



# MA PLUS BELLE HISTOIRE

2019-2020

MARS 2020



Ma mère avait écrit un texte que ma sœur allait lire devant tout le monde.

Bonjour tout le monde, je me présente, je suis Virginie et je suis dans le ventre de ma maman, j'attends avec impatience de vous rencontrer. Plus que six mois encore à attendre et je ferai aussi partie de votre famille. Depuis que je suis arrivée ici avec maman, j'entends plein de voix et de bruit que je ne connais pas, j'ai hâte de tous vous rencontrer. On se voit à l'accouchement.

**BÉBÉ SURPRISE, p. 125**

*Virginie Lessard-Huyghe, 2<sup>e</sup> cycle*

---

Notre couple allait mal depuis quelque temps

Les disputes et les incompréhensions s'enchaînaient

Et se répétaient comme jamais auparavant

Mon cœur est devenu plein de larmes et de tristesse

Où étaient donc passés les rires et la tendresse ?

**IL ÉTAIT DEUX FOIS, p. 105**

*Mélina Tremblay, 2<sup>e</sup> cycle*

---

Cette prise de conscience ajoutée aux yeux brillants de l'amour de ma vie m'ont poussée à détourner mon avenir et à retourner à l'école pour définir mes lendemains, pour améliorer ma vie et la sienne. [...]

Ces réflexions m'ont poussée plus loin que je n'aurais osé l'espérer jadis. Au moment où je suis passée à l'acte, la peur m'accablait. Ma scolarité très précaire m'amenait à commencer à un niveau primaire tout juste au-dessus de celui de ma fille.

**MAMAN VA À L'ÉCOLE, p. 74**

*Chantal Godcharles, 2<sup>e</sup> cycle*

---

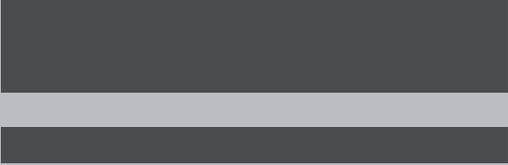
Ce jour où pour la première fois j'ai ressenti cette sensation digne d'un coup de poignard dans mon sein droit. J'étais loin de me douter que cette douleur allait se lier à mon quotidien, se montrant de plus en plus douloureuse. [...]

Tu n'avais pas de nom encore, mais nous savions que tu étais une masse inquiétante.

**TOI, MA TUMEUR, p. 83**

*Mélissa Roy, 2<sup>e</sup> cycle*

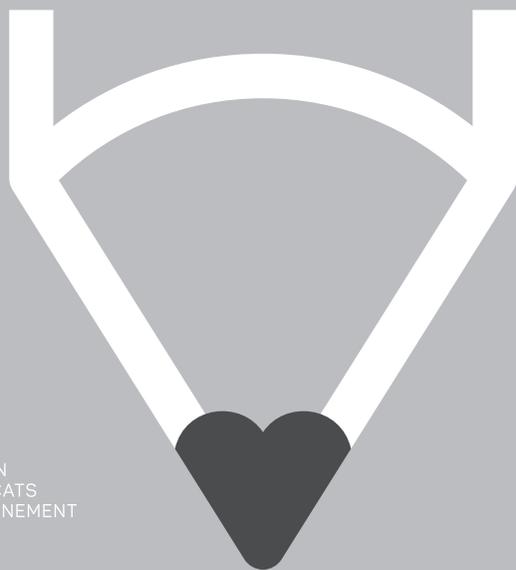
---



# MA PLUS BELLE HISTOIRE

2019-2020

MARS 2020



## COORDINATION DU PROJET

Frédéric Maltais

## COMITÉ DE SÉLECTION

Christiane Beaulieu, Nathalie-Patricia Bélanger, Brigitte Bilodeau, Nathalie Chabot, Amélie Desrosiers-Théroux, Nathalie Dion, Renald Dion, Denise Doré, Isabelle Faust, Oceane Ferland-Schwartz, Mélanie Fortier, Lisa Fournier, Martine Gagnon, Michèle Gagnon, Paul Gagnon, Sabrina Gagnon-Rochette, Chantal Gariépy, Maxime Garneau, Steve Gingras, Jean-Philippe Guay-Glaude, Guylaine Guèvremont, Isabelle-Line Hurtubise, Chantale Jean, Annie-Claude Lachance, Fanny Lamache, Martine Lauzon, Huguette Lavoie, Marie-Josée Paquet, Audrey Parenteau, Marjolaine Perreault, Louise Perron, Julie Pinel, Dominic Provost, Marie-Hélène Samson, Mélissa Savard, Richard St-Gelais, Monique Talbot, Sylvie Théberge, Elaine Thibodeau, Dominique Tremblay, Isabelle Tremblay-Chevalier et Cindy Turcotte, **avec des remerciements particuliers** à Kelly-Ann Gauthier, Éric Laroche, Ariane Leblanc, Frédéric Maltais et Geneviève Plante **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, Laurier Caron, Bernard Croteau, Marguerite Dufour, Lucie Dumais, Claire Ennis, Daniel Gagné, Magelline Gagnon, Andrée Gosselin, Claire Guay, Denise Lachance, Jacqueline Lachance, Diane Laflamme, Madeleine LeBoeuf, Roberte Lefrançois, Réjean Lemelin, Carole Lessard, Gaétan Matte, Johanne Mercier, Christian Payeur, Francine Perron, Louis-Marie Pichette, Micheline Quirion, Cécile Richard, Jean Robitaille, Danielle Rondeau, Gervais Soucy, Paul St-Hilaire, Gisèle Turcotte et Denise Turcotte-Gauthier.

## SECRETARIAT

Kelly-Ann Gauthier, Guylaine Guèvremont, Annie-Claude Lachance, Mélissa Savard et Monique Talbot

## RÉVISION LINGUISTIQUE

Martine Lauzon

## MOT DE L'ÉQUIPE

Quelle tâche ingrate de ne retenir qu'une petite cinquantaine de textes sur près de 450... 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.



Depuis maintenant 17 ans, le concours *Ma plus belle histoire* permet à des centaines d'élèves de partout au Québec d'exprimer leur créativité tout en racontant leur vécu, ou en exposant leur vision du monde ou leurs aspirations. Ils se livrent avec transparence et nous ouvrent la porte de leur âme.

À vous, chères et chers élèves qui vous êtes engagés dans un processus d'écriture sincère, nous offrons nos félicitations. Vous avez surmonté votre crainte de la page blanche et votre gêne de mettre au grand jour vos réflexions intimes. En ce sens, votre participation à *Ma plus belle histoire* est une victoire, un pas de plus vers l'atteinte de vos objectifs.

À vous, la cinquantaine d'élèves dont le texte a été choisi pour former ce recueil, nous transmettons ce message : soyez fiers ! Imaginez : votre histoire est maintenant imprimée et sera lue des milliers de fois.

Finalement, merci à vous, chers enseignants et enseignantes, qui avez accompagné vos élèves dans leur processus d'écriture. Nous souhaitons vous rappeler que ce concours a été conçu pour mettre en lumière la qualité de votre travail. Le calibre des textes reçus le démontre sans équivoque !

Tous les jours, vous êtes les témoins privilégiés des défis et des réussites de vos élèves. Tous les jours, vous êtes là pour les accompagner, les guider, les soutenir par votre enseignement. Il y a de vous dans chacune de ces réussites.

Merci à toutes et tous pour votre engagement. Le succès du concours *Ma plus belle histoire* vous appartient !

Chères lectrices et chers lecteurs, soyez prêts à entendre la voix de ces élèves dont les histoires touchent et émeuvent.

Bonne lecture !

---

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

  
Josée Scalabrini

---

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

  
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 fière de s'associer de nouveau au concours d'écriture *Ma plus belle histoire*.

Pour de nombreux bénévoles de l'AREQ-CSQ, il s'agit d'un moment privilégié pour saluer la détermination d'adultes qui font un retour aux études. Ce concours d'écriture leur permet aussi chaque année de lire des textes inspirants et touchants.

Aux yeux de notre association, l'éducation est l'une des plus grandes richesses individuelles et collectives. Nous souhaitons ainsi partager notre admiration envers celles et ceux qui ont le désir d'apprendre et le courage de poursuivre leur cheminement scolaire.

Au nom des membres de l'AREQ-CSQ, je tiens à féliciter chaleureusement les lauréates et lauréats des prix décernés par la FSE-CSQ et, du même coup, à remercier les membres du personnel de l'éducation aux adultes qui les accompagnent dans la poursuite de leurs rêves. Bravo pour votre engagement et pour votre dévouement !



Ta plus belle histoire, ce n'est pas une histoire facile, bien lisse et pleine de joyeux rebondissements. C'est souvent une histoire compliquée, avec des détours tortueux, des échecs scolaires, des relations douloureuses et de la résilience. Beaucoup de résilience. Pas de la résilience à l'eau de rose des revues de matantes, de la vraie résilience. Du courage, surtout ; celui d'un retour à l'école, d'une réorganisation de l'existence et de la création d'un avenir meilleur pour toi et tes proches.

Je t'ai rencontré dans ta classe de francisation de « l'école des adultes », dans ton cours de français ou au centre de détention. À Sherbrooke, à Drummondville, à Montréal ou à Matane, tu es toujours pareil et absolument différent, semblable et différente. Chaque parcours est unique, chaque individu possède sa propre personnalité, mais je te reconnais toujours, par ton regard. Tu as du vécu, du gros vécu, du vrai et du cru au fond de l'œil. Mais une certaine tendresse aussi, celle des gens qui reviennent de loin. Et l'étincelle, bien sûr, le regard brillant de la personne capable de mettre ses tripes sur la table et son vécu sur papier.

Quand je te rencontre, tu me dis qu'il est important, ce concours. Pour les prix, qui te motivent à écrire, pour l'opportunité d'être publié et lu par un grand nombre de personnes, mais surtout parce qu'il te

permet de t'arrêter et de mettre en mots ce qui t'habite, te hante ou t'anime. *Ma plus belle histoire*, c'est l'occasion pour toi de structurer tes idées, de faire du ménage dans tes émotions, de faire la paix avec toi-même. Parfois, c'est l'occasion de te découvrir un réel talent pour l'écriture, une nouvelle manière de t'exprimer, d'exister par les mots.

Et c'est vrai que tu as du talent, que tu en as long à dire et qu'il est chargé de sens, ton texte. Peut-être que tu l'ignores, mais il est plus que lu, il devient même un outil pédagogique ; plusieurs centres d'éducation des adultes utilisent les recueils produits par la FSE pour faire de l'analyse de texte. Ça fonctionne, les étudiants s'y reconnaissent et s'intéressent à ton histoire. C'est peut-être la raison pour laquelle on a de plus en plus de participantes et participants : tu leur donnes envie d'écrire à leur tour. Par tes mots, ton poème ou ton récit, tu deviens une source d'inspiration.

C'est pour toi que j'accepte avec fierté, encore une fois, d'être porte-parole du concours *Ma plus belle histoire* organisé par la Fédération des syndicats de l'enseignement. Chaque fois que je croise ton regard, que je te vois te lever, malgré le stress, pour lire ton texte devant la classe ou que je te serre la main pour te féliciter d'avoir remporté un prix, je sais que ce concours est significatif. Significatif pour toi qui participes, mais aussi pour nous qui avons la chance de te lire et de découvrir ton univers. Il est riche et précieux, ton univers ; elle est unique et pertinente, ton histoire. Merci de nous permettre de la publier et de la faire voyager.

---

**David Goudreault, ton collègue écrivain.**

# 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 1 250 \$, 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 LA RELANCE (CS DES HAUTES-RIVIÈRES),  
À SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU, AVEC LE SOUTIEN DU SYNDICAT DE L'ENSEIGNEMENT  
DU HAUT-RICHELIEU

L'ÉQUIPE ENSEIGNANTE DU CENTRE DE FORMATION GÉNÉRALE DES ADULTES  
(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, intégration sociale, intégration socioprofessionnelle, etc.), y compris les centres de détention ;
- Tournée de promotion dans les classes (au lancement et avant la date de retour) ;
- Diffusion en grand nombre des affiches, des formulaires et des anciens recueils ;
- Intégration dans le cadre d'activités de lecture et d'apprentissage dans les classes ;
- Création de versions thématiques du concours (*Ma plus belle histoire... d'amour*, *Ma plus belle histoire... d'horreur*) ;
- 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 :



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 **COUP DE CŒUR  
VOTRE  
SOUFFRE-DOULEUR**  
Samuel Côté
- 14 **DÉSOLÉE MUBARKA**  
Sihem Dehane
- 16 **ELKAMEL**  
Walid Essghair
- 18 **LE DÉBUT D'UNE  
NOUVELLE HISTOIRE**  
Raquel Natal
- 20 **GRATITUDE**  
Sans frontières
- 22 **JE SOUHAITE  
QUE JE PUISSE  
VOIR UN CIEL BLEU  
UN JOUR**  
Quynh Mai Roan
- 24 **MENTION SPÉCIALE  
MON HISTOIRE**  
Gonzalo Carvajal Rubio
- 26 **L'ÉVEIL**  
Étienne
- 27 **DU TEMPS DE LA FERME  
ET DES RÉCOLTES  
JUSQU'AUX BANCs  
D'ÉCOLE**  
Serge Bouchard
- 30 **LE CAPTEUR DE RÊVES**  
Geneviève Lamothe
- 33 **CERVEAU  
ÉLECTRONIQUE**  
Marc Perreault
- 36 **LETTRE À MA MÈRE**  
Lise Bouchard
- 39 **MENTION SPÉCIALE  
LIBERTÉ  
INCONDITIONNELLE**  
Yannick
- 40 **MA VIE, MON ANXIÉTÉ**  
Mégane Rodrigue
- 43 **L'AMOUR D'UNE VIE**  
Maude Joly
- 45 **UNE HISTOIRE,  
MA RÉALITÉ**  
Krystel Cyr
- 48 **LÉODAGAN L'ÉCUYER**  
Samy Fontaine Plourde
- 52 **MON PREMIER AMOUR**  
Alyson Blier
- 53 **AIMER, ÇA FAIT MAL**  
Patrick
- 55 **UNE FAMILLE  
QUI A DE LA DIFFICULTÉ  
À ACCEPTER CE QUE  
JE SUIS**  
Amy Marcotte
- 58 **LE GÉANT  
DE LA RIVIÈRE  
DES PRAIRIES**  
Pierre

- 61 **MENTION SPÉCIALE**  
**LES LARMES, LA SUEUR**  
**ET LE SANG**  
Jayson
- 64 **LETTRÉ À RYAN**  
Caroline Potvin
- 66 **LE SUICIDE**  
Sarah Bossé
- 68 **PLUS JAMAIS...**  
Isabelle Vermette
- 71 **MON DESTIN...**  
Anthony Gouin
- 74 **MAMAN VA À L'ÉCOLE**  
Chantal Godcharles
- 77 **TOI, LE GÉNITEUR**  
Myriam Gonthier
- 79 **LA MÉMOIRE**  
**D'UN BAISER**  
Laurie Faucher
- 81 **DÉCEMBRE**  
**SOUS LA NEIGE**  
Mickey Taillon
- 83 **TOI, MA TUMEUR**  
Mélissa Roy
- 86 **LE TIGRE ET LA FLEUR**  
Emmanuelle Matteau
- 90 **POST-PARTUM**  
Amélie Auger
- 92 **MENTION SPÉCIALE**  
**MON MONDE BASCULÉ**  
Jonathan Perron-Baril
- 95 **L'ESSENTIEL**  
Julie-Anne Dominique
- 97 **PETITE ÉTOILE FILANTE**  
Danielle-Ann Delisle
- 99 **JUGEMENTS ERRONÉS,**  
**BATTEMENTS AVÉRÉS**  
Byanka Belisle
- 102 **L'INNOMMABLE**  
Mitchka
- 105 **IL ÉTAIT DEUX FOIS**  
Mélina Tremblay
- 108 **AU BOUT DE MON RÊVE**  
Alison Malec
- 110 **MA MEILLEURE AMIE**  
Sabrina  
Ethier Marenger
- 111 **LA MORT OU LA MORT ?**  
Kevin Edwards
- 115 **MENTION SPÉCIALE**  
**MA FILLE DE CŒUR**  
Caroline  
Lessard-Bernier
- 117 **MA PLUS BELLE**  
**HISTOIRE,**  
**C'EST... VOUS!**  
Sylvianne
- 120 **MON PAPA, MON HÉROS**  
Éliane Dupéré-O'Cain
- 121 **LA CHANCE D'UNE VIE :**  
**MON ADOPTION**  
Shasha Larouche
- 123 **LA GOUTTE**  
**DE MALHEUR**  
Eliud
- 125 **BÉBÉ SURPRISE**  
Virginie  
Lessard-Huyghe
- 128 **ROUTE 73**  
Carolane Bouffard
- 131 **L'OISEAU ARC-EN-CIEL**  
Samuel  
Ladouceur-Brais
- 134 **MENTION ANTIDOTE**  
**POUR LE MEILLEUR**  
**USAGE DE LA LANGUE**  
**FRANÇAISE**  
**À MA SŒUR**  
Myriam Le Guédard

---

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

# VOTRE SOUFFRE- DOULEUR

---

J'ai peur de m'approcher des gens et de souffrir  
Par les regards haineux, ma vie s'est fait anéantir  
L'intimidation m'a fait perdre toute ma raison  
Crachant sur mes rêves de petit garçon  
J'ai arrêté de rêver à mon futur  
Coups de pied, les inconnus me crient des injures  
Ils disent : « Ta famille veut t'abandonner  
Tu fais presque pitié avec ta pauvreté »  
S'aimer est le projet de toute une vie  
Mais pour oublier cette douleur, absolument rien n'a suffi

Je suis votre souffre-douleur  
Votre mal de vivre, vous l'oubliez avec ma peur  
Essuyant mes larmes de sang séché par le malheur  
J'aimerais savoir ce que signifie le bonheur

« Fiston, tu ne vas plus à l'école, qu'est-ce qui ne va pas ?  
Maman n'est pas là, mais c'est parce qu'elle ne le peut pas  
La maladie la brûle de l'intérieur  
Imagine-toi avec ses douleurs »  
Me dit mon père, se sentant seul, la larme à l'œil  
Mais l'admettre est trop dur pour son orgueil  
« Fiston, laisse-toi une deuxième chance  
Agis comme tu le penses et fais une croix sur ta vengeance »  
En cette nouvelle journée d'école, pour la paix je prie  
Mais en fin de journée, enfermé deux heures et demie  
dans un casier, je crie

Je suis votre souffre-douleur  
Votre mal de vivre, vous l'oubliez avec ma peur  
Essuyant mes larmes de sang séché par le malheur  
J'aimerais savoir ce que signifie le bonheur

De toutes mes forces, j'ai crié de douleur émotionnelle  
Et psychologiquement c'est devenu un putain de bordel  
La lame à mes veines, la vie en vaut-elle vraiment la peine ?  
Plein le dos des agressions et des rumeurs qui traînent

Un membre de ma propre famille a porté plainte  
pour détruire ma vie  
Les enquêteurs m'arrêtent, il n'y a plus aucune sortie  
Dis-nous que tu l'as visée, on avait hâte de t'arrêter  
Mais de toute façon les ordures comme toi  
ne disent jamais la vérité  
Tout s'écroule comme si ma vie n'avait plus  
aucune importance  
M'envoyant au centre jeunesse, je dois dire adieu  
à mon enfance

Je suis votre souffre-douleur  
Votre mal de vivre, vous l'oubliez avec ma peur  
Essuyant mes larmes de sang séché par le malheur  
J'aimerais savoir ce que signifie le bonheur

Papa, tu m'as menti, mon départ, tu l'as choisi  
Ce qui me restait d'espoir a été détruit  
Papa, j'ai peur, terrorisé, je n'arrive plus à bouger  
Pas le choix d'avancer, même si j'ai les mains menottées  
Me faisant une autre ligne, comme un fils indigne  
Les murs de ciment ont fait mourir mes racines  
Ma rage, je n'arrive plus à l'entendre  
Mon cœur n'est plus que des restes de cendre  
Et depuis, j'ai l'arme à la tempe  
Toujours prêt à appuyer sur la détente

Je suis votre souffre-douleur  
Votre mal de vivre, vous l'oubliez avec ma peur  
Essuyant mes larmes de sang séché par le malheur  
J'aimerais savoir ce que signifie le bonheur  
L'intimidation est la véritable torture  
Qui t'amène l'autre côté de la clôture  
Le passé forge le futur  
Mais ce qui fait garder l'espoir, c'est l'amour pur

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

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

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

---

# DÉSOLÉE MUBARKA

---

Mubarka ? Mais c'est quoi ça ? Beaucoup de points d'interrogation, oui. Est-ce que c'est un objet, un animal, un nom propre de quelque chose ? Non, c'est un être humain, ça veut dire la fille bénie ! Mais oui, c'est ma petite amie brunnette avec des yeux ronds et scintillants. Quand elle regarde, elle est comme une gazelle, un beau regard innocent. Son petit cœur plein de chaleur, qui donne le courage et la patience de vivre dans ce petit village qui est devenu l'endroit le plus terrifiant pour une petite fille de six ans.

