations profondes pour calmer un peu mon esprit tourmenté et j'ai fermé les yeux quelques instants dans l'espoir de retrouver un peu de sérénité. J'ai ensuite monté les marches menant à ma résidence d'un pas décidé, mis la main dans la poche de mon parka et sorti mon trousseau de clés. Je tentais d'insérer une des clés dans la serrure jusqu'à ce que je me rende compte que ce n'était pas la bonne. J'ai bien dû en essayer quatre avant de trouver celle qui convenait. J'ai ouvert la porte, un grincement se fit entendre. C'était encore les vieilles charnières qui manquaient d'huile. Pourtant, il me semblait que j'avais demandé à quelqu'un d'en mettre... J'ai frotté nerveusement mes bottes de loup marin sur le tapis, en prenant soin de ne pas tremper mon vieux parquet de bois. Tout à coup, un bruit retentit, j'ai tendu l'oreille pour trouver son origine. J'ai tourné sur moi-même, une, deux puis une troisième fois et j'ai aperçu une ancienne horloge grand-père, elle était pourtant bien en évidence, placée contre l'un des murs de l'entrée. Elle répétait un « dong » à un intervalle régulier, puis s'est arrêtée net. J'ai avancé vers celle-ci pour l'observer de plus près, quand j'ai vu un manteau de couleur noire à

---

l'encolure en fourrure de renard, il était déposé sur la table basse. Ce manteau était tellement grand que deux comme moi auraient aisément pu tenir au chaud dedans. Mon vieux parquet craquait sous moi, le bois était là depuis tant d'années que les lattes s'étaient séparées au fil du temps. Une douce odeur de brioches à la cannelle embaumait la pièce, celle-ci avait vite retenu toute mon attention. J'aurais pu fermer mes yeux et n'avoir comme guide que mon odorat, tellement l'odeur était enivrante. J'ai traversé la maison jusqu'à la cuisine, décidée à trouver ces petites merveilles chaudes et délicieuses. Elles étaient désormais dans mon champ de vision, quelques secondes me séparaient à peine d'elles, une enjambée de plus et j'aurais pu enfin les effleurer du bout de mes doigts, en tenir une dans le creux de ma main et humer l'aromate de cannelle qu'elle dégagait. Mes rêveries se virent interrompre par l'image d'un homme qui se leva abruptement de la table, s'avança vers moi en me tendant les bras. Je m'étais écartée rapidement pour fuir l'étreinte qui arrivait. J'ai reculé, apeurée d'être ainsi approchée par un inconnu dans ma propre maison. M'enfuir semblait la seule solution, sortir au plus vite pour m'éloigner de cet individu qui me regardait si intensément. Puis, il a prononcé : « Mon amour, Laurianne que fais-tu ? » À ce moment, une incompréhension totale put se lire sur mon visage. J'ai figé, comme si mon corps ne pouvait plus jamais bouger. Les quelques mots prononcés résonnaient en boucle dans ma tête. Soudainement, mes traits se sont radoucis, mes bras sont littéralement tombés par terre. Je venais d'avoir un nouvel oubli, celui-ci me peina profondément. Depuis quelques mois déjà, je remarquais des changements chez moi : j'oubliais mes plats mijotés dans le four, me trompais de clé pour débarrer ma voiture ainsi que ma porte d'entrée, certains objets familiers devenaient étrangers. Cette fois-ci, c'était mon meilleur ami, mon confident, mon compagnon de vie que j'avais oublié. Pourtant, mon homme, je l'aimais de manière inconditionnelle et j'avais quand même fini par l'oublier momentanément, l'espace d'un court instant, l'un des pires scénarios que j'avais pu imaginer à la suite du diagnostic de ce matin. C'était officiel, je ne pouvais plus faire semblant que tout allait bien, je devais m'y faire, je souffrais de la maladie de l'oubli... Mon mari m'avait prise tendrement dans ses bras, m'avait regardée amoureusement, avait déposé

**Laurianne Michaud**  
2<sup>e</sup> cycle

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

Enseignante :  
Julie Bérubé,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région de la Mitis

un doux baiser sur mon front et m'avait dit : « Tu vas voir mon amour, ça va bien aller, je suis là avec toi, je t'aime. » Oui, je me souvenais bien de cette journée-là ! Toutefois, ce souvenir ne m'aidait pas du tout à me rappeler ce que je faisais ici...

## LA FUITE

Dans une petite clairière, au nord de la forteresse d'Aberystwyth, vivait la famille Rothaïde. Femme de guerrier, Alchima devait plus souvent qu'autrement veiller au train quotidien de la ferme. En plus de s'occuper de la récolte des champs de maïs, elle devait élever seule leurs deux enfants. Waldrade, fils aîné, rêvait de devenir chevalier comme son père. Il adorait le maniement de l'épée et le tir à l'arc. Bien qu'il soit âgé d'à peine 7 ans, Waldrade transpirait de force et de courage. Leur fille Émillane était alors âgée de 4 ans. Elle n'avait d'autres loisirs que de chasser les papillons et embêter son grand frère. La famille attendait avec impatience le retour de Rotrude, l'homme de la maison. Il était parti en guerre contre le clan des Norfolks.

La neige avait commencé à tomber, mais toujours aucun signe de son bien-aimé. Alchima se tourmentait d'angoisse. Jamais son homme n'était parti en guerre durant plus de dix lunes. Elle avala ses pensées sombres et reprit ses tâches du jour. À l'heure du repas du soir, les enfants ressentirent les lourds sabots des chevaux et des bœufs sous leurs pieds. La femme se dressa sur sa chaise. « Enfin le voilà ! » Ils se précipitèrent tous à l'extérieur, la joie au ventre. La femme voyait bien que les troupes n'arrivaient pas avec la même attitude qu'à leur coutume. Alchima sentit son souffle coupé et son cœur se déchirer. Marcil, chef de la horde, descendit de son cheval. Sa monture était ornée de pierres précieuses de couleur jaune, celle représentant leur royaume. Il prit la femme dans ses bras

---

en lui adressant ses plus sincères condoléances. Le brave se pencha devant Waldrade et lui dit : « Sois fier de ton père, il a combattu avec honneur et est mort en champion. » Le jeune garçon essuya ses larmes et redressa son torse, il devenait à présent l'homme de la maison. La horde poursuivit son chemin, répandant de la joie pour ceux qui rentraient à domicile, et de la tristesse puisque certains ne rentreraient plus jamais auprès des leurs.

Marcil pénétra alors dans le grand hall du château de l'empereur. Le sigisbée se rendit jusqu'à la salle commune pour discuter avec Sir Dioclétien 3<sup>e</sup> de ce qui s'était produit lors de cette longue et éprouvante guerre. L'empereur est resté de marbre en apprenant qu'il avait perdu 35 hommes au combat. D'un geste de la main, il renvoya son fidèle chez lui. L'empereur était satisfait des résultats reçus, puisque la victoire revenait à son royaume. Le sultan avait pour règlement de remarier chaque femme trois semaines après le décès du défunt mari, et ce, avec un homme de son choix.