C'est l'automne, l'école... peut-être que c'est la lueur d'espoir pour Mubarka et les autres enfants de ce petit village. Aujourd'hui, c'est la rentrée scolaire ! J'étais très contente de ma belle blouse rose, mon beau petit sac d'écolière, je marchais dans les rues, fière d'être accompagnée de mon papa. J'étais comme un papillon plein de couleurs et d'énergie qui voulait s'envoler. Oui, c'était moi, la fille du village qui vivait bien, qui mangeait bien, qui s'habillait bien, qui était en sécurité... pas comme Mubarka.

Dans le couloir de l'école, une file de 20 petits enfants peureux, pleurant des fois, ils ne savaient pas quand, où, comment ils allaient s'asseoir. J'ai regardé à gauche, à droite, j'ai vu Mubarka en marchant à petits pas, je me suis dirigée vers elle en lui demandant :

– Tu peux t'asseoir avec moi ?

Elle m'a regardée timidement et me répondit :

– Oui, comment tu t'appelles ?

Et ici a commencé notre belle histoire d'amitié.

C'était l'hiver, Mubarka ne pouvait pas retourner à la maison chaque soir, les rues étaient dangereuses, elles étaient complètement usées et le grand danger, c'étaient les terroristes.

- 
- Mubarka, peux-tu rester chez moi ? lui ai-je demandé.
  - Oui, j'aimerais bien, mais je m'inquiète pour ma famille.
  - Nous allons parler à notre directeur, je répondis.

Pendant les six années du primaire, la petite gazelle est restée maintes fois chez moi et des fois, elle est allée chez elle.

En septième année, tout était correct... jusqu'au mois de janvier, Mubarka n'est pas arrivée, une semaine, deux, un mois... Il n'y avait plus de Mubarka, personne ne savait où elle était ou qu'est-ce qui s'était passé. J'ai envoyé des lettres et des lettres sans rien recevoir. Un jour du mois d'avril, en plein cours, il y a eu une visite de notre directeur et d'autres professeurs.

– Bonjour mes chers élèves et enfants, désolé de vous annoncer cette mauvaise nouvelle, Mubarka, votre amie, ne reviendra plus ! Elle a perdu toute sa famille dans un attentat terroriste.

Quoi ? Non, la vie ne peut être aussi injuste avec elle. Pourquoi mon amie, pourquoi ? ai-je réclamé.

Après deux années noires, j'ai reçu une lettre : « chère sœur, j'étais là, derrière une meule de foin, j'ai vu comment ils ont tué ma mère d'une manière brutale, mon père, mes frères, comment ils ont trainé mes sœurs et les ont violées, même les animaux n'ont pas été épargnés par leur brutalité, ils ne m'ont rien laissé... même pas les rêves. Je suis chez ma tante dans la capitale et je suis un traitement psychologique, tu me manques beaucoup et merci pour tout. » C'était la première et la dernière lettre. À l'intérieur de moi, un volcan de colère s'est réveillé !

Hé destin, pourquoi t'as choisi mon amie ? Pourquoi ? Tu sais, tu t'es trompé, elle n'a pas de mémoire pour enregistrer tes images noires et blanches, tes souvenirs douloureux. Son grand cœur et ses beaux yeux vont tout effacer pour que l'avenir écrive, peut-être un jour, une autre histoire pour Mubarka. C'était mon rêve...

---

**Sihem Dehane**

*Francisation*

Centre La Croisée  
(Repentigny),

CS des Affluents

Enseignante :

Louise Sourdif,

Syndicat de

l'enseignement de  
la région des Moulins

Mais non... la vie était encore pire pour Mubarka. J'ai croisé une amie d'enfance qui habite le même village qu'elle et elle m'a dit que Mubarka est à l'hôpital psychiatrique et qu'elle ne se souvient plus de rien.

Désolée Mubarka pour tout : pour ma faiblesse, pour ma fragilité et pour mon absence. Moi qui étais toujours à côté de toi, comment j'ai pu faire confiance un jour à l'inconnu et te laisser seule face à cette injustice ?

Un jour, je raconterai ton histoire !

---

## ELKAMEL

Je dédie ce texte à toutes les mères et en particulier à ma mère qui est morte le 25 janvier 2018.

J'ai pleuré après avoir entendu l'histoire d'Elkamel racontée par mon ami Salah, le vieil homme et le grand artiste.

Ali et Meriem forment un couple heureux qui ont eu une très belle histoire d'amour et ont décidé de se marier. Tous les habitants de mon village, Douz, étaient joyeux durant la période de mariage, ils ont dansé, chanté, joué... Leur histoire d'amour est un succès d'histoire d'amour. Ali et Meriem ont construit une belle petite maison, ils ont acheté des meubles, ils ont même réservé une chambre pour leur enfant qui n'était pas encore né. Ali a acheté un champ dans la région. Chaque jour, avec sa femme, ils se réveillaient tôt, prenaient le petit déjeuner et travaillaient jusqu'au soir. Durant plusieurs années, à cause de ce grand effort, Ali et Meriem se sont acheté un tracteur.

Après une vingtaine d'années de mariage, enfin, le couple d'amoureux a eu un bébé, Elkamel. Elkamel en arabe veut dire complet, pourquoi était-il nommé Elkamel ? Dès les

---

premières minutes, Meriem a tenu l'enfant dans ses bras et a pleuré de tout son cœur. On disait que c'était la joie du premier bébé, mais après quelques années, elle pleurait encore. Le jour où Elkamel est sorti pour jouer avec d'autres enfants, à ce moment-là, on a trouvé la réponse à nos questions : il manquait une oreille à Elkamel (complet).

Chaque jour, dès qu'Elkamel commençait à jouer avec ses camarades, ils se moquaient de lui. Alors, il courait dans les bras de sa mère, elle l'encourageait, elle lui transmettait la force, soutenait son moral, plein de choses...

L'été avant qu'Elkamel entre à l'école, son père a vendu un champ pour payer une opération d'implantation d'oreille qui a été un succès. Finalement, Elkamel était devenu « Complet ».

Les pauvres parents ont vendu graduellement leur tracteur, leur maison, leurs bijoux jusqu'à la fin des études d'Elkamel qui s'est classé le meilleur du pays chaque année. Quinze ans plus tard, Elkamel a réussi l'examen de fin d'études d'ingénieur en génie civil. Il a travaillé jour et nuit et a gravi l'escalier de l'expérience professionnelle dans des sociétés privées. Des années plus tard, Elkamel a décidé de lancer une entreprise de construction en génie civil qui construisait des maisons, des garages, des charpentes...

Après quelques années, Elkamel est devenu un homme d'affaires brillant et, durant cette période, il a construit une grande maison comprenant beaucoup de chambres, des salons, des cuisines, des salles de bain. La maison était entourée par un jardin plein de plusieurs sortes de fleurs et de plantes. Cette maison était comme un palais royal pour Meriem la reine et Ali le roi. Elkamel a acheté un très grand champ et plusieurs tracteurs pour lancer une entreprise agricole au nom de son père.

À chaque voyage, Elkamel rapportait des cadeaux à sa famille. Une fois, il a acheté un coffre de bijoux spécialement pour sa mère et a décidé de lui mettre les anneaux, les bracelets et enfin, le collier. Au moment où il a soulevé le voile de la tête de sa mère, il a découvert... qu'elle n'avait qu'une seule oreille.

---

**Walid Essghair**  
*Francisation*

Centre  
André-Morissette  
(Plessisville),  
CS des Bois-Francis

Enseignant :  
Hubert Yelle,  
Syndicat de  
l'enseignement  
des Bois-Francis

---

# LE DÉBUT D'UNE NOUVELLE HISTOIRE

---

Je m'appelle Raquel, je suis brésilienne et j'habite au Canada depuis quatre ans.

Quand quelqu'un sort de son pays, les gens qui restent vont toujours penser qu'elle va devenir riche. Ils auront toujours un jugement selon ce qu'ils voient sur l'internet ou selon les choses qu'ils imaginent. Ils ne connaissent pas les difficultés rencontrées par cette personne. Je ne parle pas de manque de nourriture, d'argent ou d'une place pour dormir. Je parle de toutes les conséquences concernant un changement mental très effrayant. Moi par exemple, quand j'ai quitté mon pays en 2015, j'étais pleine d'espoir, de rêves et d'illusions. Les premiers mois, c'était merveilleux, tout était nouveau et différent de ce que j'avais vécu dans mon pays. Les premiers flocons de neige tombaient comme de la poudre magique sur la terre et tout me fascinait.

Au fil du temps, j'ai découvert que tout n'était pas si beau et si magique comme je l'avais imaginé. De plus en plus, j'ai commencé à sentir les effets du choc culturel, le manque de ma famille et de tous mes amis. La nourriture de mon pays me manque encore.

C'était difficile pour moi quand je regardais en arrière et que je découvrais que ma seule option c'était de continuer mon chemin même si le parcours serait difficile et long.

En 2017, je suis tombée enceinte de ma première fille. C'était l'expérience la plus intense de toute ma vie. Beaucoup de choses ont changé et j'ai découvert que tout était plus difficile que je l'avais prévu. Par exemple, je ne pouvais plus rien contrôler. Tout est devenu déroutant, parfois frustrant et parfois plaisant. À ce moment-là, j'ai remarqué mon manque d'expérience. J'aurais eu besoin de ma mère pour m'aider et prendre soin de moi et de ma petite fille après mon accouchement.

---

Le fait de devenir une immigrante, c'est une mission de courage, de volonté, de persévérance, de détachement et surtout il faut faire beaucoup de sacrifices.

Parfois, on découvre que les plus grandes douleurs sont camouflées dans un beau sourire, dans une larme qui ne peut pas sortir ou même dans un immense vide dans un câlin.

Par contre, nous sommes aussi chanceux parce que toutes ces douleurs viennent aussi avec des choses positives. C'est une expérience magnifique de pouvoir recommencer une nouvelle vie, même si on recommence à zéro. C'est merveilleux de connaître une nouvelle culture. J'aime le fait de pouvoir parler une autre langue et de connaître des gens qui proviennent de tous les coins du monde.

Après avoir passé par l'abstinence, le deuil, l'acceptation et avoir surmonté plein d'épreuves, je commence à voir les choses un peu différemment maintenant. Je sais bien parler le français et comprends cette langue. Je suis passionnée par la culture et la générosité de mes amis québécois. Maintenant, je sens que je peux me déclarer prête pour profiter de toutes les bonnes choses que ce beau pays a à m'offrir. Je suis très contente d'être ici, j'ai plein de projets et je suis sûre qu'ici, c'est la meilleure place pour réaliser tous mes rêves.

---

**Raquel Natal**  
*Francisation*

CFGa des  
Rives-du-Saguenay  
(Saguenay), CS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :  
Audrey Girard,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Saguenay

---

# GRATITUDE

---

Gloire à Dieu qui t'a bien façonnée et qui t'a rendue précieuse. Je te présente, à travers cette inspiration, ma reconnaissance émouvante et motivante. Dans un milieu inhospitalier et hostile, tu travailles et je te trouve très courageuse. Autour de toi, des nuées sombres et l'obscurité, et malgré cela, tu illumines au centre comme une lune brillante. Car Dieu, par sa force, t'a donné le courage d'une vraie guerrière majestueuse. Tu accomplis tes fonctions avec rigueur et ponctualité comme une gagnante, sans négliger le contact et l'échange avec autrui. De plus, tu es consciencieuse, sensible aux besoins des autres et tu as une grande capacité à les aider de façon permanente.

De grâce, Ô mon Seigneur, accorde plus de force et de sécurité à cette personne merveilleuse. Avec les gens, tu entretiens la bonne humeur et de bonnes relations, et tu es souvent souriante. Il n'y a que des paroles positives dans ta langue, tu rayannes comme une flamme joyeuse. Tu es efficace, expérimentée, habile, compétente et tes actions ne sont pas dégradantes. Pour moi, tu es une source de savoir, de joie et d'espoir, même dans les journées périlleuses. Sans doute, ton intention est pure ; ton langage et tes expressions sont aimables et plaisants. Les conseils et les leçons de la vie que tu donnes sont plus chers que l'or et les pierres précieuses. Tu ne songes qu'à nous instruire et tu ne parles que pour nous soutenir de façon constante. Tu passes ton temps à éclairer, à expliquer et à motiver d'une manière harmonieuse. De la haine, de l'égoïsme, de la paresse et de l'arrogance, tu es préservée et de cela tu es intolérante. Dans cet environnement défavorable, tu dégages une énergie positive qui engendre des réactions prodigieuses.

J'admire ton sens des responsabilités, ton honnêteté, ta générosité abondante. Ta moralité et ton bon sens produisent des conséquences bénéfiques et désirables en aidant l'autre à réagir de façon constructive aux obstacles de sa vie trépidante. Tu l'aides à s'apprécier et à reconnaître sa valeur avantageuse. Ton écoute attentive encourage ton interlocuteur, sans honte, à partager avec toi ses sentiments

---

sincères et ses émotions sérieuses. Ta capacité d'agir de manière adaptée aux situations te rend intelligente. Sache que tu joues un rôle très important avec tes bontés nombreuses. Tu es patiente, brillante, rassurante et tu as de belles qualités rayonnantes.

Ô notre Dieu, des lèvres fausses et des langues mensongères, délivre cette âme penseuse. Tu es naturelle, authentique, sociable, serviable, polie et tu es une bonne vivante. Dans une prison, je purge ma peine avec des créatures égarées, mais très peu d'autres sont, comme toi, bienfaitantes. Je suis captif emprisonné pendant plus d'une décennie et je vis une expérience à la fois rude et glorieuse. Malgré mes douleurs continues, je t'exprime mon respect et mon amitié avec une âme apaisée et apaisante.

Louange à Toi, notre Seigneur, de te mettre dans mon chemin, car tu es une humaine chaleureuse, bienveillante, clémente, douce, accueillante. Merci infiniment. Je t'offre mes salutations chaleureuses et respectueuses à toi, mon enseignante.

---

**Sans frontières**

*Francisation*

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

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

---

# JE SOUHAITE QUE JE PUISSE VOIR UN CIEL BLEU UN JOUR

---

En apercevant le ciel dégagé, je m'ennuie de mon père. « Je souhaite que je puisse voir un ciel bleu », a-t-il dit un jour. Je n'ai jamais oublié à quel point il peut être brouillé dans mon pays. Depuis l'année dernière, je me considère privilégiée d'avoir une telle chance depuis que je suis arrivée au Canada.

Dans notre vie, il y a certains besoins de base que nous avons tous en commun : se loger, se nourrir et se vêtir sont les trois principaux. Naturellement, dans les pays développés, les désirs dépassent de loin ces besoins de base. Toutefois, ce n'est pas tout le monde qui peut avoir cette opportunité. C'est un monde différent de celui dans lequel j'ai grandi. Dans le mien, la plupart des gens, malheureusement, n'ont même pas ces éléments du quotidien. Dans mes souvenirs, c'est rare d'observer un ciel lumineux sans la poussière. C'était plutôt fréquent d'observer une mère avec ses enfants dans ces fumées polluantes ou des personnes âgées ou handicapées sans un cent dans la rue jusqu'aux petites heures du matin. J'ai toujours fait mon possible pour leur donner un coup de main, mais je me demandais toujours si mes actions étaient suffisantes. N'est-on pas responsable collectivement ? Pourrions-nous faire quelque chose en tant que nation ? En arrivant au Canada, j'ai rapidement constaté que c'était possible. L'étendue des programmes gouvernementaux m'a fait prendre conscience de tous les bienfaits de ces derniers. La sécurité sociale, les systèmes d'éducation et de santé ne sont qu'un exemple des nombreuses préoccupations auxquelles nous faisons face en permanence dans mon pays d'origine. Je n'ai même plus à me préoccuper de la sécurité alimentaire et des dangers qui y sont associés. Du même coup, ça me fait de la peine

---

de savoir que ces normes ne sont pas appliquées dans le pays où habite toujours ma famille. Comme vous avez pu apercevoir dans les actualités récemment, 39 corps ont été retrouvés morts dans un camion près de la capitale britannique. J'ai été horrifiée d'apprendre que ces gens étaient originaires d'une région de mon pays. C'est une belle démonstration des risques que les gens étaient prêts à prendre en vue d'une vie meilleure. Je doute encore de la motivation de ce voyage périlleux. Le faisait-il en vue de faire de l'argent ou tentaient-ils de fuir à un système où la liberté est encore taboue ? S'agissait-il d'une quête de liberté ? C'est le premier cas qui est publié, mais depuis longtemps, plusieurs individus ont tenté leur chance. Cette histoire est semblable à celle vécue par ma grand-mère il y a de cela quelques années. Elle n'est pas décédée, mais elle ne s'est jamais rendue au bout de son rêve. Elle a toujours eu soif de cette liberté, celle de la conscience, des droits humains et de la possibilité d'exprimer ces propres opinions. Le concept de liberté est non seulement une envie, mais je me rends compte que c'est aussi un besoin que nous ne découvrons que lorsque nous en sommes privés.

Je vous remercie les Québécois pour la richesse de vos expressions. Vous m'avez transmis une langue, un vocabulaire, mais aussi une passion pour un instrument de liberté. À quoi bon les mots si nous ne pouvons pas les utiliser ? Peut-être qu'un jour le pouvoir des mots va permettre de déplacer les nuages gris qui survolent mon pays et qu'enfin, mon père pourra apercevoir le ciel bleu dont il a toujours parlé.

---

**Quynh Mai Roan**

*Francisation*

CFGA des  
Rives-du-Saguenay  
(Saguenay), CS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :  
Audrey Girard,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Saguenay

# MON HISTOIRE

---

« Histoire », un mot pour le présent, le passé et le futur.

Chacun écrit sa propre histoire, notre passé et notre futur s'entremêlent et, par moments, jouent contre nous.

Avant d'immigrer au Québec, j'avais une histoire, des amis, une profession, un travail et une vie ; avant d'immigrer... je voyais tout de façon différente, je pensais simplement suivre le chemin que j'avais de désigné. Avant d'immigrer... il y avait de bons jours et de mauvais jours, il y avait de l'espoir et de la frustration. Avant d'immigrer... j'avais une famille, j'avais des chiens. Avant d'immigrer... mon jour préféré était le vendredi, ma couleur préférée était le bleu, mon téléphone préféré était l'iPhone et je n'avais pas de saison préférée parce qu'on n'avait pas de saison, dans la même journée on pouvait vivre trois saisons !

Dans les valises, on a mis des choses habituelles comme des vêtements, mais on a réservé beaucoup d'espace pour les petits souvenirs qui nous feraient sourire et qui nous rappelleraient notre vie avant d'immigrer. Certaines fois, quand on regarde les petits souvenirs, il y a un air de nostalgie, une petite larme, des yeux larmoyants, une boule dans la gorge. Un jour, je ne le sentirai plus, ce sentiment déchirant ? Avant d'émigrer de mon pays, je ne savais pas tout ce que j'avais, car je vivais au jour le jour.