À la suite du tragique évènement, la famille Rothaïde avait beaucoup de mal à reprendre le cours de sa vie normale. Le sourire absent et le cœur moins gai qu'à l'habitude, Alchima et ses enfants étaient assis près du feu se rappelant de douloureux souvenirs. Un clappement les fit sursauter, les sortant ainsi de leurs pensées.

- Qui va là ?, demanda la femme apeurée.
- Madame Wilfrade, je suis le messager du Sir. Ouvrez, je vous prie.

Elle s'avança vers la porte et l'ouvrit avec méfiance.

- Voilà pour vous donzelle, dit-il en lui remettant un parchemin timbré du sceau royal.

Elle claqua la porte et se dépêcha à lire ce qu'il contenait.

- Ah non, mais non, c'est impossible, cria-t-elle furieuse.

Elle partit en trombe à l'étage et prépara les malles. Les enfants ne comprenaient rien.

- Pourquoi maman fait nos malles ?, demanda Émillane à son frère.
- J'en sais trop rien ma petite !, répondit-il en observant sa mère qui pliait bagage en un temps record.

---

– Waldrade, attache les chevaux à la calèche tout de suite.

Le fils s'exécuta sur-le-champ, ne sachant pas vraiment pourquoi. Ce n'est que rendu à l'écurie que le jeune garçon se rappela alors la coutume du monarque. La femme sortit de la maison avec les malles et la fillette. Elle courut jusqu'à la grange où son fils terminait à peine d'attacher les chevaux. Elle prit le chemin vers l'ouest en espérant trouver refuge dans un autre royaume. Un endroit où elle pourrait vivre son deuil en paix avec ses enfants.

Au lever du soleil, le monarque se prépara à marier Alchima à Walce, un jeune chevalier, qui avait récemment été adoubé. Mais lorsqu'il trouva la demeure de la femme vide, la colère émana de lui. « Retrouvez-la et ramenez-la-moi », cria-t-il à ses soldats. L'empereur Doclétien 3<sup>e</sup> n'acceptait nullement ce genre de refus. Il était primordial pour lui que la famille fugitive lui soit ramenée au royaume et celle-ci y sera sévèrement punie. Une troupe de soldats furent déployés pour les retrouver.

La famille Rothaïde continua son chemin toujours en direction de l'ouest. Alchima connaissait bien le sort qui lui serait réservé si elle devait finir entre les mains des gardes. L'empereur était sans pitié face au peuple qui tournait le dos à ses traditions. Elle se rappela alors ce qui était arrivé quelques années auparavant à une femme de son village. Cette dernière avait tenté de fuir et avait été condamnée à la pendaison. Prise de panique et envahie par ces nombreuses et sombres pensées, elle tenta de faire avancer la calèche plus vite. En tant que mère, il était de son devoir de protéger ses enfants, elle ferait tout ce qui est en son pouvoir pour les mettre à l'abri. Plus loin ils iront, mieux ils seront.

Après cinq jours de route, la femme perçut au loin un petit village du nom de Iverness. Les rues étaient illuminées par de petites lanternes, ce village respirait la tranquillité et la sécurité. La famille décida donc de s'y installer pour quelques nuits. N'ayant pas un sou pour payer leur séjour à l'auberge du coin, le propriétaire offrit à la dame de la laisser habiter une chambre avec ses enfants en échange d'un petit service. Alchima avait accepté de servir au bar les

---

chevaliers qui y venaient pour chopiner. La famille se sentait si bien à cet endroit qu'ils y furent installés jusqu'à la saison des bourgeons.

Alchima avait toujours son travail à l'auberge et se surprit même à apprécier de servir ces hommes qui, à chaque temps de guerre, mettaient leur vie en danger pour sauver le peuple. Un soir, lors de son service, elle fut la cible de regards étranges. Les soldats l'avaient retrouvée. Elle déposa sa guenille sur le comptoir et se précipita à l'étage des chambres. Elle réveilla ses enfants et fit ses bagages à nouveau. À sa sortie, un de ses fidèles clients lui tendit la main et lui dit : « Montez donzelle, je vous amènerai en lieu sûr, vous et vos enfants. » La femme jeta un regard derrière elle et aperçut les gardes monter sur leurs chevaux. Sans perdre une seconde de plus, elle embarqua ses enfants et grimpa à son tour dans la calèche de l'homme. Ce brave mit les voiles dans les chemins boisés et tenta d'écarter les gardes qui les suivaient de très près. « Nous en voilà débarrassés milady. » Soulagée que cette course soit enfin terminée, Alchima décida alors de faire la conversation à son sauveur.

- Qui êtes-vous ? D'où venez-vous ?, demanda-t-elle.
- Je suis Oldaric Montront et je viens du royaume des elfes, répondit-il avec élégance.

Ils discutèrent toute la nuit, sans se rendre compte que les heures filaient rapidement. Oldaric emmenait la famille vers un passage secret que seuls les siens connaissaient l'existence. Rendus à l'entrée de ce passage, l'homme fit ses adieux à la famille. C'est alors que la jeune Émillane lui dit : « Mais, monsieur, pourquoi ne pas nous accompagner jusqu'à une nouvelle maison ? » La mère rougit et sourit ; l'homme poussa un petit rire et accepta de les suivre. Le passage était en fait un petit ruisseau sous la terre. Oldaric pensa qu'il serait plus sécuritaire pour les enfants d'embarquer sur un radeau plutôt que de traverser à la nage. Ils prirent place à bord et continuèrent leur chemin sur les eaux sombres du tunnel appelé Aquarime. Après plusieurs heures à pagayer, la femme se sentit épuisée et décida donc de se reposer avec ses enfants.

---

**Nadia Desrochers**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Christ-Roi  
(Mont-Laurier),  
CS Pierre-Neveu

Enseignante :  
Marie Eve Désormeaux,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières

Ce n'est qu'après de longues semaines de fuite que la famille finit par trouver un endroit où s'installer paisiblement. Toujours en compagnie du brave Oldaric, les Rothaïde se posèrent dans un village du nom d'Auchenald. Alchima avait tissé des liens avec l'homme qui les avait sauvés des gardes de l'empereur Doclétien. Elle ne croyait pas en être amoureuse, mais ne souhaitait pas qu'il reparte non plus. La femme l'invita alors à rester auprès d'eux pour un temps. Les années ont passé et les individus sont restés unis. Ils ont fini par se marier dans ce village éloigné au sud de l'Europe. Les enfants ont grandi dans la joie et l'amour et plus aucun danger ne les guettait.

---

## LA LUMIÈRE DE MA VIE

---

Goûter, toucher, explorer, découvrir, écouter... C'est à cela que sert la vie. Quand j'étais jeune, c'est ce que j'ai toujours voulu faire. Vivre. Mais j'ai comme l'impression d'avoir pris un coup en plein dans la face. J'ai passé carrément à côté de quelque chose durant le début de mon adolescence parce que tout autour de moi était simplement : confusion, désespoir, néant, panique et envahissement. J'étouffais. C'était la crise. J'avais le mal de vivre. Pourquoi ? Je n'en savais rien. Je voulais juste tout laisser tomber. Je cherchais la solitude à tout prix. Je ne comprenais pas.