Dans l'avion, je pensais à tout ce que je n'avais pas fait que j'aurais pu faire et ce que je n'avais jamais dit que j'aurais pu dire. Je pensais aux erreurs que je n'allais pas répéter

---

dans ce nouveau pays et aux souvenirs enregistrés dans ma tête avant d'émigrer... Sans y penser, je me créais une nouvelle histoire.

Je pense qu'émigrer, c'est « mourir » un peu et qu'immigrer, c'est « renaître ».

Après avoir immigré, je n'ai pas cessé d'être ce que je suis, j'ai respecté ce que je m'étais engagé à ne pas répéter : les possessions matérielles qui existaient avant l'immigration sont toujours dans mon pays d'origine, ma famille et mes amis y sont toujours.

Après avoir immigré, mon jour préféré est devenu tous les jours parce que je remercie la vie pour chaque journée. Ma couleur préférée est devenue toutes les couleurs : en hiver, le blanc, au printemps, le vert, en été, le jaune et le bleu et à l'automne, le rouge et le jaune. Mon téléphone préféré est devenu celui avec lequel je peux parler à ma famille et ma saison préférée est celle où je peux me lever pour voir et embrasser ma femme.

La gratitude m'accompagne tous les jours, j'ai appris à mettre la couleur appropriée aux jours gris et nostalgiques (de petits souvenirs me donnent encore une boule dans la gorge et j'espère que je ne cesserai jamais de la ressentir!).

Nous avons vu des paysages spectaculaires, nous avons vécu quatre saisons en comprenant la beauté et le pouvoir de la nature, nous rions plus, nous apprécions plus, nous nous compliquons moins la vie, nous ressentons plus chaque mot que nous disons à notre famille, nous apprécions la valeur des choses simples, nous préservons le pouvoir de nous étonner, nous fêtons quand nous achetons l'arbre de Noël, notre lit, notre télévision... Je pense qu'avant d'immigrer, on travaillait beaucoup, en excès, et on vivait peu... Pourquoi ? Je ne le sais pas encore.

Avant d'émigrer, nous étions différents. Maintenant, de par ce que nous avons vécu, de par ce que nous avons appris, nous sommes devenus forts grâce à cette partie de notre histoire. Nous n'allons pas vous oublier, mais maintenant, nous devons écrire une autre histoire...

---

**Gonzalo Carvajal Rubio**  
*Francisation*

Centre d'éducation  
des adultes des  
Patriotes (Saint-Bruno),  
CS des Patriotes

Enseignante :  
Laurence Lussier Locas,  
Syndicat de Champlain

---

# L'ÉVEIL

---

J'émerge d'un sommeil rempli de déni, j'entrouvre les yeux justes assez longtemps pour voir les murs jaunâtres, sales. J'entends au loin le murmure de mon histoire qui passe en boucle aux informations. Je suis couché, habillé avec mon manteau, au deuxième étage d'un lit superposé. J'ose à peine respirer, j'ai mal, j'ai mal en dedans, en dehors, j'ai mal partout. J'en ai marre, j'ai envie d'une cigarette, d'une « puff » de crack, de n'importe quoi pourvu que ça arrête. J'ai l'impression que même la mort ne veut pas de moi. « Y fait noir en tabarnak ! »

L'impuissance, l'injustice, la colère et la haine viennent tour à tour m'assiéger tandis que l'envie de mourir, de me tuer ne me quitte que dans les rares moments où le sommeil m'en libère. Ce qui me frappe le plus, dans mes quelques espaces de lucidité, c'est l'impossibilité la plus totale de partir. Le bruit des portes que l'on barre derrière moi est comme des coups qui transpercent mes mécanismes de défense pour me toucher, me blesser directement dans mon être. Chaque cellule de mon corps se rebelle et hurle de me laisser partir. Ma liberté pour une « puff » de crack, troquer la prison pour l'esclavage.

Au fur et à mesure que se dissipent les brumes du sevrage et qu'émerge la réalité froide carcérale, des fantômes de mort débarquent comme des soldats en Normandie. Strangulation, lacération, pendaison, tout y passe ! La nuit, entre deux rondes, tel un appel à l'aide silencieux, j'enroule mes draps autour de mon cou et je serre, je serre jusqu'à devenir bleu. Incapable de vivre, incapable de mourir tel un funambule en déséquilibre entre l'ombre et la noirceur.

En stroboscope, l'image de mes enfants m'accroche et me tire vers un espoir de réflexion. Égoïste dans ma souffrance, j'avais oublié l'amour : l'amour d'un père pour ses deux enfants, l'amour qui permet de relever la tête et d'affronter plutôt que de rester effondré. L'irréparable, l'impardonnable n'est pas d'être déshonoré, emprisonné, mais bien de le

---

rester et de le laisser en héritage comme fardeau. Accroupi, je me relève et comprends que ma liberté, je l'avais déjà donnée et qu'aujourd'hui, j'ai la chance de la prendre.

J'ai mal, j'ai mal en dedans, en dehors, j'ai mal partout ; maintenant debout, je regarde en avant et fais un premier pas, vers soi, vers moi.

---

**Étienne**  
*Intégration sociale*

CFPEA Sorel-Tracy  
(Sorel-Tracy),  
CS de Sorel-Tracy

Enseignante :  
Marie-Jo Péloquin,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Bas-Richelieu

---

## DU TEMPS DE LA FERME ET DES RÉCOLTES JUSQU'AUX BANCS D'ÉCOLE

---

Je n'aurais sûrement pas été qui je suis si je n'avais pas connu ce temps rempli d'excitations que fut le temps des récoltes. Tout devenait effervescent, on ne cessait de profiter des grandes chaleurs. Le temps était compté, la période était courte. Toute la famille et l'homme engagé s'affairaient à la tâche de récolter le foin. C'était toute une organisation et toute une planification ! Il ne fallait pas que le foin pourrisse sur les champs. Du va-et-vient continué pendant cette période : faucher le foin, planifier un temps de séchage, le récolter et charger les charrettes. Nous devions aussi travailler sur un terrain plus ou moins hostile le plus rapidement possible pour ne pas nous faire prendre par la pluie. La pluie pouvait endommager le fourrage et rendait impossible le retour à la grange à cause de l'état boueux du chemin de terre qui devenait impraticable tant il devenait glissant pour le tracteur. S'aventurer sur cette voie en temps de pluie était impensable, dangereux. Un tracteur dans la boue, c'est comme sur une patinoire.

---

Sur la côte près de chez nous, il y avait une cave à patates qui était profonde et mystérieuse. Juste pour se rendre à l'entrée, ça prenait environ dix minutes. Lorsqu'on ouvrait la porte située à plat sur l'entrée, on découvrait un trou sombre et le début d'une échelle. On y descendait presque à l'aveuglette, car on avait comme seul éclairage l'ouverture du trou. C'était après trois petites échelles qu'on arrivait enfin aux patates. Quand j'étais jeune, je m'y aventurais rarement seul. J'y allais occasionnellement lorsqu'il manquait de patates et que les autres frères et sœurs étaient occupés ailleurs.

Pendant le temps de fenaison, tout se déroulait avec une très grande minutie : on calculait assez bien nos actions pour ne pas gaspiller et ne pas occasionner d'accident. Notre mère nous préparait nos repas que l'on dégustait avidement près de la grange d'en haut. C'était une grange qui servait en cas de pluie à protéger les voyages de foin. Quand un nuage passait, il fallait faire vite entrer les voyages de foin et souvent, on était obligé de retourner à la maison à pied et attendre que la température redevienne propice au retour au travail.

Moi, je trouvais ça palpitant toute cette performance et l'enthousiasme ressenti. J'aimais participer aux travaux de la ferme. Ce n'était pas que le travail, c'était sentir l'intérêt commun pour mener à bien la tâche et les résultats obtenus. C'était gratifiant pour tous les travailleurs, je crois.

Dans cette atmosphère électrisante, je respirais l'odeur des foins coupés, la multitude de fleurs de toutes sortes et j'écoutais les cris des oiseaux qui garnissaient l'environnement.

Sur la ferme, je ne me sentais jamais seul. J'aimais le travail et comment les animaux (vaches, chevaux, poules, etc.) me faisaient ressentir une présence constante. C'était la vie, de la vraie vie. Ce sont des êtres vivants avec des yeux, des muscles, les mêmes systèmes que nous.

---

Il fut une période où le gouvernement avait promulgué une loi pour la protection des pigeons. Les cultivateurs étaient invités à coopérer pour cette protection. Mon père avait construit des nids en hauteur dans la grange pour que les pigeons puissent pondre leurs œufs en toute quiétude. C'était merveilleux de voir l'attitude des mères envers leurs progénitures.

L'hiver, comme il n'y avait pas de récoltes, c'était le ski et le hockey qui nous occupaient. Il fallait aussi s'occuper des animaux, on ne s'ennuyait pas. Chaque saison, il y avait des activités précises : les semences aux printemps et les labours à l'automne. En agriculture, il est indispensable de faire la rotation des cultures. Il fallait qu'un terrain, et jamais le même, soit réservé à la culture des céréales, par exemple l'avoine. Afin de ne pas appauvrir le sol, mes parents connaissaient parfaitement les diverses obligations selon les saisons.

Mon père est mort à l'âge de cinquante-deux ans. Cette mort imprévue fut tout un changement dans la famille. Ma mère s'est retrouvée seule avec onze enfants. Je dois dire qu'elle a eu une très grande force de caractère et beaucoup de résilience. La plupart des enfants étaient très jeunes. Moi, j'étais âgé de 13 ans. Elle s'est débrouillée et assez rapidement, elle est parvenue à faire fonctionner la ferme un peu comme auparavant : du travail le matin, le soir et les fins de semaine et en été. On avait de la chance d'avoir beaucoup de soirées récréatives à la maison. Plus on vieillissait, plus on avait des soirées dansantes à la maison.

J'ai connu ma première blonde un soir après l'école. J'allais chercher les vaches pour la traite. C'était en juillet 1964, j'avais 17 ans. Un temps splendide, elle aussi de son côté s'affairait à faire descendre les vaches pour la traite. C'était la fille du cultivateur voisin. De chaque côté de la clôture de cèdre, on prenait un temps pour parler ; c'était savoureux. Elle était ravissante dans sa robe de belle couleur. Elle est venue plusieurs fois à la maison et je suis allé veiller chez elle plusieurs fois. Les années ont passé et la jeune fille s'est inscrite dans un pensionnat ; ce fut pour moi une rupture. J'ai eu quelques amies de fille par la suite, mais ce ne fut jamais aussi passionnant que la première.

---

**Serge Bouchard**  
*Intégration sociale*

CFGA des  
Rives-du-Saguenay  
(Saguenay), CS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :  
Virginia Morin,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Saguenay

Nous étions encore onze à la maison et ma mère a insisté pour que nous poursuivions nos études. Dix ont réussi des études universitaires dans divers domaines. C'était l'époque du Rapport Parent et on nous disait : « Qui s'instruit s'enrichit. »

Travailler sur la ferme pour moi était épanouissant et valorisant. Quand j'y retourne, je ressens la même émotion que lorsque j'étais enfant et adolescent. Mes souvenirs sont ancrés en moi, j'ai l'odeur en moi, j'ai de la nostalgie.

---

## LE CAPTEUR DE RÊVES

---

Encore une fois, je me réveille avec un froid envahissant. Des sueurs froides, mon cœur qui se débat et le souffle court. Mais que se passe-t-il avec moi ? Il me prit un moment pour me recomposer et me souvenir de qui j'étais. Stéphanie, femme de 35 ans qui vit dans son appartement dans le centre-ville de Québec. Mon chat me regarde avec mépris pour l'avoir réveillé lors d'un beau rêve probablement.

Je ne peux rester avec ces rêves, je ne peux vivre avec ces sentiments de terreur qui me hantent chaque nuit. Mon psychologue ainsi que mon psychiatre ne me sont d'aucune aide et ce problème persiste.

Et c'est pourquoi je me suis levée et habillée avec hâte pour foncer vers mon voyage inattendu. La destination ? Tim Hortons d'abord. Vous ne pensiez pas que je me rendrais à Mashteuiatsh sans café, tout de même ! Ce fut ainsi que mon aventure commença.

Cette hâte que je vivais était causée par la fatigue qui allait éventuellement me rattraper. La caféine aide, mais le corps ne peut pas inventer de l'énergie là où il n'y en a pas, après tout. Il fallut que j'arrête mon véhicule dans quelques stationnements en cours de route pour me fermer l'œil.

---

Heureusement, l'adrénaline des rêves hantés avait le pouvoir de me faire reprendre le chemin rapidement avant d'avoir à recommencer cette procédure.

Me voilà, enfin, à la Pointe Bleue. Ce village autochtone qui accueille des visiteurs tels que moi. Le lac à perte de vue, un ciel bleu enrichissant et le son des vagues. Des goélands chantent d'une voix stridente, perçant le calme de cette vue. Après m'être trouvé un stationnement dans lequel je pouvais abandonner mon véhicule, je pus finalement m'étirer et sentir la fraîcheur du vent sur mon visage. Je me sentais déjà mieux de savoir qu'il y aurait un homme qui pourrait probablement m'aider avec mes tracas. D'un pas déterminé, je me dépêche vers sa maison.

Quel beau village ! Et comme je suis perdue ! Je n'ai jamais vu des bâtiments si espacés les uns des autres ! Je marche, regardant l'adresse de mon possible sauveur et je ne le vois nulle part ! J'étais irritée, mais je prenais des photos pour me souvenir de cet endroit plus tard. Et d'un coup, je le perçois.

Il ressemble exactement à son image de profil sur son site Internet : vieux, yeux fermés et longs cheveux noirs. Un air serein sur son visage, alors qu'il se balance tranquillement dans sa chaise berçante. Une casquette couvre sa figure âgée du soleil. Un gros chien noir et blond se reposait à ses côtés. Celui-ci ouvre ses grands yeux dorés lorsque je m'approche pour les adresser.

Je n'ai pas écouté le premier signe de ne pas m'avancer. Le berger allemand grondait, sa queue frappant les planches de bois vivement. Toc toc toc toc... Ce qui me stoppa enfin, c'était les soudains jappements de la bête à mon égard.

« Hé. Hé. » Je l'entendis faire avant de parler d'un langage que je ne pouvais comprendre. Probablement innu, si je me souviens de leurs sites Internet. Après l'avoir finalement adouci, il se leva, penché vers moi, les yeux plissés.

« J'te vois pas bien, ma p'tite. Envouieille icitte. »

Quoi ? Qu'est-ce qu'il a dit ?

L'homme ouvre sa chemise carreatée pour y révéler une paire de lunettes au contour noir attachée sur une ganse et se la faufile sur le bout du nez.

« Ben vous z'êtes pas d'ici ! »

---

Quel Sherlock Holmes !

« J'ai... J'ai lu en ligne que vous pouvez m'aider avec un problème particulier... »

« Cauchemars ? Oui, j'vois ça. »

D'un mouvement sûr, mais branlant, l'homme fouille dans ses poches pour me tendre un papier froissé.

« Va chercher ça dans l'bois. Pis reviens tantôt. »

D'un air confus, je regarde sa liste et panique.

« Attends, c'est quoi ça, un saule ? ! »

Et je pus l'entendre faire un « Ah ! » puissant.

« T'as un cellulaire, utilise-lé. »

Déjetée, je marche vers les bois et commence ma quête. À l'aide de mon fidèle cellulaire et le papier chiffonné, je trouve enfin tout le matériel ordonné. Je regarde le ciel s'assombrir et bâiller. C'était enrichissant, mais plutôt fatigant. Lorsque j'arrive, l'homme avait déplacé sa place d'assise.

« T'as donc ben pris du temps ! », dit-il en riant. « T'as-tu toute ce que j't'ai demandé ? »

Je hoche la tête et je lui montre le petit chariot de matériel. Une chance que j'avais apporté ce chariot avec mon véhicule ! Le vieux sage me fait un signe d'approbation en retour, m'invite à me placer à ses côtés et me fait travailler sur un mélange d'herbes et de fleurs qu'il m'a demandé de cueillir. De son grand sourire jaune, il me présente le produit final.

« Jette ça dans l'feu et respire les fumées et j'te jure que tu vas arrêter d'avoir des cauchemars. »

J'hésite un instant. Je suis venue pour être guérie et ce vieillard est bel et bien là pour m'aider après tout. La poudre en main, je m'approche du feu de camp et la jette dans les flammes, prenant une bonne bouffée d'air. Je me mets à tousser brusquement, sentant ma gorge piquer et mes yeux tremper, ce qui fait rugir de rire le docteur chamanique.

« J'peux pas croire que tu l'as faite. C'était de l'encens, ma chérie. »

Ah, merci.

C'est là qu'il me montre un sac de couchage et me dit de m'étendre et dormir alors qu'il prépare une pipe pour fumer du tabac. Je doute, ce qui fait rire l'homme qui me prie de me dépêcher avant que les effets de l'encens se dissipent. Alors je me suis mise au boulot.

---

Et ce rêve était fantastique ! Des forêts à perdre de vue, j'étais en sécurité. J'étais sauvée et libre... Et...

Un chant lointain me réveilla de ma stupeur. Devant moi se tenait le vieillot alors que mes yeux s'habituèrent à la clarté.  
« Ben dormi ? »

« Ah, ça oui ! Comment avez-vous fait ? »

D'un regard sage, il émanait une chaleur qui était réconfortante et dit : « Rien pantoute, t'avais juste besoin de sortir d'la ville et vivre une aventure. »

Stupéfaite, je lui demande pourquoi il avait besoin de tout ce matériel et il me tendit la main, me donnant un petit capteur de rêve. « C't'un souvenir de s't'aventure là. »

---

**Geneviève Lamothe**  
*Intégration sociale*

CFGA des  
Rives-du-Saguenay  
(Saguenay), CS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :  
Éléonore Vidal,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Saguenay

---

# CERVEAU ÉLECTRONIQUE

---

Dis-moi, sur quelle planète vis-tu aujourd'hui ?

Je vis sur la planète Internet

Sur un monde de technologies, d'intelligence artificielle

C'est devenu ça, aujourd'hui, le monde actuel

Des gens passant des heures sur des appareils à clavier

Accrochés à de nouveaux gadgets technologiques

Accrochés à un cerveau électronique

On ne communique plus seulement de façon réelle

Mais aussi au travers d'une vie virtuelle

Portable, tablette ou cellulaire

C'est devenu une dépendance supplémentaire

De nos jours, il faut que tu aies un compte Facebook,

Twitter ou Instagram

Pour que le monde te félicite, t'appuie ou t'acclame

Il faut que tu sois connecté à n'importe quel appareil

Dis-moi juste que ce n'est pas naturel

---

Par contre, si tu n'es pas branché  
Essaie au moins de te débrouiller  
C'est vraiment désolant  
De voir autant de gens devant leur écran  
Les yeux sur leur *bébelles*  
C'est devenu ça, aujourd'hui, le monde actuel

Mais, lorsque je constate cela, une chose est sûre  
Ce n'est vraiment pas dans ma nature  
De devoir être connecté sur divers types d'ordinateurs  
Franchement, non, ce n'est pas inscrit dans mes valeurs

Aujourd'hui, il faut que tu aies des chiffres  
Des *J'aime*, des statistiques  
Sinon, ton estime de soi est au plus bas  
Ça peut être vraiment surprenant  
De voir ce que les gens sont prêts à faire  
Pour avoir un plus gros auditoire, pour avoir leur moment  
de gloire  
Les gens sont devenus superficiels  
C'est ça, la vie d'aujourd'hui, dans ce monde actuel

C'est vraiment étrange de constater  
Que les gens sont devenus dépendants  
Leur téléphone toujours à portée de la main  
Pour ne rien manquer, sinon, « je ne me sens pas  
très bien »

N'oublie pas, ça laisse des traces, sois vigilant  
Tu peux te faire frauder, voler ton identité  
Mais, sur le moment, les gens ne s'en rendent  
pas compte  
Tant qu'ils sont sur leur site  
*Envoye*, je n'ai pas le temps  
Il faut que ça se fasse vite

Aujourd'hui, l'humanité ne fonctionne plus seulement  
de façon physique  
Elle fait appel à des méthodes de plus en plus  
technologiques  
Il faut que tu t'affiches sur un écran  
Sinon, tu es considéré comme *pas vivant*

---

Mais je veux te dire que la réalité  
N'est pas derrière un clavier  
Même le téléphone peut manquer à l'appel  
Il est de plus en plus remplacé par un courriel  
C'est ça, le monde d'aujourd'hui, la vie actuelle

Les gens sont devenus branchés, connectés  
Comme *hypnotisés* devant leur écran  
Difficile d'en décrocher, de s'en détacher  
Je peux dire que ça ne fait plus la grosse manchette  
Tout le monde a son gadget  
Téléphone, tablette, ordi  
C'est devenu une véritable épidémie

Ce qui a de l'intérêt pour toi  
Ne l'est pas nécessairement pour moi  
Même si tu ne me crois pas  
Ça fait partie de mes choix  
Ce n'est pas une grosse nouvelle  
J'ai choisi de vivre dans le monde réel

Un jour, il va falloir qu'on m'explique  
Cet intérêt soudain envers ces technologies  
Qui sont devenues le mode de vie d'aujourd'hui  
Mais moi, personnellement, j'aime mieux continuer  
À utiliser mon cerveau physique  
Plutôt que d'être attaché à un cerveau électronique

Voilà, c'est ce qui se passe présentement sur la planète  
Internet  
Une planète connectée sur le monde  
Une planète entourée d'ondes

Et toi, finalement, quel est ton propre constat ?  
Qu'est-ce que tu penses de tout ça ?  
Penses-tu comme moi ou pas ?