D'après moi, c'était un coup de fatigue. Fatiguée d'être déçue, de trop donner, de TOUT donner. Fatiguée des gens et de tout ce qui va avec : trahison, hypocrisie, mensonge, secret, intimidation, harcèlement, grossièreté, enfantillage. Fatiguée de trop vouloir être là pour les autres, quand au fond, c'est moi qui avais besoin d'aide. J'ai grandi trop vite. J'ai pris conscience de toutes ces choses. Tellement jeune j'étais et ça m'envahissait. Dans ma tête, c'était le KO. Je n'avais plus aucune motivation, plus aucune envie de me lever, d'affronter le jour ou même la nuit. J'étais épuisée

---

moralement, physiquement et psychologiquement. Avoir mal, c'est inévitable. Avoir aussi mal m'a fait perdre tous mes moyens. Je n'étais en contrôle de rien. Est-ce que c'est normal de vivre ça ? Je me le demandais. Puis, j'ai décidé de m'isoler... Personne ne pouvait comprendre parce que même moi je n'arrivais pas à savoir ce qui n'allait pas... J'ai eu beau chercher, je ne comprenais pas ce vide. Mais avec le temps et du recul, je n'avais pas réalisé à quel point j'avais changé... Je devenais si froide, bête et j'étais constamment triste. Je refusais de me confier. Je refusais d'admettre que je souffrais. J'avais peur qu'on me voit comme quelqu'un de faible, pas capable de me gérer, d'anormal. Tout le contraire de la fille que j'étais réellement.

Un soir, mon père qui rentrait de travailler tard m'a entendu pleurer. Encore. Il est venu s'asseoir près de moi. Il a essayé mes larmes puis, en me regardant dans les yeux, il s'est mis, lui aussi, à en verser. Il m'a suppliée de lui parler, de lui dire n'importe quoi.

« Comment en es-tu arrivée là ? Comment une fille comme toi peut souffrir à ce point ? » Il m'a promis de ne jamais me laisser tomber. Ce soir-là, il est resté pendant quelques heures pour me parler de lui, lorsqu'il était jeune, de son vécu et des erreurs qu'il aurait aimé éviter, de ma mère qui pleurait tous les soirs, car elle non plus ne savait plus quoi faire. Je pouvais voir dans son regard à quel point mon père était terrifié. Ils avaient si peur de me perdre.

Être heureux est un choix et, dans la vie, il faut choisir ses combats. On doit arrêter et se raisonner, puis foncer, se permettre de croire, espérer et rêver. Il faut être reconnaissant, empathique et sincère. Il faut changer sa manière de penser ainsi que sa perception de voir les choses et le monde autour de nous. Il faut mordre dans la vie et la saisir. Saisir chaque instant, comme s'il s'agissait d'une opportunité, car le « moment parfait » n'existe pas. Arrêter de se rabaisser et travailler pour obtenir ce que nous voulons. Aider, être présent, être dévoué, agir, sourire et garder la tête haute. Il faut apprendre à apprécier tout ce que nous possédons. Arrêter de se rendre malade pour les autres et arrêter de se sous-estimer. Personne n'est parfait. Il y aura toujours place à l'amélioration, en commençant par

---

**Shanie Lépine**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Christ-Roi  
(Mont-Laurier),  
CS Pierre-Neveu

Enseignante :  
Marie Eve Désormeaux,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières

l'acceptation de qui nous sommes. Il faut faire de la paix notre priorité intérieure et laisser de côté la négativité. Se faire passer avant qui que ce soit et réaliser qui sont les vraies bonnes personnes, celles qui nous font avancer et non celles qui nous tirent vers le bas.

Pour le meilleur et pour le pire, mes parents ont toujours cru en moi. Ils m'ont soutenue, supportée, encouragée et soignée. Ils ont fait passer mes besoins avant les leurs. Ils ont été présents lors des événements importants dans ma vie. Ils ont travaillé si fort pour s'assurer que je ne manque de rien. Ils m'ont écoutée, puis conseillée. Ils m'ont fait la morale. Ils se sont toujours assurés que je sois et reste sur le bon chemin. Ils m'ont fait confiance, et j'ai beau les avoir déçus à quelques reprises, ils m'ont pardonnée. Ils m'ont fait vivre des moments inoubliables. Ils m'ont appris les vraies valeurs de la vie : à être droite, polie, généreuse, sensible, forte, travaillante, entreprenante et empathique. Je sais que je suis jeune et que j'ai encore beaucoup de route à faire, mais je tiens à souligner à quel point l'amour d'un parent est fort et que c'est magnifique. Cet amour m'a donné confiance. Il m'a sauvée tout simplement. Et à mes yeux, la plus belle chose qui existe sur cette terre, c'est d'avoir des parents aussi formidables que les miens. Je suis tellement fière de ma mère et de mon père. C'est grâce à eux que notre famille est aussi unie. Je ne saurais pas dire autrement que merci. Merci à vous deux d'avoir fait en sorte que je sois la femme forte et courageuse que je suis aujourd'hui. Merci tellement d'être ces personnes aussi merveilleuses que j'ai la chance d'appeler papa et maman.

# CE LIEN QUI NOUS RÉUNIT

---

J'aimerais vous parler de ma plus belle histoire. Tout commence à Alma, au Lac-Saint-Jean, là où j'ai grandi, dans une ville d'environ trente-trois mille habitants. Alma est située à l'est du lac et la ville est divisée au centre par une longue rivière d'une largeur d'environ cent mètres qui se déverse dans la rivière Saguenay.

Par un bel après-midi d'été ensoleillé, je suis parti à la pêche avec deux de mes amis, Yves et Sylvain, qui étaient âgés de treize et onze ans respectivement. Ils habitaient la même rue que moi. Nous sommes allés pêcher le brochet sous le pont Carcajou, à environ 20 minutes de marche de chez nous.

J'avais neuf ans, et je n'avais pas demandé la permission à ma mère, de peur qu'elle refuse que je les accompagne. Arrivés sur place, Yves et Sylvain se sont immédiatement mis à pêcher, alors que je me contentai de m'asseoir sur une roche du rivage et de les regarder lancer leur ligne à pêche; je n'avais jamais pêché de ma vie et donc, je ne faisais que les accompagner pour en apprendre plus.

Après seulement quelques minutes, mon ami Yves attrapa un petit poisson, et après l'avoir légèrement assommé sur les rochers qui longeaient la rivière, il le jugea trop petit et le remit finalement à l'eau.

Sans hésiter, je décidai de le récupérer, sans penser une seconde que je risquais de me retrouver dans une très mauvaise situation, en raison du limon mouillé qui se trouvait sur les rochers où nous pêchions et qui rendait les surfaces extrêmement glissantes par endroit.

Ce qui devait arriver arriva. Je me retrouvai subitement à l'eau, essayant de me débattre de toutes mes forces, afin de ne pas me retrouver dans les forts courants de la rivière et des grosses vagues blanches qui se formaient à environ trente pieds du bord en raison du puissant débit de l'eau causé par l'ouverture des pelles du barrage hydroélectrique situé plus en amont.