---

**Marc Perreault**

*Intégration  
socioprofessionnelle*

Centre L'Envol (Joliette),  
CS des Samares

Enseignant :  
Erik Sauriol,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Lanaudière

---

# LETTRE À MA MÈRE

---

À toi ma mère que j'ai tant aimée, je veux te dire que mon enfance a été des plus belles. Je me rappelle que souvent j'allais chez une de mes tantes que j'aimais beaucoup. Je devais avoir neuf ou dix ans quand tu t'es fâchée contre elle et que je ne pouvais plus la voir. J'ai eu beaucoup de peine, car avec cette femme, la sœur de mon père, j'étais bien. Je parlais souvent chez elle pendant trois ou quatre jours. Je ne l'ai jamais oubliée. Aujourd'hui, cette tante souffre d'Alzheimer, elle ne me reconnaît plus. J'aurais tellement voulu lui dire comment elle m'a manquée pendant toutes ces années, tu sais maman, quand on est jeune, on accepte ce que nos parents nous disent sans en comprendre toujours les raisons, ce n'est toutefois pas facile.

À l'âge de huit ans est arrivée ma petite sœur, quand on a su la dure réalité qu'elle avait un handicap, je l'ai aimée encore plus et je l'ai protégée de tout et de tout le monde comme je le pouvais. Elle était si fragile et ne pouvait voir la méchanceté des gens. Je n'ai jamais eu honte de ma sœur, elle était pour moi un cadeau, car avec elle, j'avais du plaisir, on était toujours ensemble elle et moi, on ne se laisserait jamais. Je savais au fond de moi-même que ma vie j'allais la vivre pour elle et avec elle. Quand vous partiez, jamais elle ne pleurait, car j'étais là, elle savait que mon cœur lui appartenait. Maman, en ce moment, je pleure, car à cause de toi elle ne veut plus me voir, je l'ai perdue et elle manque à ma vie. Je ne lui en veux pas, car elle a été manipulée par toi et ton fils, qui lui ne m'a jamais aimée. Il a toujours été jaloux et voilà que maintenant, c'est lui qui a le contrôle de vos vies, de vos cerveaux. C'était toujours à recommencer quand il était à la maison, tu devais faire venir la police, car il se fâchait et sacrait en criant et même me donnait des coups, mais parce que je t'aimais, je n'ai jamais porté plainte, pourtant j'aurais pu le faire, mais je savais que tu en souffrirais plus que lui, alors je ne faisais rien.

---

Par amour pour toi maman, et oui je t'aimais si fort. Toute ma vie, je suis restée avec toi, papa et ma sœur pour m'en occuper. Je me souviens que j'allais à l'école et je rentrais à la maison après pour rester avec ma sœur, je ne sortais jamais le soir, je n'ai jamais eu de relation amoureuse, je n'ai jamais fait ma jeunesse comme toutes les filles, mais je me sentais quand même bien, je ne demandais pas plus que ce que j'avais, c'est-à-dire ma vie de famille avec ma sœur (ma fille dans mon cœur). Quand je me suis mise à penser à tout ça plus tard, je me demandais pourquoi vous ne m'avez jamais poussée à aller travailler étant ado, pourquoi quand j'ai eu fini mes études, tu me disais : « tu ne peux pas travailler dans cet endroit, tu ne seras pas capable » ou « tu ne peux pas partir à l'étranger, que va faire ta sœur sans toi », et voilà maintenant je comprends que toute ma vie tu m'as contrôlée, je ne voyais rien, mais aujourd'hui, je vois tout ce que je ne voyais pas dans ce temps-là. Je ne t'en veux pas, tu avais besoin de moi pour ma sœur, pour toi et papa quand il a été opéré pour un cancer. J'ai appris quoi faire pour en avoir soin quand il a eu une stomie, cette période a été dure, trois ans plus tard, il est décédé. Et un jour ton cher fils, mon frère, une fois de plus s'est fait mettre à la porte de son appartement, et tu l'as repris à la maison me promettant qu'il me laisserait tranquille, mais non tout a chaviré et je me suis encore une fois laissée avoir. Je ne pouvais plus l'entendre crier et sacrer contre moi, alors je restais dans ma chambre et c'est là que sur internet, j'ai connu une femme qui vivait à 700 kilomètres de moi. Elle est devenue très importante pour moi, j'en suis tombée amoureuse, et oui en amour avec une femme. Les cris et les bêtises sont devenus alors encore plus présents et plus forts. C'était insupportable, mais cette femme m'a aidée et me parlait tous les jours pour que je ne sois pas seule. Plusieurs jours après, j'ai été hospitalisée pour une influenza que j'ai attrapée de toi. J'ai vu arriver un homme dans ma chambre qui m'a dit qu'à ma sortie de l'hôpital, j'allais dans une maison pour femmes. Tu ne voulais plus que je revienne à la maison, je ne comprenais plus rien après toutes ces années où tu me disais que je ne pouvais partir parce que tu avais besoin de moi. Tu me mettais à la porte de la maison que tu disais la mienne.

---

**Lise Bouchard**  
*Intégration sociale*

CFGA des  
Rives-du-Saguenay  
(Saguenay), CS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :  
Éléonore Vidal,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Saguenay

Voilà maman, tu as brisé ma vie, tu as mis mon cœur en pièces, tu m'as reniée et pourquoi ? Parce que mon frère, ton fils que j'ai aidé et protégé lui aussi, voulait me voir disparaître. J'ai perdu ma mère, ma sœur, et ça fait mal. Encore aujourd'hui, même si ça fait trois ans et demi, je souffre et je me bats pour vivre du mieux que je peux, j'entends encore les menaces de mort, les cris et les bêtises de mon frère, je ressens encore les coups qu'il m'a donnés, la souffrance ne partira jamais. Désolée maman, mais j'aimerais pouvoir oublier que tu es ma mère, oublier que tu as brisé le lien entre nous, mais aujourd'hui, tu n'as plus aucun pouvoir sur moi, je resterai fidèle à mes valeurs, je reprends le contrôle de ma vie et tant pis si pour toi je suis morte. Maintenant je vis ma vie et pas celle que tu voulais me faire vivre. Adieu maman.

# LIBERTÉ INCONDI- TIONNELLE

---

Enfermé dans ma bulle  
Ou dans ma cellule  
Peu importe, ma seule liberté  
Je la retrouve au pays d'Morphée

Malgré tout, j'ai la liberté d'écrire  
D'écrire ce qui me fait rire  
Et ce qui me fait pleurer  
À la place de me cacher

Parce qu'il ne faut pas oublier  
Qu'ici on ne peut pas pleurer  
Le cœur rempli d'amertume  
Les yeux pleins de brume

Tout ce qu'il me reste, c'est rêver  
Rêver que je suis en liberté  
Entouré de mes vrais amis  
Qui resteront à l'infini

Je rêve aussi d'un monde meilleur :  
Pas de prisons, pas de tueurs  
Ni pollution parsemée de terreur  
Ni dirigé par une gang de menteurs

---

**Yannick**  
*Intégration*  
*socioprofessionnelle*

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

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

Liberté crissement surveillée  
Brimant constamment mon intimité  
Sans parler de mon intégrité  
Que j'aimerais bien faire respecter

En parlant de respect  
C'est denrée rare ici  
On pourrait parler de paix ?  
Ben quoi, sait-on jamais !  
Utopiquement impossible, le respect ici : jamais !  
Quelques exceptions ?  
Ne serait-ce qu'illusions...

Certains essaient d'avoir la foi  
D'un je-ne-sais quoi  
Moi j'essaie d'avoir la foi en moi  
Ce qui ne fait pas de moi un roi

Je rêve de garder n'importe quoi  
Que les gardiens ne peuvent toucher  
Ce qu'ils ne peuvent surtout pas me voler  
Quelque chose qui va rester à moi

---

## MA VIE, MON ANXIÉTÉ

---

Depuis que je suis haute comme trois petites pommes, je ne me sens pas comme les autres. Je me sens spéciale. Pour être précise, je me sens timide, stressée et anxieuse. Par contre, ce n'est que depuis peu que je commence à m'en faire. Avant, je ne me souciais de rien, tu sais quand on est jeune.

Les années ont passé. J'ai commencé la maternelle comme tous les enfants de mon âge. Ensuite, il y a eu la première année. Là, ça a commencé à aller moins bien. Déjà, j'avais de la difficulté à l'école. Tellement. J'ai commencé à aller voir une orthopédagogue et ses services m'ont suivie durant

---

trois ans. En troisième année, on m'a dit que ça allait être ma dernière année à cette école-là. Malgré les services d'accompagnement, j'avais encore trop de difficultés à l'école. Mon trouble de l'anxiété était toujours présent en dedans de moi, mais quand on est une jeune enfant, les adultes ne nous croient pas toujours. En plus, j'étais trop petite pour savoir que mon problème portait un nom et que ce n'était pas tous les enfants de ma classe qui étaient comme moi. Les exposés oraux et toutes ces fois où je devais prendre la parole en classe ont fini par m'achever. Je n'en dormais pas la nuit. J'en étais malade. Comment pouvais-je savoir, à cette époque, que cette anxiété allait vivre à l'intérieur de moi ? Personne ne me croyait lorsque je disais comment je me sentais. Ils pensaient que je faisais semblant, que j'inventais tout pour avoir de l'attention ou pour ne pas faire le travail. Chaque fois, cette attention empirait le problème. Ce que je souhaitais par-dessus tout, c'était de la discrétion. Je voulais vivre avec mon besoin particulier, mais mieux le gérer toute seule. Rendue dans une classe spécialisée pour les enfants avec un besoin particulier de type TDA, TDAH, TSA, dysphasique, etc., j'ai commencé à me sentir mieux en moi, car j'avançais. C'était encourageant d'avoir de bonnes notes. Par contre, un rien me stressait.

Un peu plus tard, au secondaire, tout a recommencé. Mes symptômes sont revenus : j'avais toujours les mains moites, je me sentais seule au monde avec cette maladie, malheureusement. Je n'avais pas encore de diagnostic qui me permettait de savoir pourquoi j'étais différente et mal dans ma peau. Tous les exposés, toutes les situations, les gens, en fin de compte, presque tout me rendait stressée. J'ai parlé avec mes quelques amis pour qu'ils puissent m'aider dans mon parcours. J'étais morte de fatigue d'être toujours stressée. C'est épuisant, je vous dis. En première secondaire, vers la moitié de l'année, j'ai commencé à me faire intimider, déjà avec l'anxiété ce n'était pas un duo gagnant. Je ne dormais plus la nuit ou quelques heures seulement. J'ai décidé de dénoncer ces gens-là. Tout s'est bien passé. Après, je n'ai plus entendu parler d'eux. Au moment d'affronter mes examens de fin d'année, j'étais encore plus stressée, j'avais des poches mauves en dessous des yeux tellement je ne

---

**Mégane Rodrigue**

*Alphabétisation*

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

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

dormais plus. L'année suivante, j'ai décidé d'aller voir l'infirmière de mon école pour qu'elle puisse m'aider avec cette maladie. J'étais maintenant convaincue que ça en était une. Je n'étais plus capable. Elle m'a référée à une psychologue pour que j'aie un diagnostic. Ma psychologue m'a aidée durant un an. Elle m'a conseillé d'essayer des pilules naturelles, mais ça n'a aucunement marché pour moi. Ensuite, elle m'a suggéré d'aller voir mon médecin de famille afin qu'il puisse me soutenir avec une médication.

En juin dernier, j'ai été diagnostiquée comme étant une personne avec un trouble de l'anxiété. Mon médecin m'a prescrit un médicament pour une durée d'un mois afin d'évaluer ma condition par la suite. Durant cette rencontre, tout s'est bien déroulé. Par contre, je n'étais pas encore à cent pourcent. Je passais plusieurs nuits blanches. Il m'a donc posé quelques questions. Bien sûr, il a vu que mon dosage n'était pas correct. Mon docteur de famille a augmenté ma posologie de quelques grammes. Heureusement, ça va beaucoup mieux, et je suis capable de dormir. Au pire, je me réveille deux à trois fois par nuit, mais la plupart du temps je dors bien. Je trouve que ma qualité de vie s'est améliorée, mais pas assez à mon goût. Bien sûr, j'ai un suivi régulier avec lui afin qu'on aborde ce qui me trouble toujours. Aussi, ma fatigue est toujours présente. Je suis souvent fatiguée, j'ai les poches sous les yeux. Je ne me sens pas au maximum de ma forme pour passer mes journées, mais j'y arrive quand même et je suis fière de moi. Cette fois-ci, je souhaite de tout mon cœur qu'un jour cela se règle pour de bon. Finalement, si vous aussi vous cohabitez avec l'anxiété, allez consulter.

---

# L'AMOUR D'UNE VIE

---

Tout a commencé quand nous étions en sixième année du primaire. Nous nous sommes rencontrés grâce à notre meilleur ami. Je crois que cela a été la plus belle rencontre ! Tu es devenu la personne la plus importante et la plus belle de ma vie.

Les années ont passé et tes sentiments amoureux se sont développés pour moi. Je me rappelle que tu avais fait le premier pas pour me dévoiler ce que tu ressentais pour moi. Tu m'as avoué que tu m'aimais et que tu voudrais être avec moi. Mais moi, j'ai fait à ma tête et j'ai rejeté ta demande. Je t'aimais tout simplement comme mon meilleur ami...

Je m'en suis énormément voulu. Même encore aujourd'hui, je repense à ce moment et je me dis que t'avoir rejeté a tout changé. Tu ne m'as pas adressé la parole pendant sept mois... Tu ne peux pas savoir à quel point te croiser dans les couloirs de l'école et, surtout, toujours te voir en face de mon casier (vu que tu étais tout juste devant moi) m'a tellement attristée.

Un jour, ma meilleure amie a remarqué que ça me faisait terriblement du mal de ne plus pouvoir te parler. Alors, elle est allée te voir et t'a expliqué comment je me sentais. Tu as enfin décidé de venir me voir et nous nous sommes enfin parlé. Tout s'est arrangé !

Le temps a encore passé, nous étions rendus en troisième secondaire. C'était à mon tour de devenir amoureuse de toi... Un soir, j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai décidé de venir te parler sur Messenger. C'est durant cette soirée-là que tu m'as avoué que c'était réciproque. Nous étions désormais un couple. Je t'aimais tellement que c'était impossible de penser à autre chose qu'à toi.

Mais, plus les jours passaient, plus tu étais distant avec moi... Tu ne me parlais presque plus. Tu m'ignorais pratiquement tous les jours. Je me suis tannée et je suis allée te voir. Tu m'as tout simplement dit : « Je suis comme ça. »

---

**Maude Joly**  
*Présecondaire*

Centre L'Envol (Joliette),  
CS des Samares

Enseignante :  
Stéphanie Saindon,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Lanaudière

Tu m'as embrassée pour la dernière fois et tu es parti. Tu es sorti de ma vie si vite. Je me suis sentie extrêmement mal en dedans de moi. Je suis rentrée à la maison et j'ai encore décidé de te texter, mais tes réponses ne s'affichaient jamais.

Alors, ma meilleure amie t'a écrit pour savoir pourquoi tu me faisais subir toute cette épreuve. Tu lui as répondu : « C'était seulement pour lui faire plaisir. »

Comment penses-tu que je me sentais ? J'ai pleuré pendant deux semaines, tu m'as complètement déchiré le cœur. Et, tu m'as fait perdre toute ma confiance en toi et en moi. On a encore arrêté de se parler pendant un temps. Je sais qu'en parlant comme ça, mon texte peut avoir l'air d'une histoire de « bébé », mais NON !

Si on revient à aujourd'hui, nous sommes maintenant de très bons amis, mais il y a toujours quelque chose qui va mettre un froid entre nous. Car pour moi, tu es le seul garçon pour qui j'ai ressenti un truc si fort. Et je le ressens encore aujourd'hui. Même si je me dis que tu ne mérites pas du tout mes sentiments, je suis incapable de ne pas t'aimer, surtout aujourd'hui.

---

# UNE HISTOIRE, MA RÉALITÉ

---

Un frisson dans le dos, de la sueur dans le front... Des cauchemars dans la tête ou bien dans la vraie vie ? Comment distinguer le vrai du faux ? Aucune idée ! Si jeune étais-je, si impuissante face à cette situation. Cette situation si délicate, si terrible pour une petite fille sans défense.

Si dure a été ma jeunesse. Malgré tout, c'est elle qui fait la jeune femme que je suis devenue.

Voici mon histoire.

Dans mon lointain souvenir, à tout près de quatre ans, j'étais si excitée de commencer l'école. Seulement dès les premières semaines, on m'a collé une étiquette. Malheureusement, celle-ci m'a suivie toute ma jeunesse. J'étais en un claquement de doigts le souffre-douleur de tous les jeunes de mon école. Physiquement et verbalement. Pourquoi ces jeunes m'ont-ils pris ? Ça aurait pu être n'importe qui. À l'époque, je ne voyais pas ça comme une expérience de vie, mais comme un désespoir. Qu'allais-je faire pour que cette étiquette disparaisse ?

Un jour, en troisième année, une nouvelle élève fit son entrée à l'école. Un peu gênée, je l'approche et commence à lui parler. Nous devenons en peu de temps de bonnes amies ! J'étais si fière de m'être fait enfin une amie. Mais cela n'a pas fait le bonheur de tous ! Peu de temps après cette belle rencontre, la mère de ma nouvelle amie m'a ordonné de ne plus jouer avec sa fille. J'étais démolie ! J'ai donc arrêté de parler à mon amie qui ne comprenait pas mon comportement étrange. À ce jour, elle croit toujours que je me suis éloignée de mon plein gré. Je ne lui ai jamais avoué la vérité.

---

Je me suis réfugiée dans mes anciennes habitudes : être solitaire et me faire traiter comme un animal. C'est ce que j'étais en fait, un animal dont personne ne voulait. Un animal battu et maltraité ! J'allais à l'école, mais je ne me concentrais point sur mes études me faisant maltraiter à longueur de journée. Le soir, je retournais dans ma tanière où j'étais le mieux. Les meilleurs moments étaient chez moi, en compagnie de mes parents, qui étaient les seuls à m'apporter de l'affection et de l'amour. La fin de semaine, j'étais chez mes grands-parents, car je n'avais pas de vie sociale. J'allais à la messe les dimanches avec mes grands-parents et le lundi mon calvaire recommençait.