---

Rendu à une vingtaine de pieds de mes amis, qui étaient visiblement en panique et qui ne savaient plus trop quoi faire pour me venir en aide, je commençai à manquer de force et d'énergie. Je disparus au fond de l'eau durant quelques secondes avant de remonter, de peine et de misère, à la surface, mais je redescendis en une seconde à peine pour remonter une dernière fois, car Dieu sait que l'on ne remonte pratiquement jamais une troisième fois à la surface dans de telles circonstances.

Tout habillé, en plus de ne pas avoir de gilet de sauvetage, j'étais dans une très mauvaise posture quand miraculeusement, je sentis quelque chose m'agripper par le chandail que je portais. C'était l'hameçon de mon ami Yves. Il avait réussi à me crocheter avec son hameçon alors que je me trouvais à une vingtaine de pieds de lui. Il réussit à m'éloigner des courants et des énormes vagues de cinq ou six pieds qu'ils formaient et qui m'attiraient tel un aimant sur du métal. J'ai pu apercevoir Sylvain qui s'était précipité au sommet du pont, à une vingtaine de pieds de haut, et qui tentait d'appeler du secours.

Une fois de retour sur le rivage, Yves me dit que j'étais chanceux qu'il ait pris sa canne à pêche avec de la ligne testée à soixante livres de pression, car je serais probablement encore au fond de l'eau avec les poissons à l'heure qu'il est. Qui sait ?

De retour chez moi, après avoir repris un peu de couleur au visage, je vis ma mère et je n'eus pas le temps de lui dire un mot qu'elle me demanda ce qui m'était arrivé pour être trempé de la tête aux pieds. Je lui racontai ce qui était arrivé et elle me confia que peu de temps avant mon arrivée, elle avait pressenti qu'il m'était arrivé quelque chose de grave, notamment en raison de mon absence injustifiée.

Le lien entre une mère et son enfant est probablement le lien le plus fort qui existe entre deux personnes. Malgré le temps et la distance, il demeure inchangé. Il comprend toutes les circonstances de la vie et pardonne toutes les erreurs.

---

Je fais heureusement partie des enfants choyés par la vie, car j'ai vraiment une mère exceptionnelle. En plus d'être aimante, généreuse, unique, elle est ma confidente, ma complice et mon amie. Elle a toujours été présente pour moi, beau temps, mauvais temps. À n'importe quelle heure du jour ou de la nuit, j'ai toujours su que je pouvais, et que je peux encore, compter sur elle pour m'écouter et me comprendre. Malgré tous les mauvais coups et toutes ces années passées derrière les barreaux, elle est encore présente dans ma vie.

Ce lien est assez intelligent pour toujours voir l'amour au-delà des mots. C'est un cadeau chéri au plus profond du cœur et de l'âme. Posséder ce lien et cet amour, c'est un trésor qui ajoute au caractère précieux de la vie. Merci Maman, notre lien est ma plus belle histoire.

Je t'aime!

---

**Eric**

*Préparation aux études postsecondaires*

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

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

---

## L'HOMME AUX BALLONS

Il était une fois, dans un petit coin reculé de Montréal, vivait un vieil homme qui arrivait à peine à marcher. Il poussait lentement un panier d'épicerie qui contenait tous ses biens. C'était un vieux monsieur qui ressemblait à tous les autres que l'on pouvait croiser parfois dans les rues. La seule différence entre celui-ci et les autres, c'était qu'il abordait un triste sourire et qu'il se promenait toujours avec deux magnifiques ballons accrochés à son chariot, un bleu et un jaune. Le seul moment où il avait l'air réjoui, c'était quand un passant l'abordait pour lui demander gentiment l'histoire de ses ballons. À chaque fois, l'ancien se faisait un plaisir de raconter l'odyssée de ses ballons.

---

Par un bel après-midi d'hiver, une inconnue qui le voyait souvent l'interpella et lui demanda de lui raconter l'histoire de ses somptueux ballons. Avec un large sourire, l'homme répondit à la passante :

– Il y a très très longtemps de cela, le ballon bleu appartenait à un gentil garçon. Cet enfant vivait dans un petit village avec sa famille et ils étaient très pauvres. Comme tous les enfants de son âge, ce dernier avait un rêve. Il souhaitait par-dessus tout aller à la fête foraine de son village. Chaque été, le petit garçon demandait à son père s'ils pouvaient s'y rendre ensemble. Malheureusement, son père refusait toujours par manque d'argent. Un soir, après l'école, le papa lui fit la surprise du siècle ; il l'amena à la fête foraine. Ils passèrent une soirée inoubliable. Ce que le bambin avait préféré, c'était les jeux de hasard. En seulement quelques coups, le petit réussit à faire tomber toute la pile de conserves. Son prix était un superbe ballon bleu comme celui-ci. Le père de l'enfant prit une photo afin d'immortaliser ce moment marquant. Ils entrèrent à la maison plus heureux que jamais avec, en tête, un souvenir impérissable.

– C'est émouvant, répliqua la jeune femme. Et pour le ballon jaune ?

– Celui-là, il vient d'une boutique d'hôpital. Il y est resté très très longtemps avant que quelqu'un l'achète. Un homme l'a offert à sa fille qui souffrait d'un cancer. Elle était tellement heureuse de son cadeau qu'il décida de prendre ce souvenir en photo. Elle disait que le ballon était son ami. Il lui tenait compagnie pendant ses séances de chimiothérapie. De plus, il veilla sur elle durant les nombreuses journées qu'elle resta à l'hôpital. Plus les jours avançaient, plus elle dépérissait. Malgré cela, elle ne perdit jamais son sourire grâce à cette sphère jaune. Et puis, un soir, l'enfant s'éteignit, tenant dans sa petite main la ficelle de son ballon.

– C'est tellement triste, lui dit-elle.

L'aîné garda le silence, il était rempli d'amertume, mais quand même enchanté d'avoir raconté, une fois de plus, le récit de ses ballons. Il partit en laissant derrière lui les traces de son chariot dans la neige.

---

Les jours passèrent sans la présence du vieillard dans les rues de la ville. Un matin glacial, les policiers retrouvèrent un sans-abri dans une ruelle, étendu à côté d'un panier d'épicerie. L'homme s'était endormi pour l'éternité en tenant dans sa main les cordes de ses deux ballons. Les autorités trouvèrent dans ses poches deux anciennes photos d'enfants. La première était l'image en noir et blanc d'un petit garçon avec un ballon et la deuxième en couleur d'une petite fille sans cheveux abordant un large sourire...

Le récit de ce fait divers fut publié dans le journal local. En en faisant la lecture, la passante comprit que ce que le vieil homme lui avait raconté, c'était le récit de sa vie et de celle de son enfant.

Depuis ce temps, lorsqu'elle voit des ballons, elle ne peut s'empêcher de se remémorer cette histoire.

---

**Karine Chaloux**

*2<sup>e</sup> cycle*

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

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

MENTION ANTIDOTE POUR  
LE MEILLEUR USAGE  
DE LA LANGUE FRANÇAISE

# UNE LIBERTÉ PARADOXALE

La neige était éclatante cette journée-là, à cause du soleil qui s'y reflétait de toute sa force. Le temps était plutôt froid pour une fin décembre et toute la campagne environnante resplendissait comme le bonheur. La neige avait tout adouci, tout arrondi, jusqu'à l'angle le plus aigu, et les milliards de tonnes de cristaux blancs qui recouvraient la contrée avaient également tout assourdi ; le bruit du vent, le son de la voix, même le cri railleur des corneilles semblaient s'estomper prestement dans les épaisseurs duveteuses.