À huit ans, j'ai commencé à me mutiler les avant-bras ainsi que les cuisses. Le plus étonnant est que je ne ressentais pratiquement rien. Voir du sang sortir de mes veines me procurait, pour un instant, le pouvoir de contrôler le mal qui m'arrivait. Je pensais de plus en plus à mettre fin à mes jours. Un soir, en revenant de l'école, je m'installai sur mon lit pour commencer « ma séance » de mutilation, quand ma mère est entrée sans cogner pour me parler. C'est là qu'elle a découvert ce que je faisais. Elle m'a prise dans ses bras et a dit à mon père de préparer la voiture pour aller à l'hôpital.

Après des heures d'attente, le médecin a mis des pansements sur mes plaies et nous a dit qu'il ne pouvait rien faire pour moi mis à part de me donner une semaine de congé.

À la suite de ma semaine de repos, j'étais de retour dans mon calvaire. Mais en pire, on aurait dit que les jeunes étaient dix fois plus méchants. Mis à part que maintenant, il y avait une prof qui avait pris place à ce jeu sordide. Dès qu'elle avait l'occasion, elle me réprimandait.

**J'EN AVAIS ASSEZ DE ME FAIRE TRAITER DE LA SORTE, JE N'EN POUVAIS PLUS ! CETTE FOIS, C'ÉTAIT ASSEZ !**

Pendant une activité avec le service de garde après l'école, j'ai décidé de me mettre un sac de plastique sur la tête devant mes bourreaux. Assise par terre, semi-consciente, espérant un miracle ; qu'enfin je me réveille de cet affreux cauchemar. Que tout s'arrête, que les gens soient gentils. Tout ce que j'entendais était les cris des jeunes :

« Elle fake, c't'une conne, elle mérite de mourir. »

---

Une surveillante est venue m'enlever le sac après trois ou quatre minutes. Elle a appelé ma mère. Pour la suite, l'ambulance m'a emmenée à l'hôpital de Gatineau. Mais je ne me souviens plus vraiment, je cite les dires de ma mère, car à partir des cris des jeunes, tout est flou.

Pendant mon séjour à Gatineau, j'ai été trimballée d'un bord à l'autre : tests, prise de sang, rayon X, IRM, j'ai tout fait. Par la suite, j'ai rencontré une psychologue pour ma tentative de suicide. Ils m'ont admise dans un centre spécialisé pour les adolescents suicidaires. C'est à ce moment que j'ai eu un soulagement, j'ai vu que ce n'était pas moi le problème. J'étais soi-disant normale ! Enfin, un professionnel me prenait au sérieux !

J'ai été internée deux mois, deux mois à voir une psy tous les jours. Je suis sortie de là avec une médication pour gérer l'anxiété, des rencontres obligatoires et des plans d'intervention. Des rencontres avec une psy et travailleuse sociale étaient planifiées pour augmenter ma confiance en moi ainsi qu'améliorer ma personnalité pour pouvoir m'apprécier en tant que personne. J'ai travaillé fort !

Évidemment, j'ai changé d'école, je suis allée à Mont-Laurier. J'étais en classe de soutien au secondaire, car mes études avaient pris le bord. J'avais à peine ma deuxième année d'acquis. J'ai donc décidé, avec l'appui de ma mère, que la prochaine année scolaire serait à la maison pour avancer le plus possible, afin qu'à 16 ans, je puisse m'inscrire au Centre Christ-Roi. J'ai fait trois années d'école à la maison, j'ai acquis mes troisième, quatrième, cinquième et sixième années. En plus, j'ai vu une psychologue, une art-thérapeute et une travailleuse sociale. Je me suis solidifiée, j'ai appris à m'aimer et à être respectée à ma juste valeur.

Je vous fais part de mon histoire aujourd'hui, car j'entame ma deuxième année au Centre Christ-Roi. Je suis en route vers ma troisième secondaire. J'avance vite et bien. Je suis outillée comme une pro. Plus rien ne m'atteint. Bien sûr, je fais toujours de l'anxiété et j'ai une peur constante de l'abandon. Mais je m'apprécie et plus personne ne peut m'attaquer. Je ne me laisse plus faire !

---

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

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

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

J'ai pardonné à mes agresseurs et intimidateurs, car, sans eux, je n'aurais jamais eu toutes les connaissances et la maturité que j'ai aujourd'hui.

Sans rancune !

P.-S. – Un conseil, même dans les pires moments, il y a du positif. On n'est jamais seul, il y a plein de ressources aujourd'hui pour t'aider à t'en sortir. Tu es une personne à part entière, tu mérites d'être heureuse et d'être respectée! Ne te laisse jamais, au grand jamais, abattre par les autres. Ils ne te méritent pas. Apprécie-toi et fais ce qui est bien pour toi!

Centres de prévention du suicide au Québec  
1-866-APPELLE

---

## LÉODAGAN L'ÉCUYER

---

J'étais heureux. En travaillant pour Jean le Chevalier Sans Cœur comme écuyer, j'étais enfin parvenu, avec mon maigre gain, à acheter une bague de fiançailles pour ma belle.

« Dès mon retour du voyage, je demanderai Ludivine en mariage! »

« Mon pauvre, le père de Ludivine ne voudra jamais qu'elle marie un maraud de ton espèce, tu vois bien que c'est peine perdue! », dit-il d'un air paltoquet.

Je me tus, je n'en pouvais plus. « Léodagan, n'écoute plus ce malotru », me disais-je à répétition. Ce n'était pas la première fois que Jean me parlait de la sorte. Chaque fois que je passais du temps avec Ludivine, il venait me rappeler ma place. Tout cela pourquoi? Parce que j'étais un simple

---

écuyer, que je ne méritais pas cette femme ! Le faisait-il par simple jalousie ? Dans tous les cas, je ne devais pas l'écouter lui, mais plutôt mon cœur et l'amour que je ressentais pour Ludivine.

Alors que j'étais toujours plongé dans mes pensées, Jean continua de me parler, mais je ne l'écoutais plus. Nous galopions à cheval vers Caselac, là où Jean avait été appelé pour son service militaire. J'espérais de tout mon cœur que ce n'était pas pour une bataille. Le voyage fut long, nos chevaux avaient faim et soif, ainsi je proposai à Jean d'arrêter à l'auberge pour la nuit. Je pris alors ma propre chambre, je voulais être seul, j'en avais assez. Je pensais sincèrement abandonner mon rêve de devenir chevalier un jour. Le travail était dur et Jean n'aidait pas à la tâche, il était toujours là pour me rabaisser. Cela faisait plusieurs semaines que j'y pensais. Je me disais que tous les chevaliers étaient passés par là et que je le pouvais moi aussi, mais peut-être que je n'étais pas fait pour ça.

Dès l'aube, nous étions déjà en route, le temps était pour une fois extraordinaire. Jean s'était levé du bon pied et, il faut me croire, c'était rarissime. Nous arrivâmes aux portes de Caselac vers midi. C'était la toute première fois que j'y mettais les pieds et je devais admettre que c'était amplement plus beau que dans mon imagination. Devant nous se trouvaient deux gardes armés d'une lance et d'un bouclier orné de l'emblème de la famille Finreal, qui dirigeait le château.

« Halte-là, présentez-vous ! », dit un des gardes en faisant un signe de la main.

Jean prit la parole d'un ton digne d'un ogre : « Je suis Jean le Chevalier Sans Cœur, fils de Fervon Peston. Je suis ici en compagnie de mon humble écuyer pour le rassemblement militaire. »

« Aucun rassemblement n'a lieu en cet endroit, sir Jean », fit comprendre le garde à gauche de la porte.

Jean resta surpris, il avait bien lu la lettre qui demandait un rassemblement à Caselac.

---

« Messieurs, à vrai dire, vous n'êtes pas les seuls à être venus pour la même raison, mais il n'y a pas eu d'alerte de rassemblement militaire. »

C'est alors que je compris pourquoi cette missive avait été écrite, c'était un moyen de rassembler la plupart des chevaliers de Montignac vers Caselac pour avoir de meilleures chances d'envahir la ville.

Je devais faire part de ma découverte à Jean, mais au même moment, Jean me fit signe de le rejoindre vers la taverne pour lui enlever son armure. Je savais pertinemment qu'il fallait repartir au plus vite.

C'est alors que, d'un air décidé, je criai à Jean : « Il faut vite repartir à Montignac, la lettre n'était qu'une feinte de l'ennemi ! »

Jean répondit après un silence de quelques secondes : « Es-tu sûr de ce que tu affirmes, la route vers notre village est très longue. »

« Pour une fois, Jean, faites-moi confiance. »

Nous reprîmes la route vers Montignac. À la tombée de la nuit, nous arrivâmes à notre destination. Il ne restait rien sauf cendres et désespoir. Des cadavres jonchaient les chemins du village. J'avais peur, je ne voulais pas croire que Ludivine était morte. J'avais cherché partout. Je ne retrouvais pas son cadavre, ce qui me faisait heureusement penser qu'elle avait réussi à s'enfuir. Jean, quant à lui, était déstabilisé, il ne pensait pas que la famille Mortraille allait en arriver là. Après plusieurs heures de recherche, je repensai à la cachette dont Ludivine m'avait parlé pendant une discussion amusante, mais je pensais que c'était une plaisanterie. La cachette se trouvait dans le foyer de la maison du père de Ludivine, maintenant en ruine. Je n'avais plus qu'à espérer que l'entrée soit toujours intacte. Sur les lieux, la plus belle maison de tout le village n'était plus qu'un résidu de cendres. Heureusement, à côté de ladite cheminée, se trouvait bien une trappe là où était le feu. Derrière la trappe se trouvait un escalier.

---

J'entrai à l'intérieur du tunnel pendant que Jean était toujours dehors à la recherche de survivants. Le lieu était assez sombre, l'ambiance était sordide, lugubre et dégoûtante. Ma simple torche ne suffisait pas à éclairer une partie du chemin. Je commençai à appeler Ludivine et son père Christophe: « Christophe, Ludivine, c'est moi... »

Ma torche s'éteignit instantanément, des frissons parcoururent en un instant toutes les parties de mon corps. Un bruit étrange vint piquer mes oreilles et, d'un coup, des centaines de lumières allumèrent le grand couloir. Les couleurs de la lumière ne ressemblaient pas à celles d'une torche et aucune chaleur n'émanait d'elles. Tous ces événements étranges me laissèrent sur le qui-vive.

Au bout d'un moment, le couloir s'arrêta sur une grande salle comme je n'en avais jamais vu auparavant. Les murs étaient d'une couleur blanche éclatante, mais c'était vide. Au milieu se trouvait une porte, en m'approchant de celle-ci, elle s'ouvrit et, d'un coup, elle m'aspira.

Je me réveillai couché dans un lit. Ludivine était assise à côté de moi avec des vêtements que je ne connaissais guère.

« Ludivine, où suis-je, quel est cet endroit ? »

« Léodagan, bienvenue en 2244. »

---

**Samy Fontaine Plourde**

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

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

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

---

# MON PREMIER AMOUR

---

Tu m'as vu, je t'ai vu, on s'est reconnus. Tu m'as souri et mon cœur a fondu. Tu étais mon premier amour.

Tu étais au coin de la rue, tu m'as prise au dépourvu. J'ai tout de suite cru en nos chances de faire plusieurs années ensemble. Dès que l'on s'est aperçus, on n'était pas déçus. On savait qu'on ne s'aimerait pas qu'à moitié. Tellement, que j'en suis devenue ta moitié.

J'aime être près de toi, à tout instant. C'est pourquoi nous vaincrons les plus grands tourments et nous resterons ensemble afin de vivre passionnément notre amour.

Tu es ce que j'attendais depuis toujours, te voilà désormais. Mon premier amour, celui qui m'accompagnera à tout jamais. Même dans les méandres, tu resteras à mes côtés. Quoi qu'il arrive, quoi qu'il advienne, tu feras partie de ma vie.

Tu es mon guide, je te suivrai afin que nos chemins ne se séparent pas. La route sera peut-être longue, mais je ne me fatiguerai jamais, car je serai à tes côtés. Tu es mon rayon de soleil qui illumine ma vie à chaque instant. Un simple sourire de toi peut ensoleiller chaque moment.

Je te fais la promesse de t'être fidèle pour toujours et surtout d'être là, pour toi, à chaque instant. On aura probablement à traverser plusieurs ponts, mais cela ne détruira jamais notre histoire. On vaincra, en amont, les démons qui se retrouveront sur notre parcours.

Sache que chaque moment avec toi n'est jamais suffisant. Il ne dure jamais assez longtemps. Je veux que tu fasses partie de ma vie en tout temps. Tu es la raison de mon sourire. Notre couple vaut la peine d'exister.

Je ne sais comment te dire tous les sentiments que j'ai pour toi, alors je préfère l'écrire. Au fond de moi, tu restes la personne que j'aime depuis toujours. Mon cœur bat vite, mes idées s'embrouillent et me font dire n'importe quoi, mes jambes flageolent, le coup de foudre provoque des réactions chimiques incontrôlables dans mon cerveau.

---

En cherchant à te comprendre, je t'ai ouvert mon cœur et toi tu m'as ouvert le tien. On s'est fait confiance. On a laissé notre peur de côté.

On s'est juré instantanément amour et fidélité... D'ailleurs, la fidélité se crée quand l'amour est plus fort que l'instinct. Sans avoir besoin de dire quoi que ce soit, on s'est aimés, on s'aime et l'on s'aimera toujours. On en sèmera même des enfants sans s'emprisonner, car :

- Aimer, c'est savoir dire je t'aime, sans parler. Aimer unit, mais n'emprisonne pas.
- Aimer est un trésor fabuleux, presque miraculeux : c'est une immense fortune d'être deux.
- Aimer, c'est s'unir pour vivre côte à côte le meilleur et combattre ensemble le pire.
- Aimer, c'est un art patient !

---

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

Centre A.-W.-Gagné  
(Sept-Îles), CS du Fer

Enseignante :  
Elise Leblanc,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région du Fer

---

## AIMER, ÇA FAIT MAL

C'est quoi être heureux ?  
Être bien dans sa peau ?  
Et avant tout s'aimer ?

Tout commence dans un petit village de la Mauricie. Je suis né non désiré d'une mère soumise et d'un père alcoolique batteur de femmes. Je ne peux expliquer pourquoi, mais les souvenirs des dix premières années de ma vie se sont cachés dans un tiroir au fond de ma mémoire. Les souvenirs qui me viennent très rapidement, ce sont ceux de la chicane entre mon père et ma mère. Je sais ce que c'est que de voir quelqu'un changer, j'avais un père alcoolique. Je suis devenu doué pour interpréter les humeurs. Avec les alcooliques, c'est périlleux, car ils sont très versatiles. Légers, rieurs, et tout à coup le visage devient une grimace haineuse... PAF ! Main ouverte ou poing fermé, ça dépend... Après coup, il est toujours désolé, vraiment, vraiment désolé. Il promet qu'il va changer. Et ça recommence.

---

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

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

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

J'ai appris à cacher mes émotions et mes sentiments au plus profond de moi depuis ma plus tendre enfance. Encore aujourd'hui, j'ai le goût de tout arrêter pour ne pas avoir à me défendre de ce qui est arrivé. Ne pas avoir à me justifier. Très jeune, j'ai appris que je pouvais tout faire dans la vie, sans regrets ni pleurs. Il faut juste assumer les conséquences de ses actes. Il n'y a pas de problème, il y a juste des solutions. Et moi, pour assumer, je fais de la prison, car je n'ai pas toujours pris de bonnes décisions pour régler mes problèmes. Ils vont bientôt me libérer, mais j'ai peur. Parce que j'ai passé la majeure partie de ma vie en prison, je vais avoir besoin d'aide. Mais la dernière fois que j'ai été libre, je n'ai pas été capable d'accepter l'aide de personne et j'ai tout saboté. Je suis revenu au point de départ, être seul. Même si ici, on n'est jamais seul.

Je n'ai jamais demandé la charité. Être obligé de se rabaisser, s'humilier pour en bout de ligne se faire ridiculiser, ça donne quoi ? C'est drôle à dire, mais je suis bien en prison. Ça va comme je le veux. Je ne vis pas d'émotions ou de sentiments. Non, excusez-moi, je ne veux pas vivre d'émotions. Avec le temps, j'ai appris à me faire accepter, à m'intégrer au groupe. À me rendre indispensable. Ou presque. D'un autre côté, j'ai la faculté de fermer la *switch* et ça depuis que je suis tout petit. Refouler mes pensées. Vivre ici. Dans ma tête, c'est froid. Je ne m'attache à personne. Mon cœur ne me le permet pas. Même si je sais que ça pourrait me tuer un jour...

Je ne commencerai pas à analyser tous les moments de ma vie, je n'en vois pas l'utilité. Ce que je sais, c'est qu'aimer, ça fait mal. Avant que ça devienne trop fort, je laisse tomber. Je sabote. Je pars loin. Tout seul. Souffrir, il n'y a rien d'intéressant là-dedans. Comment pourrais-je entrer une autre sorte de pensée dans ma tête ? Depuis que je suis petit, j'ai compris que si je m'attache, ça finit mal. Je finis tout seul de toute façon. Et c'est ça qui fait mal. Au final, je n'ai jamais voulu aimer. Alors, pourquoi apprendre à m'aimer...

---

# UNE FAMILLE QUI A DE LA DIFFICULTÉ À ACCEPTER CE QUE JE SUIS

---

Sais-tu à quel point il est difficile de ne pas se sentir acceptée dans sa propre famille pour une raison banale ? Je vais t'expliquer ce qui s'est passé dans ma vie pour que ma famille me rejette.

J'avais 13 ans quand j'ai dit à mon père et à ma belle-mère que j'étais bisexuelle. Ce jour-là, tout mon monde s'est écroulé. La réaction de ma belle-mère m'a complètement brisé le cœur. Elle disait qu'elle n'acceptait pas le fait que je puisse sortir autant avec une femme qu'avec un homme.

Je n'oublierai jamais la réaction de mon père, il a su me faire sentir bien comme j'étais. Il m'a dit : « Mimi, peu importe que tu aimes les filles ou les garçons, l'important c'est que tu sois heureuse. » Quelques jours après, j'ai dit la même chose à ma mère, elle m'a tout simplement dit que c'était une passe. Ma grand-mère maternelle et mon grand-père maternel m'ont dit la même chose. Mes soeurs et mes frères ne comprenaient pas trop pourquoi je disais être bisexuelle, car je ne leur avais pas vraiment expliqué.

## **Les secrets**

J'avais dit à toute ma famille que j'étais bisexuelle pour voir leur réaction et ce que je pouvais leur annoncer. Je me suis cachée pendant trois autres années, à mentir sur mon orientation sexuelle. J'essayais de le dire à mes amies et plusieurs ont eu une super belle réaction comme me prendre dans leurs bras et me dire bienvenue dans le clan « des peurs de le dire à sa famille ». J'avais tellement peur de faire un nouveau *coming out* à ma famille que je n'ai rien dit à personne pendant trois ans. Après trois ans, j'ai essayé d'en parler, mais à chaque fois, personne ne m'écoutait. Alors, j'ai complètement abandonné.

---

### **Suivre la vague**

Mon Dieu ! Je dis merci à toutes les personnes qui sont restées à mes côtés malgré tout.

Une de mes amies, Sarah, a fait son *coming out* sur Facebook et ce n'était pas la première de mes amies à le faire... Alors, j'ai eu envie de me lancer aussi. Je me suis dit que j'allais me faire juger, insulter, intimider ou rejeter à nouveau, j'avais tellement peur.

Un jour, je me suis dit que je devais le faire, que je devais dire qui j'étais vraiment à tout le monde. J'étais arrivée à un point où je n'étais vraiment plus capable de me cacher. J'avais vraiment besoin de m'ouvrir à nouveau. Je devais dire la vérité aux personnes que j'aime, donc cette journée-là, je me suis vraiment lancée.

### **Mon coming out sur Facebook**

J'ai eu peur, mais je me suis mise à écrire le beau petit paragraphe qui suit.