Au loin, de larges bosquets de conifères, parsemés de quelques arbres dénudés, tachaient d'îlots verdoyants les champs immaculés qui s'étendaient à perte de vue jusqu'au fleuve que l'on devinait en contrebas. Le dôme céruléen du ciel sans nuages n'était traversé que çà et là par le vol sporadique de quelques poignées d'étourneaux. Sur un poteau de clôture, immobile, attentif, et tout à fait splendide, patientait un harfang des neiges, à l'affût du moindre bruissement qui trahirait l'activité d'une petite bête fouissant sous la neige.

Tout était si beau, si calme, si admirable qu'on aurait eu du mal à rajouter quoi que ce soit, ne fût-ce qu'un commentaire, une exclamation... Tout aurait semblé superflu devant la douce perfection qui s'offrait aux sens. Et personne d'autre n'était là, avec lui, pour partager cet instant. En fait, rarement sortait-on dans la grand' cour les matins d'hiver,

---

surtout lorsqu'il faisait si froid, et en cette veille de Noël il faut croire qu'on avait préféré rester au lit plutôt que de faire face de si bonne heure à un 24 décembre qui ne recèlerait ni décorations festives, ni promesse de réjouissance, ni cadeaux ou famille et encore bien moins de chaleur humaine. Non, il s'agirait évidemment d'un temps des Fêtes semblable à celui de l'an dernier, et pareil à l'autre avant celui-là, et identique à tous les autres auparavant... Mais pourtant, depuis neuf heures déjà, Azarie arpentait joyeusement les quelque deux mille mètres carrés de la grand' cour enneigée, bien emmitouflé dans ses vêtements les plus chauds.

Les yeux grands ouverts pour mieux prendre cette belle lumière hivernale et le paysage qu'elle inondait, de petites larmes se formaient aux coins des paupières pour aller finalement geler sur ses joues. Et dans son cœur, des airs de Noël tambourinaient déjà à qui mieux mieux, donnant le ton à tous les sentiments de bonheur qui s'y bousculaient sans répit. « Noël », se dit-il tout bas. Nous y étions déjà, ou presque. Depuis son enfance, et sans qu'il ne puisse vraiment se l'expliquer, Noël avait toujours revêtu à ses yeux une extraordinaire aura métaphysique où les sentiments d'amour et de paix qui s'en dégageaient, aussi bien que la chose et le geste les plus anodins, s'y paraient d'une douce et troublante transcendance.

Il s'arrêta devant la haute et solide clôture de broches entrelacées à travers laquelle il admirait le paysage féérique. Le harfang était maintenant sur la neige, entouré de ses grandes ailes déployées, refermant ses puissantes serres sur un infime campagnol qu'il rapporta de suite à son poste d'observation pour s'en délecter. « Tiens, pensa-t-il, on dirait que le festin a déjà commencé pour certains ! » Sauf l'agitation momentanée du grand volatile, tout autour, et à perte de vue, semblait immobile et silencieux, et beau, si beau qu'Azarie en était ému. « Merci, mon Dieu, fit-il, merci pour tout cela... et tout le reste. »

Des heures avaient passé sans qu'il ne se lasse de savourer ce magnifique matin d'hiver ensoleillé lorsqu'une voix claire et métallique tonitrua : « Fin de la marche extérieure, retour en pavillon ! » Azarie sursauta, mais revint à ses sens de

---

suite. Il prit le temps de parcourir des yeux le superbe panorama encore une fois, avant de pivoter sur lui-même et de se diriger finalement vers la porte d'entrée qu'un dé clic automatisé avait débarrée. Chaque pas faisait voler devant lui une neige propre, floconneuse et scintillante. Sur le seuil de la porte, Azarie se tourna derechef pour admirer une dernière fois la belle nature qu'il laissait derrière lui jusqu'au lendemain. « Merci, grand Dieu », dit-il, un large sourire fissurant sa courte barbe blanche.

C'est à se demander comment un vieil homme comme lui pouvait encore ressentir autant de gratitude et de reconnaissance devant le fait de la vie et toute la beauté de l'Univers, alors qu'on aurait pu lui accorder, sans aucune retenue, d'être amer et plutôt cynique après toutes les bassesses et indignités qu'il avait subies au fil des décennies. Il faut dire qu'il avait déjà passé plus de quarante-trois ans de sa vie, en presque continu, incarcéré à l'intérieur d'une trentaine de geôles de tout acabit au Canada, d'un océan à l'autre. Mais non. Il faut croire qu'il en est ainsi de la vie de certains. Nous devons probablement supposer que ce n'est certes pas sans recherches et sans efforts personnels qu'ils en sont venus à découvrir cette chose grande et simple qui leur donne la paix et qu'on appellerait peut-être la vérité ? Cette chose, enfin, que plusieurs voudraient avoir le privilège de sonder, de palper, de connaître ? La vérité, oui, je crois que c'est le bon mot. Y a-t-il, au fond, une quelconque vérité ? Celle, évidemment, que l'on nommerait LA vérité ? Quoi qu'il en soit, il appert que pour Azarie cette vérité eut été intimement liée au personnage dont on s'apprêtait à célébrer la venue dans le monde cette nuit même : Jésus, vous savez ? Jésus de Nazareth ? Jésus, le Sauveur ? Ce Jésus-Christ qu'Azarie prétendait connaître et qu'il affirmait avoir reçu dans son cœur par la foi. Ce Jésus dont il aimait parfois citer les paroles et qui, en définitive, ne pouvait être ignoré ou balayé du revers de la main. Un miracle ? Peut-être. Qui aurait pu nier qu'Azarie était un homme transformé, une nouvelle créature en quelque sorte, un homme nouveau ? Le connaissant depuis fort

longtemps, je ne peux qu'attester du fait que, bien qu'écrasé dans un pénitencier à sécurité maximale, Azarie est non seulement un homme tout à fait sain d'esprit, mais qu'il est aussi, et surtout, un homme LIBRE !

« Je suis le chemin, la vérité et la vie, personne ne vient au Père que par moi. »

(Paroles de Jésus-Christ. Évangile selon Jean, chapitre 14, verset 6)

**Yves**

*Préparation aux études postsecondaires*

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

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

## LE JOURNAL DE MADDIE

Il arriva ce jour où ma vie bascula dans un cauchemar, celui où je faillis prendre la vie d'un homme. Cette nuit-là, la grande faucheuse se glissa dans mon corps, et cela, sans me demander la permission. Je bénis le ciel de ne pas avoir sa mort sur la conscience, car il s'en est fallu de peu pour que cela arrive ; mais heureusement, il vit toujours. Dans mes nuits les plus sombres, j'entends encore la détonation qui retentit, qui explose dans mes oreilles, tel un coup de feu. Mes mains tremblent, mon cœur bat trop vite et ma vie s'écroule dans l'ombre.