-COMING OUT-

Je ne sais pas comment le dire, mais je dois l'écrire parce que je me cache beaucoup par rapport à mon orientation sexuelle. Oui, j'y pense de plus en plus sérieusement et je pense qu'il est temps que le monde sache qu'effectivement, je suis dans les -LGBTQ+-. Je m'étais vraiment mal située plus jeune, car je croyais faire partie des bisexuelles, je me suis rendu compte que pansexuel et bisexuel ne sont pas très différents... Bisexuel (bi), c'est quelqu'un qui aime autant les filles que les garçons, mais pansexuel (pan), c'est que peu importe ce que tu as entre les jambes, la personne s'en fout complètement parce qu'elle ne t'aime pas pour ton physique, elle t'aime pour qui tu es à l'intérieur et non pour l'extérieur. Je me suis rendu compte que pan me représentait beaucoup plus que bi. Je ne savais pas comment vous le dire parce que j'avais tellement peur de me faire juger ou de me faire insulter. Je le fais ici... Je vous aime, bonne soirée.

---

## Les réactions

La mère de mon amie m'a écrit : « Je t'aime aussi ! ». Sarah m'a écrit : « Moi, je t'aime comme tu es. » Une de mes bonnes amies m'a écrit : « Ne t'inquiète pas, jamais je vais te juger ou te critiquer. Au contraire, je t'aime telle que tu es. Jamais tu vas changer pour moi, tu resteras ma jumelle que tu sois pan ou bi. Tu es un humain comme les autres. Bref, je suis contente que tu t'assumes enfin et je t'adore. » Le texte qui m'a le plus touchée fut le suivant : « On ne se connaît pas, mais bravo ! Sérieusement, ça prend beaucoup de courage pour faire ça. Je te félicite et tu as mon soutien à cent pourcent. »

Cependant, la réaction des membres de ma famille a été la même que celle trois ans plus tôt. Je n'y pouvais rien, je les ai donc laissés faire leur choix de m'accepter ou non, mais pour la première fois, ils m'ont compris dans le choix que je faisais.

## Maintenant

Je me sens moi-même, je me sens acceptée même si ma famille n'est pas cent pourcent en accord avec mon *coming out*. L'important c'est que je me sens bien dans ma peau, dans ma tête et dans mon corps. Ce que les autres peuvent penser, je dois le mettre de côté pour continuer à avancer. Laissons les personnes contre notre ouverture en arrière et marchons avec les personnes qui se sont ouvertes à notre différence, aux personnes qui nous ont soutenus, aux personnes qui sont restées à nos côtés, aux personnes qui nous aiment comme nous sommes. Depuis que j'ai révélé à tout le monde qui était la vraie moi, les personnes me voient autrement et m'acceptent maintenant comme je suis.

---

Amy Marcotte

1<sup>er</sup> cycle

Centre Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CS des Chênes

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

---

# LE GÉANT DE LA RIVIÈRE DES PRAIRIES

---

En ce jour d'automne, où les couleurs et le temps maussade nous rappellent que l'hiver est à nos portes, je file sur le boulevard Gouin en direction est. Je suis à bord de mon fidèle associé des trois dernières années, un « boom truck » six roues, dégingué, qui malgré son essoufflement m'amène toujours à bon port.

Je suis impressionné par la beauté des maisons de ce quartier cosu et par certaines qui sont gigantesques. Mon devis de travail m'indique que je dois faire l'abattage d'un peuplier sur le bord de l'eau derrière l'un de ces magnifiques palaces.

Arrivé à destination, le propriétaire m'attend dans le stationnement avec un symptôme de stress évident. Après lui avoir serré la main, je le suis derrière la maison où se trouve le coupable de son anxiété. Lorsque je vois le monstre, je comprends. Ce mastodonte a une hauteur d'au moins 90 pieds et sa base a un diamètre de 60 pouces. M. Anxieux me regarde et attend mon diagnostic avec impatience.

Je peux comprendre qu'il soit si angoissé. Tout comme la ruée vers l'or au XIX<sup>e</sup> siècle, il y a eu la ruée vers l'émondage à la suite de la crise du verglas en 1998. Il y a eu plusieurs accidents graves reliés à cette vague d'émondeurs en herbe. Moi-même, j'ai migré vers Montréal en 1999 pour profiter de la manne. Mon expérience se résumait à avoir fait de l'abattage dans les Laurentides. Dans la rubrique Emplois du journal, j'ai aperçu une annonce où l'on demandait des émondeurs avec expérience et des gars qui savaient se servir d'une scie mécanique. La deuxième option était dans mes cordes. Je me suis rendu à l'adresse indiquée le lendemain matin. Celui qui m'a accueilli m'a dit : « T'embarques avec l'Indien qui a une couette là-bas, pis tu fais ce qu'il te dit... » Je trouve cette entrée en matière assez radicale, mais bon ! J'ai besoin d'une job...

---

Lorsque je me présente à la couette, je lui tends la main, il me regarde avec un air méprisant et me dit : « Embarque dans le truck bleu, je reviens ça ne sera pas long... » Lorsque je m'assois dans le camion, une forte odeur d'alcool me monte au nez. Je me dis qu'il doit être sur un lendemain de brosse, voilà la raison de son air bête... Une demi-heure plus tard, M. Sympa revient avec une méga tasse à la main. Lorsque nous roulons, il y a un malaise, un silence que je ne sais comment briser. Je lui dis : « Ça va ? » Il me répond : « Tu es le troisième qu'il m'envoie en un mois, les gars tough pas avec moi, je n'endure pas ceux qui ont les doigts dans le nez. » Je ne sais quoi répondre à ça, la seule chose que je peux faire est de lui prouver ma valeur en ayant les doigts à la bonne place. Après une journée avec mon bourreau, je remarque qu'il est pas mal plus jasant sur le chemin du retour. Je constate aussi qu'il y a encore du café dans sa tasse, et ce, malgré aucun arrêt dans un Tim Hortons. J'allume et je comprends que ce n'est pas du café qu'elle contient. Après trois mois de formation avec la couette éthylique, le patron me donne une promotion et me confie les reines de mon bon vieux International six roues.

Nous sommes toujours là à regarder le monstre et, pour faire diminuer le niveau de stress du proprio, je lui explique que je vais abattre le géant par section. Pour me simplifier la tâche, il me donne l'autorisation d'embarquer sur le gazon avec le camion. Pendant que j'affile ma scie, je constate qu'il y a plusieurs fourmis charpentières qui longent le tronc et qui se fauflent dans une cavité. J'insère ma main à l'intérieur du cratère et je réalise que mes p'tites amies à mandibules y ont élu domicile depuis fort longtemps.

Cette constatation me confirme que la ramure de l'arbre n'est pas assez sécuritaire pour que je puisse y grimper. Alors je m'installe dans la nacelle et je commence l'ascension du colosse. Arrivé au maximum, je me rends compte qu'il me manque un bon quinze pieds pour élaguer les premières sections. La pression est grande, car il y a de l'ouvrage pour les fous pis les fins. Alors, je réfléchis rapidement. Il y a un faible vent en direction de la rivière et j'ai deux gars qui sont là avec le *chipper* (broyeur de branches) qui vont pouvoir tirer sur le câble que j'aurai attaché le plus haut possible. Ma décision est prise, je vais couper une section de vingt-cinq pieds d'un seul coup.

---

**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

Après avoir attaché le câble solidement et choisi l'endroit de ma coupe, je démarre ma scie puis je lance un regard complice vers mes deux acolytes pour être sûr qu'ils sont prêts. Je découpe une bouche de PAC MAN comme on dit dans le jargon des émondeurs pour avoir la direction souhaitée. Ensuite, je commence la coupe à l'opposé et je crie à mes deux comparses de tirer. Au même moment, le vent se lève à contrecourant, je vois la tête se redresser vers moi avec un craquement sinistre CRACCC... Oh ! Merde ! sont les seuls mots que j'ai le temps de prononcer avant que cette gigantesque partie du monstre ne tourne sur elle-même, décroche de son socle et se dirige tout droit vers moi. Je me suis recroquevillé dans la nacelle qui fut pulvérisée sous la force de l'impact. Je suis resté suspendu au bout du mat comme une marionnette géante. Pendant un court moment, ma vie n'a tenu qu'à un fil. Heureusement qu'une semaine avant l'évènement, nous avions eu comme consigne de toujours porter notre ceinture et de nous attacher au crochet du mat prévu à cet effet. Un règlement, qui lorsqu'on me l'a exigé me semblait ridicule, m'a sauvé la vie. Un nouveau véhicule et trois jours supplémentaires furent nécessaires pour compléter le travail.

Après une bonne frousse et quelques égratignures, j'ai finalement vaincu Goliath.

# LES LARMES, LA SUEUR ET LE SANG

---

Je vais vous raconter l'histoire d'un jeune garçon. Un enfant calme, facile à aimer et qui voulait toujours tout savoir. Un garçon qui, à la surface, était sain, rayonnant et toujours de bonne humeur. Mais à l'intérieur de celui-ci se cachait un être fragile se blottissant derrière une carapace et qui se recroquevillait dans un coin. Un enfant oublié pendant de nombreuses soirées qui essayait seulement de survivre.

Au début des années 1980, un jeune couple attendait un enfant qui n'avait pas demandé à naître et encore moins décidé de l'étoile sous laquelle il atterrirait. Celui-ci avait donc été élevé dans un milieu sombre : une maison où la drogue était toujours présente, un nid où la chicane faisait partie du quotidien et où la manipulation était de mise. Déjà à un tout jeune âge, celui-ci pouvait respirer l'air malsain et l'odeur de la beuverie des derniers jours. Il pouvait malgré lui constater régulièrement les vestiges de la veille : les sachets consommés quelques heures auparavant et les cendriers qui débordaient. Malheureusement, tout cela représentait la normalité pour lui. Le fait de vivre entouré d'adultes intoxiqués l'obligea à grandir et à oublier l'enfant qu'il était. Il avait appris à vivre avec cela. En fait, il survivait.

---

## **Les larmes**

Dans cette histoire, l'enfant en question, qui avait atteint l'âge de sept ans, se retrouva sous la garde de sa mère. Celle-ci, pour qui les amis et les soirées étaient la priorité et qui considérait sa progéniture comme un fardeau, se souciait peu des besoins de son fils. Cette seule figure maternelle lui enseigna à haïr son père. En réalité, celui-ci aimait vraiment son fils et était comme lui : gentil, doux et intelligent. Déchiré entre l'amour qu'il éprouvait pour son garçon, ses problèmes de dépendance et les mensonges de son ex-conjointe à son égard, il devait se battre pour avoir la chance de voir son fils. L'acharnement de la mère contre son ex-conjoint finit par conduire celui-ci en prison, où sa vie prit fin.

À ses huit ans, le jeune garçon vivait donc seul avec sa mère. Il devait subir constamment ses soirées arrosées ainsi que ses amis éphémères qui étaient de passage pour la soirée. Même les jours de sobriété semblaient longs et très lourds, car sa mère était incapable d'affronter son quotidien qui la culpabilisait trop.

L'encadrement, l'encouragement et l'amour étaient seulement ce que désirait l'enfant. Dès l'âge de dix ans, il commença la cigarette et peu de temps après la drogue. Il dut faire tout son possible pour oublier qui il était vraiment. Un jour, sa mère tenta de s'enlever la vie et il dut à nouveau subir les conséquences de ses erreurs : il embarqua alors dans l'engrenage de la Direction de la protection de la jeunesse. Cette expérience dura quelques mois, ce qui l'amena contre toute attente à se réjouir de son retour à sa maison. Il voulait seulement retrouver sa liberté. Celle de consommer pour mieux oublier sa misérable vie et de pouvoir manquer l'école. Pour s'acheter des trucs à son goût, celui-ci devait vendre de la drogue, ce qui l'aidait également à payer la sienne. Bien entendu, l'école le força à s'en aller à 14 ans, il dut donc déménager pour trouver une école qui l'accepterait.

## **La sueur**

À ses 17 ans, le garçon, qui désirait voler de ses propres ailes, déménagea suffisamment loin pour tenter d'oublier son ancienne vie. Une vie dans laquelle ses amis finissaient en prison ou en centre d'accueil. Il dénicha un emploi qui

---

semblait sympathique, mais dans les faits, celui-ci était simplement moins difficile à vivre que ce qu'il avait l'habitude d'endurer. Rapidement, il passa d'un emploi à un autre en cherchant toujours à se dépasser et à atteindre son plein potentiel. Malheureusement, avec sa scolarité, c'était presque impossible. Les abus et le refoulement avaient atteint ses limites et il devint malade. Et cette maladie chronique lui ruina considérablement la vie. Il perdit alors tout ce qu'il avait réussi à bâtir. Dans un état pitoyable, il n'eut pas le choix de retourner chez sa mère, aidé par le copain de celle-ci, un homme gentil et généreux, en effet, il était lui aussi sous l'emprise de sa mère, tout comme l'avait été son père à l'époque. C'est d'ailleurs à ce moment qu'il découvrit vraiment qui était cette femme : une personne extrêmement méchante et manipulatrice.

### **Le sang**

De retour auprès de ses anciens copains, le garçon retomba dans la déchéance et se mit à consommer de la cocaïne en plus de devoir surmonter sa dépression. Un jour, tout comme son père des années auparavant, le jeune homme fut frappé par un accident vasculaire cérébral. Après cet épisode, il reprit le contrôle de sa vie et apprit à s'éloigner des gens nocifs qui l'entouraient. Tranquillement, il réussit à avancer en montant chaque marche de la vie, jusqu'au jour où il rencontra une femme à l'opposé complètement de son style de vie et de son passé. Inspiré par celle-ci, il comprit vite que dorénavant, sa vie et son sort ne dépendraient plus de personne d'autre que de lui.

### **Un nouveau départ**

Un jour, ce garçon réalisa qu'il pouvait créer la famille dont il avait toujours rêvé. Aujourd'hui, cet homme partage sa vie avec une conjointe exemplaire et deux magnifiques enfants. Il finit par retourner sur les bancs d'école afin de terminer l'inachevé. En effet, il désirait plus que tout se servir de ses cicatrices et de son histoire en l'utilisant positivement pour aider les autres. Tout cela donnerait enfin un sens à tout ce qu'il avait vécu !

Cette histoire n'est pas fictive ni romancée. Elle est peut-être un peu altérée et fragmentée par des blessures refoulées, mais elle est bien réelle. Et ce garçon... c'est moi.

---

**Jayson**

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

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

---

# LETTRE À RYAN

---

Cher frère,

Dès le jour de ta naissance, je savais que t'allais être une source d'inspiration dans ma vie, car t'avais un caractère fort. Déjà à l'âge de trois ans, tu as demandé à papa quand ta barbe allait pousser et il t'a répondu que tu étais une fille et elles n'en ont pas. Je t'ai trouvée courageuse de t'affirmer à cette époque. Tu préférais jouer avec des Tonka dans le sable plutôt que de t'amuser aux poupées Barbie avec moi. Lorsque t'es rentrée à l'école primaire, c'est toi qui venais me défendre quand je me faisais intimider par les autres élèves. Au fil des années, tu m'aidais souvent avec mes devoirs et mes leçons, car j'avais de la difficulté à les compléter. Un jour d'été, nous avons été victimes d'un acte criminel à caractère sexuel et tu as été la première à le dire puisque j'en étais incapable. C'est grâce à ton audace que t'es passée au travers de cette épreuve et ça m'a grandement aidée en à faire autant de mon côté.

Lors de ta rentrée dans ta première école secondaire, tu y es allée progressivement et paisiblement. Les jours se succédaient, mais ne se ressemblaient pas parce que tu commençais à te faire intimider par les élèves pour tout et pour rien. Un jour, tu en as eu assez de te faire menacer, donc tu as décidé de régler toi-même la situation en te battant avec ton intimidateur, car tu étais tannée de l'inaction du personnel enseignant. Deux ans plus tard, tu rentrais dans une polyvalente où tout ton parcours personnel et académique a basculé, puisque tu as commencé à consommer des substances illicites et cela te permettait d'être heureuse durant un court moment. Dans les jours suivants, tu as amorcé l'entaillage de tes avant-bras avec un couteau de poche sans franchir le fil mince entre la vie et la mort malgré le soutien constant que je te donnais. Tu ne te sentais pas bien dans ton corps et tes notes dégringolaient. Tu étais une fille forte qui ne voyait pas encore ses rêves se réaliser. Après ces deux années d'enfer, tu as fait ton entrée

---

dans une autre polyvalente et tes pensées noires étaient parties, même ta consommation avait diminué parce que tu avais retrouvé un équilibre de vie avec l'amour de notre famille et l'aide précieuse de psychologues.

Maintenant, tu es passée par l'éducation des adultes pour aller chercher les crédits nécessaires pour accéder à une formation professionnelle. Tu as étudié dans le domaine que t'aimes par-dessus tout : la cuisine. Tu as obtenu avec succès ton diplôme d'études professionnelles. Tu as réussi avec panache à t'accepter tel que t'es et t'as eu le cran nécessaire pour nous dire que tu étais un garçon né dans le mauvais corps. Je suis en grande admiration envers toi parce qu'avec ton zèle, tu m'as donné la force de m'affirmer pleinement dans mon existence. Je sais que nos épreuves ont forgé notre caractère de cochon. T'es devenu un jeune homme formidable et travaillant qui me motive chaque jour à réaliser mes propres objectifs de carrière. Tu es désormais un excellent sous-chef d'un restaurant d'exception. Je sais, Ryan, que dans les années à venir, tu devras passer sur la table d'opération à de nombreuses reprises pour avoir le corps de l'homme accompli que t'es. Je suis très fière de t'avoir comme petit frère et je te remercie d'être présent dans ma vie.

De ta sœur qui t'aime énormément,

Caroline

---

**Caroline Potvin**

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

CFGA De La Jonquière  
(Jonquière),

CS De La Jonquière

Enseignantes :

Isabelle Coulombe et  
Sabrina Giroux-Bergeron,

Syndicat de  
l'enseignement  
De La Jonquière

---

# LE SUICIDE

---

Lorsque je ferme les yeux pour essayer d'apaiser ma souffrance, une image revient sans cesse dans ma tête. Celle où je vois ton visage qui avait déjà perdu de sa vitalité avant même l'heure de ta mort. Tes yeux, qui étaient lumineux, sont devenus soudain ténébreux. Plus rien ne pouvait t'apaiser, même pas l'alcool qui coulait à flots dans ta gorge.

Tu n'as même pas eu le temps de mettre ta toge avant de te retrouver à la morgue. Tu as décidé de t'enlever la vie afin de mettre fin à tes problèmes sans fin.

Cela était loin d'être la meilleure option, mais pour toi, c'était la solution. La plus simple et la plus facile à accomplir. Tu as été intimidé, tu t'es empêché d'aller te confier, car tu avais peur. Peur de subir encore plus de maltraitance.

Les signes de dépression se manifestaient. Tu faisais de l'insomnie. Ton métabolisme était ébranlé par ta consommation qui est rapidement devenue une addiction. Tu en as perdu l'appétit, tu es devenu si petit tel un pantin qui se maintient sur un fil fragile.

Ton corps ne supportait plus cette période de changements et de grands bouleversements. Tu n'étais plus présent et aimant en t'isolant, en premier, de ta famille, et ensuite, de tes amis. Tes occupations n'étaient plus les mêmes. Ta vie avait perdu tout son sens et, toi, l'essence même de ta propre existence. Ce qui engendra la tourmente et des pensées suicidaires.

À cette étape de ton existence, la grande noirceur avait réussi à prendre de l'ampleur. Tu n'as même pas voulu te confier et personne n'a pu te fournir l'aide dont tu avais tant besoin pour rallumer ne serait-ce qu'une petite lueur dans tes yeux fatigués, désespérés et désemparés.

Tu as commencé à vivre beaucoup d'anxiété, ta personnalité changeait de jour en jour. À l'école, tu accumulais des écarts de conduite, c'était de la fuite. Tu étais moins présent, c'était de l'évitement. Tu étais plus colérique, c'était « toute qu'un cirque ».