*Je voudrais me réveiller, mais je n'y arrive pas. Il profite de ma vulnérabilité, je suis sans logis et complètement défoncée. Il croit que j'ai besoin de lui pour m'en sortir, alors que c'est l'inverse : avec lui, je m'enfoncé. Ils seront bientôt deux à profiter de cette situation ; l'un et l'autre attendent le moment propice pour avoir leur part du gâteau. Tous deux s'accuseront des pires atrocités, mais pourtant, ils contribueront à alimenter le vent d'horreur qui se prépare. L'un d'entre eux sera violent, jaloux et contrôlant, alors que l'autre sera plus patient, mais beaucoup plus cruel.*

---

**Maddie**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre L'Envol (Joliette),  
CS des Samares

Enseignante :  
Sybille Godard,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Lanaudière

Je me souviendrai toujours de cette nuit où il m'a volé le peu de dignité qu'il me restait, prétendant que j'avais trop consommé et que j'étais consentante. Mon corps se souvenant toujours de cette nuit plus lointaine où mon innocence fut offerte en pâture à de purs inconnus. Souvenir d'une enfance douloureuse dont il connaissait l'existence. Par la suite, il prétendra que ça n'est jamais arrivé, que je ne suis qu'une toxicomane qui n'a rien dans la vie et tous iront dans le même sens que lui. Il ne restera que moi, mes souvenirs, et l'autre qui doutera sans cesse. Cela deviendra son excuse pour sa conduite violente et abominable.

Cela marquera la finale de ma descente aux enfers, le trou noir et les cauchemars. Le souvenir brûlant de cette nuit où retentirent la détonation, le coup de feu et le réveil brutal. À mon réveil, il n'y aura que barreaux et mensonges pour me tenir compagnie. Il y aura aussi cet horrible goût amer dans ma bouche, cette boule dans mon ventre et cette sensation de manquer d'air. Avec le temps, je découvrirai qu'il s'agit de culpabilité, et c'est cette sensation qui me tiendra compagnie durant les prochaines années. Cette bibitte sournoise qui vous ronge de l'intérieur sans que vous vous en aperceviez.

Encore une fois, je bénis le ciel de ne pas avoir sa mort sur la conscience. Car chacun de nous devra vivre avec son propre geste et rien n'est pire que les remords et la culpabilité. Je préfère les barreaux que cette cage intérieure dont je suis pourtant également prisonnière. Ceci est un poids que je devrai porter sur mes épaules pour le restant de ma vie. Je pourrai apprendre à mieux le supporter, mais jamais il ne me quittera. La différence entre lui et moi, c'est que lui devra vivre avec le poids de sa culpabilité, en plus de celui du mensonge. Je crois que cela est bien pire que la prison, au final...

# UNE RENCONTRE INATTENDUE

---

Je vais vous raconter l'histoire de la rencontre entre ma blonde et moi. Cette aventure a débuté lorsque j'ai décidé de revenir à La Relance après un parcours ardu. J'ai commencé à remarquer Laurence peu de temps après mon arrivée au centre. Chaque fois que je finissais ma journée, je n'arrivais pas à arrêter de penser à elle. Vous savez quand vous regardez une personne et que votre corps commence à vivre une sensation spéciale. Cette même sensation qui est difficile à décrire, certains disent que ce sont des papillons, mais dans ma situation c'était beaucoup plus que ça.

« Pourquoi ne pas essayer de lui parler ? », me suis-je demandé.

À ce moment, je n'avais aucune idée dans quoi je m'embarquais... Comme Laurence et moi étions dans la même classe, les occasions pour se parler seraient plus nombreuses, vous ne croyez pas ? Je ne savais pas pourquoi il y avait toujours une femme assise avec elle dans la classe.

« Peut-être qu'elle a plus de difficulté à apprendre... »

Également, il lui arrivait de faire des sons étranges avec sa bouche que je ne comprenais pas trop... Et je ne l'avais jamais entendue parler non plus... Ce qui m'intriguait encore plus. Elle était peut-être extrêmement timide ? Après tout, moi aussi j'essayais d'éviter de trop parler, car j'étais vraiment gêné. Pour les sons étranges qu'elle faisait avec sa bouche... Je n'avais toujours pas d'explication. Mais, ce que je ressentais quand je la regardais, je savais que jamais auparavant je n'avais vécu une telle émotion. Je devais aller lui parler !

Après le cours, j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai décidé de me lancer. Donc, la cloche a sonné, je me suis levé et me suis dirigé vers elle, entre deux sons étranges, Laurence s'est retournée et m'a regardé, je lui ai dit :

« Salut Laurence, ça va ? »

---

J'ai constaté dans ses yeux qu'elle n'avait absolument rien compris de ce que je venais de lui dire... Imaginez-vous un chinois qui vient vous parler en vous regardant droit dans les yeux et que vous ne comprenez vraiment rien à ce qu'il essaie de vous dire... C'était exactement l'expression que je voyais dans son regard. Elle s'est mise à gesticuler avec ses mains tellement vite que je ne comprenais plus rien de ce qui se passait. J'ai décidé d'essayer de la suivre dans ses mouvements pour voir si on allait se comprendre, mais j'ai vite remarqué que ce n'était pas une bonne idée. Comment pouvais-je réagir face à une telle situation ?

Nancy, la femme assise avec Laurence, est venue à mon secours peu après mon échec. Il faut croire qu'elle a patienté jusqu'à la fin pour être sûre de ne rien manquer de cette abominable scène... Elle m'a expliqué ce qui venait de se passer. Heureusement, car moi j'étais perdu quelque part entre le désespoir et l'humiliation.

Quand Nancy eut fini de tout m'expliquer, c'était comme si l'on plaçait la dernière pièce d'un puzzle. Je me suis tellement senti mal de ne pas l'avoir compris plus tôt... L'accompagnatrice m'a recommandé d'aller visionner des vidéos pour m'aider à entrer en contact avec Laurence. Le même soir, je suis allé voir sur Internet. Quelques heures plus tard, j'ai commencé à pratiquer devant le miroir. Je peux vous dire qu'en me regardant faire une chorégraphie, seul, je ne me trouvais pas très convaincant... Enfin bref, nous pourrions communiquer et elle me comprendrait. C'était le plus important. Le matin, je me suis levé et j'avais vraiment hâte de lui montrer ce que j'avais appris. Arrivé à l'école, je me suis pratiqué encore un peu pour être sûr que tout se passerait bien.

« Pas question de revivre la même humiliation que la dernière fois ! »

Elle est arrivée en classe, je l'ai regardée et je me suis dit :

« Vas-y Kev, c'est ta chance ! »

Mais, très vite, j'ai commencé à avoir les mains moites et je sentais mon cœur qui avait littéralement envie de sortir de ma poitrine pour s'enfuir loin de ce moment. Cependant, ce n'était pas le temps de perdre le contrôle. Il m'a fallu le double d'efforts que la première fois... Je me suis levé et j'ai pris le restant de dignité qu'il me restait, puis j'ai tenté ma deuxième approche. Sûr de moi, je l'ai regardée droit dans les yeux et lui ai fait ce que j'avais pratiqué la veille. Wow ! J'ai tellement assuré qu'elle s'est levée et m'a embrassé. Elle avait compris tout ce que je venais de faire ! Puis, dans un regard passionné, m'a dit :

« Tu es le meilleur Kev, je t'aime ! »

C'est beau n'est-ce pas ? Mais, malheureusement, ce n'est pas vraiment ce qui s'est produit... J'imaginai ce beau scénario pendant que je réalisais que son regard était toujours vide. Je commençais à être épuisé de voir ce maudit vide dans son regard ! Elle n'avait clairement rien compris. Encore une fois ! J'étais déprimé et perdu entre abandonner ou... abandonner ! Mais, cette fois, au moment où je me suis retourné pour quitter, elle m'a fait un sourire. Le genre de sourire qui, malgré mes échecs, montrait qu'elle me trouvait cute et ça, ça m'a donné la force de poursuivre.

« Tu vas voir Laura, je vais te faire la plus belle prestation que tu n'auras jamais vue de toute ta vie ! Après, tu vas être subjuguée par ce que tu auras vu et tu en redemanderas certainement plus... »

Impossible de laisser tomber, surtout après avoir vu le sourire qu'elle m'avait fait. Nancy m'avait enfin donné l'outil ultime pour que je puisse performer correctement. Donc, cette fois, je ne pourrai pas faire d'erreurs. Il me faudra encore du temps pour maîtriser le tout, beaucoup de pratique et énormément de persévérance. Avec la détermination que j'avais, je réussirai, un jour, à atteindre mon but : discuter avec elle.



**Kévin Bouchard**  
2<sup>e</sup> cycle

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

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

# SANS ISSUE

---

Papa, maman  
Je regrette tellement  
J'aurais voulu faire les choses autrement  
Et je m'en veux car maintenant  
Vos vies ne sont que peines et tourments

Vous devez arrêter de vous culpabiliser  
Et sans cesse vous questionner  
Pour les gestes que j'ai posés  
Regardez en avant et gardez la tête haute  
Rien de ce qui est arrivé n'est de votre faute  
Ni celle de personne d'autre

De l'amour vous m'en avez donné sans compter  
Tous mes besoins vous les avez comblés  
Et malgré tout ce que je vous faisais traverser  
Vous m'avez toujours réconforté sans jamais me juger  
Jamais je n'ai senti que je vous dérangeais  
Et je vous en serai reconnaissant à jamais  
Vous en avez fait plus qu'il en fallait

Vous saviez depuis plusieurs années  
Par quel mal insidieux j'étais habité  
Vous l'aviez compris lors de cette triste journée  
Celle que vous n'avez encore jamais oubliée

Cette journée où j'avais 5 ans et je vous ai demandé  
« Papa, maman, à quoi ça sert la vie ? »  
Mes chers parents à ce moment précis  
Vous aviez malheureusement déjà tout compris

Ce jour-là mes paroles vous ont assommés  
Pendant un moment votre monde a cessé de tourner  
Et les questionnements traversaient vos pensées  
Comment du haut de ses 5 printemps  
Votre bébé pouvait-il être déjà si inquietant ?  
Était-ce possible qu'à 5 ans seulement  
Il soit déjà envahi par les tourments ?  
Vous ne vouliez pas vous l'avouer  
Mais vous saviez ce qui était en train d'arriver

---

Cette douleur que j'essayais de camoufler  
Vous l'aviez immédiatement repérée  
Et tout tenté pour qu'elle ne puisse pas me gagner  
Mais elle était de plus en plus terrifiante  
Et sans aucune raison apparente  
Elle était de plus en plus persistante  
Malheureusement malgré tout votre amour  
Mon cœur demeurait toujours aussi lourd

En vieillissant j'avais un désir fleurissant  
Je rêvais plus que tout d'avoir des enfants  
J'aurais aimé avoir un garçon et une fille  
Et j'aurais tout fait pour que leurs yeux brillent

Que dans leur visage le bonheur pétille  
Les voir sourire aurait dissipé ma noirceur  
Pour me laisser voir la vie en couleurs  
Ils m'auraient aidé à sortir de ma torpeur  
Avec eux j'aurais enfin pu goûter au bonheur

J'espérais tellement rencontrer mon âme sœur  
Celle avec qui j'aurais partagé un peu de chaleur  
Qui aurait mis un baume sur mon cœur  
En m'apportant un peu de douceur  
Mais toutes mes rencontres finissaient en ratés  
Car la vie n'était pas de mon côté  
Et j'ai fini par me faire à l'idée  
Qu'elle m'avait tout simplement laissé tomber

Envahi par mes nombreux détracteurs  
J'étais devenu le principal auteur  
De quelques-uns de mes malheurs  
Bêtement je tentais d'engourdir mon mal  
À l'aide de méthodes souvent trop brutales  
Et je savais qu'elles pouvaient m'être fatales  
Lorsque je sentais mon sang devenir glacial  
Mais l'espace d'un instant j'oubliais ma peine  
Et à ce moment à travers mes veines  
J'entendais déjà chanter mon requiem

À vous mes trois frères que j'ai tant aimés  
Sachez que jamais je ne vais vous oublier  
Ma détresse vous m'aviez entendu la hurler  
Et m'aviez juré de ne jamais m'abandonner

---

**Vicky Gagnon**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre L'Envol (Joliette),  
CS des Samares

Enseignante :  
Sylvie Morin,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Lanaudière

Confiants qu'ensemble on pourrait tout traverser  
À la seule condition de ne jamais se lâcher  
À trois vous avez tenté de freiner ma chute  
Mais je n'arrivais plus à mener cette lutte

Cette blessure qui me hantait était inexplicable  
Et de jour en jour elle devenait insupportable  
Croyez-moi je ne voulais pas vous laisser  
Et j'ai tout tenté pour ne pas sombrer  
Mais ma descente était déjà entamée  
Et tel un oiseau qui se cache pour mourir  
Je me suis caché pour arrêter de souffrir

Ma chère maman je donnerais n'importe quoi  
Pour que tu me prennes dans tes bras  
Et que tu me berces une dernière fois  
J'aimerais tellement entendre ta douce voix  
Me chuchoter tendrement que tu seras toujours là  
Je voudrais pouvoir me réchauffer dans tes bras  
Car ici maman je te jure il fait tellement froid

S'il vous plaît ne soyez pas en colère  
Et sachez que d'ici j'entends vos prières  
Je regrette de ne pas avoir été assez fort  
Et je vous demande pardon encore  
Je ne voulais pas vraiment mourir  
Je voulais simplement arrêter de souffrir

Je sais que je vous ai déçus  
Mais sachez que je me suis réellement battu  
L'éternité me réclamait je me suis rendu  
Et aujourd'hui je suis un ange déchu  
Car je n'en pouvais plus  
Je me suis pendu.

À la mémoire de Marco qui s'est enlevé la vie à l'âge de  
27 ans, car il n'en pouvait plus de continuellement se battre  
contre lui-même. Pas une seule journée ne passe sans que  
je pense à lui. Si je le pouvais, je donnerais 10 ans de ma vie  
pour qu'il nous revienne ne serait-ce que le temps d'une  
seule journée...