---

Les professeurs étaient sur ton dos, le directeur ne te lâchait plus. Tu collectionnais les conséquences. Tu te détestais tellement. Tu étais si vulnérable face aux brutes que tu l'es devenu aussi pour toi-même. Tu entaillais ta peau avec une lame chaque fois que tu en avais l'occasion. C'était mieux que de laisser tes larmes couler. Enchaîné à tes déboires, tu refusais de voir et de croire les gens qui t'aimaient. Tu es devenu odieux.

Tu as planifié ton suicide, tu as écrit cette lettre qui décrivait ta rage, ta peine et ta douleur. Tu as énuméré tes regrets face à ton acte, mais cela ne t'a pas empêché de dicter ton processus. Tu t'es enlevé la vie avec une corde... la corde que ton père t'avait achetée pour un projet d'école. Pour être sûr de ton coup, avant de te pendre, tu as taillé tes veines avec le couteau préféré de ta mère. Tu t'es organisé pour que ça soit ta petite sœur qui te retrouve : ensanglanté, pendu, mais surtout mort. Tu voulais faire vivre cette douleur, que tu avais vécue, à tous ceux qui ne s'étaient pas doutés que tu mettrais fin à ta vie. Tu as réussi.

Aujourd'hui, ta famille s'est également isolée. Tes parents et ta sœur sont épris de remords en pensant à ta mort. Ils ont honte de ne pas avoir vu ton désespoir. Ils ont perdu tout espoir.

Ton père a perdu son emploi. Il noie sa peine dans l'alcool. Ta mère est tellement anxieuse qu'elle ne sort plus. Ta sœur se mutile pour enlever le mal de ta dernière image, celle qu'elle a de toi pendu et ensanglanté sous son toit.

Ton suicide a causé d'irréversibles conséquences pour tes proches. Afin d'oublier, ils reproduisent ce que tu as vécu. Pour eux, ils sont coupables, alors ils consomment jusqu'à mort d'homme. Ils sont meurtris.

Il existe de la prévention ou des solutions qui peuvent empêcher un suicide. Si jamais vous ressentez cette peine, il existe des organismes pour vous aider.

---

**Sarah Bossé**  
2<sup>e</sup> cycle

Centre A.-W.-Gagné  
(Sept-Îles), CS du Fer

Enseignante :  
Karine Boudreault-  
Deschênes,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région du Fer

---

# PLUS JAMAIS...

---

Cette année-là, en 1990, l'automne était difficile pour beaucoup de congrégations, c'est pourquoi nous n'étions que quatre des Sœurs du Bon Conseil à pouvoir mettre pied sur les terres du Rwanda. Je n'en étais pas à mon premier périple et, vu mon expérience, je savais à quel point notre aide était précieuse. Suite à ce massacre, tant de brebis égarées avaient besoin de notre humanité. Enfin, après plusieurs heures de vol, l'avion était sur le point d'atterrir et mon cœur s'emballa à tout rompre.

Lorsque j'arrivai là, je les vis, pieds nus, sur cette terre de guerre. Mon regard fixe s'immobilisa soudainement sur de tout petits pieds. Ensuite, rapidement, ce fut des dizaines, même des centaines de petits pieds nus. Ils étaient tout aussi poussiéreux que la terre sèche sur laquelle ils marchaient. Ils avancèrent vers moi en ouvrant grand les bras, mon premier geste fut de reculer. Mais l'apparition de ces petits êtres à la peau couleur ébène me conquit instantanément. Le regard écarquillé, une bouche plus grande que la bonne humeur, à peine plus hauts que trois pommes, ils étaient là. Sans crier gare, ils coururent et s'agglutinèrent par dizaines autour de moi. Un fléau de petites mains tenta désespérément de caresser du bout des doigts le tissu laineux de ma robe moniale. Le crucifix en bois, qui pendait à ma ceinture de taille, attirait visiblement leur attention.

Malgré l'innocence de ces bambins, ce qui allait heurter mon regard et mon âme tout entière, quelques verges plus loin, éprouva ma foi inébranlable en notre Seigneur. Elle qui, depuis toujours était aveugle et puissante, serait bientôt mise à dure épreuve entre un sentiment dubitatif et une incompréhension grossière des intentions du Tout-Puissant.

Au milieu du village des Tutsis, une tranchée d'au moins 40 verges m'apparut. En son centre, un paysage d'une horreur inexplicable. Des milliers de corps brisés, non pas empilés, ni même déposés, mais plutôt « garochés ». Écrasés les uns contre les autres. Les chairs meurtries se décomposaient. Plus je m'approchais, plus mon esprit

---

s'horrifiait. Une odeur nauséabonde et âcre émanait de la fosse. Je scrutais cette horreur perpétrée, quand soudain, à l'extrémité de ce mausolée improvisé, je vis pour la première fois le petit être qui allait chambouler le reste de mon existence.

- Bonjour trésor.
- ... (aucune réponse)
- M'entends-tu petit ? ai-je repris.
- ... (toujours rien)
- Ça va ?
- ... ... Plus jamais, me répondit-il avec quelques secondes d'hésitation. Plus jamais ils ne vont revenir... Je suis seul pour toute, toute la vie. Tout seul !

Au bout de la tranchée, recroquevillé sur lui-même, assis par terre, tenant ses genoux contre son torse, il fixait celle-ci. Il ne pleurait pas, mais je sentis qu'il souffrait. Alors j'approchai de lui.

- Je m'appelle Sœur Marie Élisabelle, mais tu peux m'appeler Sœur Éli.

Il me fixa quelques secondes et son regard repartit vers le grand trou.

- Tu connais des gens ici ? demandai-je en pointant la fosse.
- Oui, ma maman et mon papa.
- Et tu ne connais personne au village pour prendre soin de toi ?
- Oui, mais personne ne veut être vu avec moi. Personne ne veut de moi.

Il baissa les yeux tristement.

- D'accord, écoute-moi bien. Maintenant que je suis ici, tu ne seras plus seul, et si tu veux, tu peux rester avec moi.
- Tout le temps ? s'empessa-t-il de demander avec un petit sourire d'espoir.
- Tout le temps que tu voudras, mais à une seule condition. Tu dois me dire ton nom.
- Timpa, je m'appelle Timpa.

\*

---

Les semaines avaient passé depuis ma rencontre avec Timpa. Les Sœurs du Bon Conseil avaient réussi à expatrier plus de 255 orphelins du massacre des Tutsis. Comme l'exigeait la loi sur l'adoption, les jeunes ramenés au pays étaient âgés entre 0 et 5 ans. Malheureusement, mon petit poulet, qui avait quelques mois de trop, ne pouvait revenir avec nous. Pour les plus âgés, nous devons trouver ici des familles qui accepteraient de prendre soin d'eux. Et cette partie, c'était mon travail.

Partout où j'allais, fermement accroché à mon jupon, Timpa suivait. Parfois, sur le chemin, je penchais la tête pour admirer son innocence ; instinctivement, il levait sa petite bouille vers la mienne et me faisait un clin d'œil. Chaque fois, j'éclatais de rire. Ce petit génie savait tant de choses, comment avait-il pu apprendre tout ça ? Il connaissait le nom de chaque tribu ainsi que tous les chemins pour chaque village. Il connaissait même le nom de chaque bestiole que l'on rencontrait chemin faisant.

Finalement, je trouvai un foyer pour chaque petit Rwandais placé sous ma tutelle, tous sauf un. Personne ne voulait être vu avec lui ni même n'acceptait qu'il entre chez eux. Je savais que ma mission se terminait. Mais je n'arrivais pas à me résigner à laisser le petit. Mais dès que je parlais de Timpa, les refus étaient catégoriques. Je n'y comprenais rien. Lorsque je partis du dernier village, l'homme sage du clan, un très vieux pygmée m'arrêta et s'adressa à moi.

– Vous savez ma Sœur, ce petit « nègre » que vous avez pris sous votre aile... Il pointait mon petit poulet.

– Eh ben sachez que le père de ce petit, ben c'était le dernier MWAMI du peuple Tutsi. Ouais, le dernier roi du Rwanda. C'est un enfant maudit que vous avez là. Ce petit « nègre », c'est un boulet ! Vous ne pouvez rien pour lui ma sœur.

\*

Ce matin-là, sans dire mot, dès la première alarme du départ, sans réfléchir, je retirai ma robe moniale ainsi que mes jupons et me délestai de tout mon bric-à-brac. J'enfilai un habit du peuple, pris Timpa à la sauvette et partis derrière le poulailler abandonné, un peu plus loin à

---

l'orée du village. Timpa rempli d'incompréhension me fixait silencieusement. Près de l'aérogare de fortune, la deuxième alarme se faisait déjà entendre. Effrayée, je tins fermement Timpa contre moi. Suite au dernier signal criard, le regard inquiet, il rompit le silence.

- Sœur Éli ?
- Chut ! lui dis-je doucement.
- Mais Sœur Éli, ils vous cherchent ! insista Timpa.
- Je sais poulet, je posai mon doigt sur sa petite bouche vermeille en signe de silence.

Les yeux de Timpa s'écarquillèrent et dès lors, je sus qu'il avait compris. Un bruit sourd surgit dans le ciel et l'avion qui devait me ramener disparut. Timpa posa sa petite main sur ma joue et la flatta délicatement. Il savait que je tenais ma promesse. Il approcha et dans un murmure, il me dit :

- Plus jamais...

---

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

CFGA De La Jonquière  
(Jonquière),  
CS De La Jonquière

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

## MON DESTIN...

---

Quand j'avais 19 ans, comme tous les garçons de mon âge, j'avais la vie devant moi et des projets plein la tête. J'avais une blonde extraordinaire qui m'encourageait à poursuivre mes rêves. Puis, le vendredi 13 octobre 2017 arriva. Ce qui est arrivé ce jour-là a remis ma vie entière en question : j'ai subi un accident de VTT qui m'a causé un traumatisme craniocérébral sévère. Voici mon histoire incluant ma réadaptation à la suite de mon accident.

### **Mon histoire**

Tout allait bien dans ma vie. J'étais en pleine forme, en santé. J'avais une belle carrière avec un travail que j'adorais : je suis détenteur d'un diplôme d'études professionnelles en charpenterie-menuiserie que j'ai obtenu à l'âge de 17 ans. Je travaillais depuis deux ans dans ce domaine.

---

J'avais de superbes conditions de travail et un salaire plus que convenable. Je venais d'emménager dans un nouvel appartement avec ma blonde de l'époque. Comme je travaillais pratiquement tous les jours, une fin de semaine, mon patron m'a dit de prendre congé. Nous étions le vendredi 13 octobre. J'étais vraiment heureux d'avoir un congé pour recharger mes batteries et passer du temps avec mes amis ! Ce jour-là, j'avais aidé mon père à réparer des trucs à la ferme.

Sur l'heure du midi, j'ai appelé mes amis pour planifier notre soirée. Nous avions prévu aller souper à l'Auberge Saint-Fortunat en VTT. Nous passions du bon temps, j'étais content de relaxer avec eux. Après le souper, nous sommes partis en VTT rejoindre notre bande à Saint-Ferdinand. C'est là que l'accident est survenu. Je ne me souviens pas de ce moment, mais mon meilleur ami m'a raconté que je me suis mis à faire des tonneaux et que je me suis retrouvé dans le fossé. Heureusement, il était là. Malgré le stress des événements, il a su garder son sang-froid et ainsi me sauver la vie en me faisant les manœuvres de RCR, car je ne respirais plus. Mon coma, qui a duré 42 jours, commençait. J'ai été transféré à Trois-Rivières, puisqu'à Victoriaville, il n'y avait pas de centre de traumatologie. J'ai passé un mois au Centre de traumatologie de Trois-Rivières avant d'être transféré à celui de l'Enfant-Jésus à Québec. J'ai su que, pendant tout ce temps, ma famille proche se tenait près de moi afin de me donner tout son amour pour que je puisse me réveiller rapidement.

### **Ma réadaptation**

Quarante-deux jours après mon accident, je commençais à prendre conscience de mon environnement. J'étais en phase post-traumatique. Cette phase a duré 17 jours durant lesquels je n'avais aucune mémoire à court terme. Je ne savais pas l'heure ni la journée ou l'année où nous étions. De plus, mon côté gauche était entièrement paralysé, excepté mon œil. J'avais beaucoup de difficulté à parler, à bouger, à manger et j'avais toujours besoin de quelqu'un pour m'aider, peu importe ce que je voulais faire. Étrangement, je n'étais pas découragé. Je me souviens m'être dit que ça ne servait à rien de m'apitoyer sur mon sort et que je devais persévérer. Je savais que ça allait être long et difficile, mais j'ai mis les bouchées doubles.

---

Durant cette période, j'ai été transféré à l'Institut de réadaptation en déficience physique du Québec (IRD PQ) pour débiter ma réadaptation fonctionnelle intensive. J'ai dû réapprendre à parler (orthophonie), à marcher (physiothérapie), à manger seul et à vivre en communauté (ergothérapie). Heureusement, j'avais des spécialistes très dévoués pour m'aider à retrouver mes habiletés au maximum. C'est grâce à eux si j'ai regagné mon autonomie aujourd'hui, et je leur en serai toujours reconnaissant. Après sept mois intensifs de dur travail, j'ai quitté l'IRD PQ et j'ai poursuivi seul, chez moi, mes efforts pour ma réhabilitation. Pendant tout ce temps, jamais je n'ai abandonné. Les résultats étaient positifs et je sentais que je ne travaillais pas inutilement.

En conclusion, je suis passé de l'homme avec un bel avenir à celui qui ne se retrouvait alors devant rien. Malgré l'accident, je n'arrête pas de foncer et je suis constamment à la poursuite de mes rêves qui ont toutefois dû changer à la suite de ma nouvelle condition. Même si mon corps ne me permet plus de me diriger dans certains domaines, je suis convaincu que je vais en trouver un qui me conviendra. Depuis l'accident, les seules limitations physiques qui se manifestent sont des tremblements du côté droit, une force diminuée du côté gauche et une incapacité à courir. Rien de cela ne m'empêche d'avancer ; je suis encore capable de me servir de ma tête ! Voilà pourquoi je suis de retour aux études. C'est pour faire une technique en nutrition, un nouveau sujet qui me passionne. Parfois, il faut vivre le malheur pour trouver son bonheur...

---

**Anthony Gouin**

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

Centre d'éducation  
des adultes  
Marius-Ouellet (Disraeli),  
CS des Appalaches

Enseignante :  
Karine Deslongchamps,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Amiante

---

# MAMAN VA À L'ÉCOLE

---

Par une belle journée d'automne, j'ai appris que je portais la vie en moi. À ce moment, j'ai réalisé qu'on était deux dans un même petit corps. Je ne vivais plus que pour moi. Je travaillais dans une épicerie à temps plein. Les difficultés s'enchevêtraient avec le papa, mais je gardais toujours une lueur d'espoir. Cette petite lueur qui me faisait rêver à une famille unie, un réconfort, un nid pour mon bébé. Je passais mes journées à travailler, mes soirées à me chicaner avec celui qui m'était infidèle. Celui que j'espérais voir à mes côtés, mais qui préférait passer peu de temps à la maison. Le bar prédominait sur mes besoins, prédominait sur sa future famille. Mon rêve s'atténuait petit à petit. Mon idéalisme grisonnait. Durant les neuf mois où mes changements physiques s'entremêlaient avec mes maux émotifs, j'ai perduré à travailler jusqu'au bout de ma délivrance. Je redoutais ce moment. Je ne voulais pas que mon enfant vive sans papa, je ne voulais pas que cette nouvelle partie de mon âme vive des moments intenses et cruels. Je voulais qu'elle ait une famille unie comme tout le monde souhaite avoir. Endurer était mon cheval de bataille. Il fallait demeurer une famille.

Mon cheval s'est emballé le jour où j'ai vu l'homme qui partageait ma vie avec une autre femme à la maison. Cette femme venait de me faire réaliser que je ne méritais pas de vivre un réconfort et une sécurité familiale. Une bombe avait explosé. Elle venait de me détruire, d'anéantir mon estime, mon orgueil. Ce jour-là, ma vision de mon avenir a changé.

C'est à cet instant que j'ai compris que je ne voulais pas reproduire ce que ma propre mère avait superficiellement vécu. Une famille unie dans un sentiment malheureux. C'est à cet instant que ma décision fût prise. J'allais quitter la maison avec ma fille et le strict nécessaire. Tout laisser derrière pour éviter les querelles. Un trois et demi devint notre gîte. La chambre fut dédiée à mon ange. Le froid et l'humidité envahissaient les lieux, traversaient les murs. Le plancher était mon lit. Mon but était de savoir mon bébé au

---

chaud, perdu dans ses rêves, cajolé par son innocence. Mon emploi était devenu un indispensable. Je devais subvenir aux besoins de ma nouvelle raison de vivre. Je devais pouvoir lui offrir une vie aussi merveilleuse que l'idéal que je voulais pour elle, me reconstruire, nous faire un nid. Je travaillais plus fort et passais d'innombrables heures loin d'elle.

Les années ont passé, cinq années ont passé. Ce rythme m'épuisait, mais j'étais fière. Fière de voir ma fille s'épanouir et de penser que c'était grâce à MOI. La maternelle l'attendait à présent. Le temps sut me rattraper pour me faire réaliser qu'à travailler autant dans un environnement que je n'appréciais pas vraiment, les moments précieux avec mon enfant étaient plus rares que ce que j'aurais voulu.

Cette prise de conscience ajoutée aux yeux brillants de l'amour de ma vie m'ont poussée à détourner mon avenir et à retourner à l'école pour définir mes lendemains, pour améliorer ma vie et la sienne.

À ce moment, les craintes financières ne faisaient pas partie de la nouvelle équation de ma vie. Mon but était d'être là pour mon enfant, de la voir s'épanouir au soleil et de la consoler les jours pluvieux et ceux de tempête. Je voulais être là. L'aider à mieux comprendre la vie, le monde dans lequel je l'avais déposé malgré elle, l'encourager et l'appuyer dans ses cheminements scolaires et sociaux. Je voulais être un modèle pour elle. Je voulais lui démontrer l'importance de l'éducation, lui permettre de découvrir son potentiel. Elle méritait d'être fière d'elle. Je voulais me permettre d'être fière de moi. Je n'ai jamais douté d'être une bonne maman. C'est ce que je fais le mieux dans la vie, et ce, avec une fierté inégalable. Mais, j'aime savoir que je repousse mes barrières pour elle, j'aime savoir que ma belle grande fille pense que les barrières n'existent pas.

Ces réflexions m'ont poussée plus loin que je n'aurais osé l'espérer jadis. Au moment où je suis passée à l'acte, la peur m'accablait. Ma scolarité très précaire m'amenait à commencer à un niveau primaire tout juste au-dessus de celui de ma fille. Les arrière-goûts d'hier où je me revois me sentir diminuée, de me sentir rongée par l'inquiétude de la crainte de l'angoisse d'avoir peur. J'étais anéantie, stressée par ces émotions d'autrefois. J'avais peur d'être hantée.

---

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

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

Enseignant :  
Louis Rousseau,  
Syndicat de  
l'enseignement  
Val-Maska

Mais, il n'était pas envisageable pour moi que ma fille se sente ainsi. Je voulais m'outiller, je voulais l'aider, je voulais la comprendre, je voulais la voir s'épanouir, grandir, sourire.

Me voilà donc à présent inscrite depuis trois ans à l'école des adultes. Ce grand pas dans ma vie est enfin entamé et s'achèvera dans quelques mois. Je me rappelle lorsque ma fille racontait avec fierté à ses copines que sa maman retournait à l'école. Ces dernières n'y croyaient simplement pas. Elles répondaient : « Voyons Mélicya, ça ne se peut pas, ta mère est ben trop vieille ! » À 28 ans, j'étais de retour. Je reprenais goût aux projets, je reprenais goût à demain. Je reprenais mes rêves refoulés et commençais à attiser l'intérêt de ma fille à s'investir dans la lecture et les mathématiques. Je suis un exemple pour elle. Un exemple de persévérance, un exemple de volonté, un exemple d'amour inconditionnel.