# JE SUIS UNE HISTOIRE

---

Je suis une histoire, mais pas comme celle que l'on raconte aux enfants. Derrière moi, il y a des montagnes de paragraphes à écrire, des anecdotes coriaces, des moments de grande douleur, d'humiliation, de rage, de bonheur et d'amour. Ce qui caractérise le plus mon histoire, ce sont ces moments où j'ai dû faire des choix qui ont profondément changé le cours de ma vie. Ces jours où j'ai versé des larmes et hurlé à tue-tête en voulant croire de toutes mes forces être capable de faire taire cette douleur insoutenable. Tristement, ce sont surtout ces moments de grandes souffrances qui ont fait toute l'ampleur de ma chute. Une histoire qui vit depuis près de vingt-cinq ans. Une histoire que je suis fière de raconter.

Différente depuis ma jeune enfance, jamais je ne suis entrée dans un moule. J'avais tellement peur d'échouer que j'échouais à tout coup. Je souffrais déjà très jeune d'anxiété de performance. J'excellais dans les sports, mais côté académique, c'était lamentable. Étant d'un naturel très actif, l'école pour moi ce n'était pas stimulant. J'avais beau essayer de me concentrer de toutes mes forces, il y avait un genre de brouillard qui empêchait littéralement l'information d'entrer dans ma tête. Quand tu dis que ça entre par une oreille et que ça sort par l'autre, eh bien moi, ça n'entrait même pas ! Par contre, j'avais une très grande énergie et j'étais très volubile, et ce, depuis mes deux ans. D'ailleurs, mes parents me l'ont souvent rappelé. Toujours quelque chose à répondre, une question à poser, une opinion à donner. On m'a vite catégorisée dans les élèves présentant des troubles comportementaux. Opposition, pour tout dire, envers toute forme d'autorité. C'est triste, mais je ne me suis jamais sentie à ma place, nulle part.

Le primaire a été une période difficile de ma vie. Différente des autres et rejetée pour ma différence. À la fin de ma sixième année, je pensais que j'étais attardée, pas intelligente. Cela a affecté mon estime personnelle au plus haut point. Par contre, à la fin de mon primaire (je m'en souviendrai longtemps), mon enseignante m'a dit : « Tu as du potentiel Jessica ! » Pour la première fois depuis

---

longtemps, une étincelle a jailli en moi, celle de pouvoir réussir à l'école. Par la suite, j'ai rencontré un pédopsychiatre. Nous avons besoin de comprendre ce qui se passait dans ma tête, mes parents et moi. Diagnostic classique de ces années : trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH). Après l'essai de plusieurs médicaments, enfin nous avons trouvé la dose qui me permettait de progresser à l'école, de croire en mes capacités académiques. Cela a été un grand soulagement pour moi et j'ai commencé à aimer apprendre. Les chemins que prenaient mes neurones étaient enfin efficaces à des fins d'apprentissage. Le voile s'était enfin levé. Espoir, espoir.

Victime de la médiocrité humaine à maintes reprises, la vie m'a heurtée de plein fouet plus d'une fois. L'échappatoire entreprise fut la plus facile. C'était la fuite de ma réalité trop douloureuse. J'ai erré dans cette vie où je vivais avec des œillères pour ne pas voir ce monde qui me dégoûtait tant. Ce monde dans lequel j'ai été rejetée, violentée, placée en centre jeunesse et dans une famille d'accueil (et j'en passe). Tout ça avant l'âge de seize ans. Malheureuse au point où détruire ma vie dans l'enfer de la drogue me laissait complètement indifférente. Malgré tout, je me suis accrochée toutes ces années à quelque chose qui n'est pas palpable. Quelque chose qui est ancrée en moi depuis ma naissance. Cette lueur d'un meilleur qui m'a fait renaître après chaque épreuve que la vie a mise sur mon chemin. Celle qui m'a empêchée à chaque fois de tomber trop bas.

La vie que je menais pendant mon adolescence m'a amenée à faire des choix hâtifs et non réfléchis. Très tôt après être sortie de la famille d'accueil, je suis partie aux études avec une 3<sup>e</sup> secondaire en poche. Je suis allée étudier dans un domaine que je croyais bon pour moi à l'époque. J'ai obtenu mon DEP en cuisine et mon ASP en pâtisserie, j'étais fière.

Mais un jour, j'ai étouffé. Respirer m'était devenu difficile, même la drogue n'était plus suffisante pour m'étourdir. Une si grande angoisse m'habitait tant, qu'elle a changé toute ma perception de moi-même. De ma vie. C'est à ce moment-là que j'ai compris que j'étais malheureuse au

---

point de devenir malade. Que les choses devaient changer rapidement. J'ai arrêté la drogue du jour au lendemain, mis fin à ma relation amoureuse toxique et à mon travail épuisant psychologiquement. J'ai quitté Montréal. Je suis repartie à neuf à Québec.

Voilà maintenant quatre ans qui me séparent de ce virage. Quatre années à travailler sur moi-même. Quatre ans où j'apprends à mieux me connaître, où je rebâtiis jour après jour mon estime personnelle et ma confiance en moi. Une énergie qui me donne envie d'être heureuse et de continuer. Il y a déjà quelques années que je prépare mon retour à l'école pour terminer mon secondaire. Enfin, j'y suis ! Motivée comme jamais par le désir profond de devenir une professionnelle de la santé, je crois sincèrement avoir les capacités pour réussir. Après tout, il faut bien qu'il y ait un sens à tout ce que j'ai vécu. Non ? Je me dis donc, petit à petit. Un jour à la fois. Une étape à la fois. Je décide d'écrire les prochains chapitres et paragraphes de ma vie en étant consciente de mes faiblesses, de mes forces, de mes rêves et aussi de mes craintes.

C'est en étant conscient de ces choses que nous prenons définitivement le pouvoir d'avancer et de tout mettre en place pour nous construire un avenir à notre hauteur, dans le bonheur et la satisfaction de nous-mêmes. Rappelons-nous : nos faiblesses deviendront nos forces et ces dernières deviendront encore plus fortes.

Allez ! Grimpons au sommet de nous-mêmes, la vue et magnifique.

---

**Jessica Renaud-Poirier**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre de l'éducation  
des adultes des Îles  
(L'Étang-du-Nord),  
CS des Îles

Enseignante :  
Jocelyne Mailhot,  
Syndicat des travailleurs  
de l'éducation de l'Est  
du Québec





## **IMPRESSION**

Marquis Imprimeur Inc.

## **TIRAGE**

5 000 exemplaires

## **DÉPÔT LÉGAL**

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN 978-2-89061-138-2

FSE, CSQ, 2019

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



# Antidote 10

Votre nouveau complice

## Des outils avancés pour une écriture inspirée

En français ou en anglais, Antidote est l'arsenal complet du parfait rédacteur. Que vous rédigez un récit, un conte ou un roman, accédez en un clic aux ouvrages de référence parmi les plus riches et les plus utiles jamais produits. Avec son correcteur performant, ses riches dictionnaires et ses guides linguistiques détaillés, Antidote est l'outil indispensable pour quiconque souhaite écrire de « belles histoires ».

Pour **Windows**, **macOS** et **Linux**. Dictionnaires et guides aussi offerts sur **iPhone** et **iPad**. Pour les compatibilités et les caractéristiques, consultez :

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



**Druide**