Des difficultés, plusieurs ont su me trouver. Certaines plus difficiles à gérer, d'autres qui sont passées sans trop d'éclats. Il m'en reste certes plusieurs à surmonter, mais à l'école, j'apprends aussi à me connaître, à définir mes objectifs et à me surpasser. Être maman monoparentale, c'est aussi un peu la même chose. C'est être deux personnes en même temps, c'est de s'encourager seule, de s'entraider avec soi-même. Je n'ai pas trop d'argent, mais j'ai du temps pour la plus belle partie de moi. On peut maintenant être ensemble et passer du temps de qualité. Notre petite routine, notre stabilité familiale, nos petits moments quotidiens, nos soupers, c'est grâce à mon retour aux études que tout cela est possible présentement. Je suis présente, je suis heureuse de partager le plus de temps possible avec elle, je suis même apte à l'aider dans ses apprentissages. Beaucoup de gens croient qu'une famille parfaite est une famille typique. Pour moi, la famille parfaite est un nid où règnent l'amour et la paix. Ma famille parfaite, c'est toi ma belle Mélicya. Tu me rends si fière de toi et crois-moi, je serai toujours derrière toi pour t'encourager, car quand le soleil ne semble pas trop vouloir se lever, tu restes toujours ma motivation pour avancer.

# TOI, LE GÉNITEUR

À toi, le géniteur de mon fils.

Toi, l'homme qui était si heureux en apprenant que je portais notre enfant.

Toi, qui as dit tant de belles paroles.

Toi, qui affirmais être toujours présent pour nous.

Toi, qui déclarais nous aimer pour toujours.

Toi, qui as préféré ta bière plutôt que ton ange.

Tous ces mois de grossesse à espérer.

À garder espoir que tu changes enfin.

À garder espoir que tu deviennes l'homme bien que tu enfouis si loin.

Notre relation conjugale n'était pas la plus simple.

Ne t'inquiète pas, je ne remets pas tout sur tes épaules, je ne t'accuse pas de tout.

Un couple fonctionne à deux, nous avons chacun nos défauts.

Être parent était notre choix à tous les deux.

Mais toi, tu as finalement fait un autre choix

Le choix de ne pas t'impliquer davantage.

Tu disais te battre pour notre fils.

Tu es arrivé en retard et saoul à la cour.

Je n'ai alors pas tout à fait compris la façon de te battre pour lui.

Refuser de le voir et de prendre soin de lui, ce n'est pas te battre pour lui.

Préférer te saouler avec tes amis quand il veut te voir, ce n'est pas te battre pour lui.

Ne pas le voir pendant trois mois après notre rupture, ce n'est pas te battre pour lui.

Être fier de ne pas payer de pension, ce n'est pas te battre pour lui.

Boire en sa présence, ce n'est pas te battre pour lui.

Tout faire pour le délaisser quand il est avec toi, ce n'est pas te battre pour ton fils.

Je ne t'en veux aucunement de ne pas avoir tout fait pour que ça fonctionne entre nous.

---

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

Centre A.-W.-Gagné  
(Sept-Îles), CS du Fer

Enseignante :  
Karine Boudreault-  
Deschênes, Syndicat  
de l'enseignement  
de la région du Fer

Je t'en veux pour faire souffrir autant notre fils.  
Je t'en veux pour toutes les fois que tu m'as traitée  
comme une moins que rien devant les petits yeux fragiles  
de notre enfant.

Je t'en veux pour toutes les fois où j'ai dû lui faire  
de la peine en lui disant qu'il ne pouvait pas aller chez papa.  
Je t'en veux pour toutes les fois où j'ai dû et que je dois  
encore lui expliquer pourquoi il ne te voit pas.

Je t'en veux pour tous les efforts que je dois faire quand  
il revient de chez toi.

Je t'en veux pour tous les efforts que je déploie pour  
qu'il retrouve une routine.

Je t'en veux pour tous les efforts que je fais pour  
que notre fils grandisse avec sagesse.

Je t'en veux de ne pas l'aider pour qu'il soit bien et heureux.  
Je t'en veux quand je vois pleurer d'ennui mon garçon  
de quatre ans.

Je t'en veux pour toutes les fois où tu as façonné  
son cerveau pur et naïf de mensonges.

Je t'en veux pour toutes les fois où il est revenu de chez  
toi avec des ecchymoses.

Je t'en veux de ne pas avoir pu les expliquer.

Je t'en veux de semer en moi de l'inquiétude  
et de l'anxiété quand il est chez toi.

Je t'en veux de le délaisser pour aller fêter.

Je t'en veux de trouver mille et une raisons pour te défilier.

Je t'en veux de ne pas lui apprendre à aimer sainement  
en lui achetant tout ce qu'il veut.

L'amour, tout comme ton fils, ne s'achète pas.

J'aimerais ne pas t'en vouloir, mais je ne peux pas.

J'aimerais que tu sois un bon père, mais tu ne l'es pas.

Mon fils n'a pas à souffrir de tes défauts.

Mon fils n'a pas à écoper de tes erreurs.

Mais je te le dis, encore une fois, moi je suis là pour lui  
et je vais toujours l'être.

Mon fils peut compter sur moi et je vais toujours tout faire  
pour qu'il soit heureux.

Mon fils ne deviendra jamais comme toi.

# LA MÉMOIRE D'UN BAISER

Fixant la fenêtre, j'attends sagement le cœur serré. Voilà maintenant deux semaines que j'attends son retour. Deux semaines que la radio hurlait la fin de cette terrible et sanglante guerre. Deux semaines que le président annonçait fièrement le retour des soldats à la maison. Deux semaines que je reste à cette fenêtre en fixant cette allée bordée de grands arbres. J'attends d'y voir son ombre, de revoir son sourire, ses yeux, ses mains, ses lèvres. Sa dernière lettre remonte à un mois. Pendant ces deux ans, ses lettres étaient mon seul lien avec lui. Le seul lien fragile qui me rapprochait de lui. Jamais je n'ai perdu espoir de son retour. Jamais je n'ai pensé qu'il abandonnerait.

La guerre est quelque chose de cruel, autant pour les soldats que pour ceux qui restent derrière. Les soldats sont confrontés à des choses horribles. Ils vivent bien malgré eux un sentiment de peur et de vide. Ils sont arrachés à ceux qu'ils aiment et déportés vers des pays étrangers. Ils sont isolés. Ceux qui restent, en leur absence, n'en souffrent pas moins. Privés de leur amour et de leurs bons soins, nous devons tout de même continuer de vivre en leur absence. Comme je suis seule maintenant ! Oh ! Combien j'aurais aimé qu'il reste ici, mais nous, pauvres femmes, nous ne pouvons rien face au poids de la guerre.

Lors de son départ pour le port, nos adieux furent bouleversants. Comment dire au revoir à l'homme qui compte le plus dans votre vie ? Comment dire au revoir à votre mari ? Nul mot ne peut sortir de nos lèvres. Étreintes et larmes furent notre au revoir. Nos baisers étaient remplis de sens. Pas un unique mot ne pourrait avoir autant de signification. Un amour aussi fort ne peut se briser. Ni cette guerre, ni rien, ne pourra briser ce lien. Il est en nous et il est indestructible.

---

**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

Lâchant mon poste à la fenêtre, je sortis sur le balcon. Une brise vient caresser mon visage et faire virevolter mes cheveux blonds. Bras croisés sur ma poitrine, je ne peux m'empêcher de fixer le chemin vers la maison. Le soleil couchant colore le ciel d'un mélange de rose et d'orangé. La chaleur réchauffe mon cœur. Je ferme les yeux et respire l'odeur autour de moi. La brise m'apporte des odeurs de fleurs des champs et de terre. Le son du vent me calme. Doux, paisible, il me chante la douceur de la vie.

Un nouveau son naît dans l'environnement. Il est pourtant faible et lointain, mais il provoque en moi un émoi. Le bruit faible d'un pas. Ouvrant les yeux, j'aperçois une ombre au bout du chemin. Mon cœur se serre et j'examine l'ombre correctement. La carrure de l'ombre, sa grandeur, sa façon de marcher...

Prise d'une émotion violente, les larmes me montent aux yeux. Lâchant un souffle de bonheur, je descends les escaliers et cours vers l'ombre. Une fièvre de bonheur et de joie monte en moi. Il est là, il est près de moi. Plus j'avance, plus l'ombre s'avance aussi. Les larmes de soulagement coulent le long de mon visage. Mes cheveux, tantôt attachés en chignon, volent maintenant au vent. Mon amour, ma vie, il est là ! L'ombre s'arrête et je peux voir son sourire, son visage, mon amour ! Ses deux bras s'ouvrent et des larmes coulent aussi de ses yeux. Ne pouvant plus attendre, je me jette dans ses bras. Mon homme, mon mari, mon amour, il est là, il est dans mes bras. Nous nous serrons l'un contre l'autre, les soubresauts de notre bonheur nous bercent. Relevant la tête et le regardant dans ses yeux, je bénis les dieux de me l'avoir ramené. Ses yeux me regardent comme si plus rien autour n'existait, rien que nous deux et notre bonheur. Touchant son visage de mes mains, je peux sentir tout le poids de ces deux ans s'effacer. C'est fini, il est rentré. Sa main caresse mon visage et nos lèvres se réunissent comme lors de son départ. Les larmes ruissellent toujours de nos yeux, nous nous sourions. Mon mari, mon homme, mon amour...

---

# DÉCEMBRE SOUS LA NEIGE

---

Le vent soufflait, criait son chagrin de toutes ses forces quand la froideur de l'hiver qui arrivait à grands pas s'était déjà installée. Mortes et oubliées, les feuilles de l'automne aux couleurs si chaudes avaient disparu, ensevelies par le sable blanc, frigorifiées dans le sable froid. Le matin était là, un nouveau jour s'était levé, laissant l'obscurité derrière lui. Le soleil réfléchissait sur la neige doucement tombée au fil des heures durant la nuit.

Ce jour-là, une autre était entrée, venue pour donner la vie à son tour. Même à l'autre bout du corridor, on pouvait ressentir à travers ses hurlements qu'elle était seule, seule le cœur lourd. Laisée à elle-même par un homme sans scrupule, sans moral, ou peut-être est-ce la peur qui l'avait envahi, une femme douce et courageuse mettait au monde un enfant.

Décembre sous la neige, un petit était né. Issu d'une union du passé, une formation qui avait mal tourné... Pourtant, cette dame avait tourné la page, fonçant la tête haute vers l'avenir d'une nouvelle vie. Elle avait tassé les débris pour faire place au présent qu'elle avait accueilli. Elle tenait ce petit être dans ses bras tout en faisant face aux futures conséquences. Ce petit être fragile, c'était moi...

J'ai vieilli, j'ai été le petit garçon qui ne se sentait pas à sa place. J'ai appris à laisser croire les autres que j'étais heureux, simplement pour ne pas semer l'inquiétude, pour moi, surtout pour eux. Je me suis refermé sur moi-même, comme une idée que l'on range dans un coin pour ne plus avoir à y songer. Seulement, à l'intérieur, toutes les pensées instaurées finissent par s'entasser les unes contre les autres, une boule qui ne tourne plus rond si on prend le temps de la regarder vraiment aller. Que reste-t-il à faire ? Que reste-t-il à dire quand ce vaste monde que l'on perçoit comme

---

perfide se jette sur nous pour se faire accepter comme un météore qui entre dans l'atmosphère à toute vitesse sans demander l'avis ? Une tromperie, c'est une grande supercherie. Encore une fois, je me suis refermé sur moi-même.

De sombres nuages avaient recouvert le ciel. Peu à peu, la lumière avait fait place aux ténèbres. Les arbres avaient commencé à brûler par une simple étincelle. Dans ce feu de paille, c'est ma vie que j'étais en train de perdre... Le tonnerre grondait, les éclairs frappaient le sol en tremble. Le vent soufflait comme s'il voulait emporter tout ce qui existait et ce qui allait exister. Ma mémoire commençait à faire défaut, comme si j'oubliais tout ce que je savais. Dans ce chaos, je n'arrivais plus à voir ni à rien entendre.

J'avais perdu ma famille, perdu tous mes proches et mes projets. Je n'avais plus aucun sentiment, plus aucune émotion. Je la sentais qui venait, c'était la mort qui s'approchait. Dans cet état d'esprit, j'avais perdu goût à la vie, dans toute cette distorsion. Je me laissais à l'abandon, je me laissais paisiblement aller. Perdu, je n'avais plus aucun point de repère. J'avais, à ce moment, nulle part où aller, il n'y avait plus rien à faire. Seul j'attendais, j'attendais qu'elle vienne me chercher.

J'ai vieilli encore... Le vent avait fini par tourner. Pour une fois dans toute ma vie, j'avais l'impression qu'il soufflait dans le même sens que j'allais. Un autre jour s'était levé, une source d'espoir était née. J'aurais aimé oublier, me défaire de mes souvenirs, mes cicatrices, les effacer. Seulement dans la vie, on n'oublie jamais, on subit et on apprend à vivre avec le passé.

Décembre sous la neige, je regarde dehors, c'est déjà l'hiver qui approche. Fidèle, on peut sentir le froid qui s'installe tranquillement. Se dispersant, la neige tombe, paisiblement recouvre terre et roches. Et le vent ? Que dire du vent ? Le monde tourne, la vie avance, elle continue. Avant je restais assis, je la regardais passer. Tous ces moments, enfumés, perdus.

---

Aujourd'hui je vis et j'ai envie de me lever, marcher. C'est maintenant qu'elle passe et elle ne passe qu'une seule fois. Je veux foncer vers la lumière qui jadis m'aveuglait. Je ne veux plus reprendre l'obscur chemin d'autrefois. Me sauver, partir de cette noirceur qui m'envahissait. Je cours, du moins autant qu'on me le permet. La tête haute, les épaules droites et les idées claires. Je regarde à travers l'accomplissement les pas que j'ai fait et le regard vers l'avant ceux qui me reste à faire.

Ma vie, mon manège, mais aujourd'hui le ciel s'éclaircit, le soleil s'est levé et le vent souffle, souffle et de son plein gré, amenant avec lui, décembre sous la neige...

---

**Mickey Taillon**  
*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

---

## TOI, MA TUMEUR

---

Depuis la maladie de ma mère, suivie de son décès à l'âge de 45 ans, je suis effrayée par toi. J'ai peur que tu t'imposes en moi sans me demander la permission. J'ai peur de mourir jeune, trop jeune, de manquer de temps, de n'avoir rien accompli, rien vécu. Je te l'avoue, tu as toujours été dans une partie de ma tête, dans mes scénarios d'horreur et de phobies. Malgré cela, j'ai essayé par tous les moyens de me rassurer. J'ai toujours eu un mode de vie sain, je suis sportive depuis mon plus jeune âge, j'ai continuellement pris soin de mon alimentation, je me suis tenue loin des habitudes malsaines qui pouvaient provoquer ta venue. Je me disais que, de cette façon, les risques d'avoir une tumeur et des maladies étaient plus minces. De plus, j'étais jeune. À 21 ans, il est plutôt rare d'avoir ce genre de pensées. Je me suis tellement répété cela souvent pour m'éloigner de cette frayeur. Si tu savais les soirs que j'ai passé à pleurer en petite boule dans mon lit, la peur au ventre et les souvenirs de ma mère malade en tête, terrifiée à l'idée qu'un jour ce soit mon tour.

---

Puis est venu ce mardi banal qui avait tout d'une journée normale. Ce jour où pour la première fois j'ai ressenti cette sensation digne d'un coup de poignard dans mon sein droit. J'étais loin de me douter que cette douleur allait se lier à mon quotidien, se montrant de plus en plus douloureuse. Inquiète, j'ai rapidement consulté mon médecin de famille. À la suite d'un examen, ce dernier t'avait sentie pour la première fois. Tu n'avais pas de nom encore, mais nous savions que tu étais une masse inquiétante. Sans perdre de temps, il m'a demandé d'effectuer d'autres examens pour en savoir plus sur toi. Une mammographie et une échographie, tu sais, ce genre d'examen qu'on recommande aux femmes de 60 ans. Moi, j'en avais seulement 21 et j'étais terrifiée. Les examens servaient à prendre ton portrait. À la suite de ces derniers, j'ai dû subir une biopsie, c'est-à-dire une intervention qui prenait de petits bouts de toi pour nous révéler qui tu étais, si tu portais le nom de cancer ou pas. Mon dossier a été transféré au département des maladies du sein. Un spécialiste devait me rencontrer pour me dévoiler les résultats de la biopsie.

Je me souviens du jour où j'ai eu un rendez-vous avec le spécialiste. J'étais assise dans cette salle d'attente, aux murs décorés d'affiches de sensibilisation au cancer du sein, remplies de femmes âgées de 50 à 70 ans, cancéreuses pour la plupart. Je ne me sentais tellement pas à ma place. Ma tête était remplie de scénarios. Allais-je mourir ? J'avais tellement peur. Mon nom a été enfin nommé. Je suis entrée dans le bureau du spécialiste, la peur au ventre et les larmes aux yeux. Ce dernier n'y est pas allé par quatre chemins pour te présenter. La biopsie a révélé que tu portais le nom de tumeur phyllode de grade deux, à la limite de la malignité. En d'autres mots, tu étais une tumeur à risque élevé de développement de cancer. Un cancer pouvait donc se développer en quelques semaines dans ton cas. Même avec un retrait, tu pouvais revenir. Tu étais également un type de tumeur rare qui, la plupart du temps, se développe chez les femmes de 35 à 55 ans. Moi, j'avais seulement 21 ans. J'étais littéralement sous le choc. Mon regard était vide, c'était comme si le monde s'était mis sur pause. Plus de son, plus d'image, plus rien.

---

Le spécialiste m'a laissé quelques instants pour que je reprenne mes esprits. Puis, il m'a annoncé de façon directe que je devais obligatoirement subir une mastectomie partielle du sein droit pour te retirer de mon corps, une chirurgie sous anesthésie générale. Lorsque je suis sortie du bureau, j'étais encore sous le choc. En entrant dans ma voiture, j'ai éclaté en sanglots. Je ne réalisais pas ce qui venait de m'être annoncé. J'avais une bombe à retardement dans mon sein. Ma plus grande peur, ma phobie s'était réalisée. J'ai tellement pleuré, j'en ai tellement voulu à la vie, j'avais peur, je me sentais impuissante. Je t'en voulais à toi, toi qui me faisais souffrir depuis déjà un moment, toi qui pouvais changer ton nom pour cancer en quelques semaines sans même me demander la permission, toi qui t'étais logée en moi sans mon accord.

L'opération est arrivée rapidement, c'était une première fois. Je me sentais comme une enfant de deux ans, j'avais peur de ne pas me réveiller. L'opération s'est bien déroulée. En deux heures, tu as été retirée, me laissant en souvenir une déformation du sein et une cicatrice, ainsi qu'un suivi à vie. Malgré tout, j'ai recommencé à vivre ma vie comme avant, mais l'opération m'a laissé un goût amer. Je dois te l'avouer, accepter que mon sein avait dorénavant une cicatrice et une déformation a été très difficile pour moi. J'avais de la difficulté à me trouver belle comme autrefois.

Toi, ma tumeur, sache que tu m'as terrifiée quand tu habitais mon sein. Tu m'as procuré beaucoup de douleur. Ton retour me fait encore peur d'ailleurs. Sache que je t'en ai voulu, que j'étais fâchée contre toi, que je me suis sentie impuissante face à toi, car jamais tu ne m'as demandé la permission ni l'accord pour vivre en moi.

Toi, ma tumeur, sache que malgré tout le mal que tu m'as infligé, tu m'as également fait réaliser que la vie est précieuse. Tu as changé ma perception. Maintenant, je suis reconnaissante d'être en vie, je profite de chaque instant.

Toi, ma tumeur, je désire te remercier de ne pas avoir changé ton nom pour celui de cancer. La vie est fragile, maintenant je le comprends. Tu m'as fait souffrir, tu as déformé mon sein, tu m'as laissé une cicatrice, mais tu m'as appris beaucoup sur la vie, et ce, malgré mon jeune âge. Pour cela, je te remercie.

---

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

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

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

---

# LE TIGRE ET LA FLEUR

---

Il était une fois, dans la jungle, un puissant tigre qui aimait terrifier tous les habitants. Ils vivaient dans la peur constante de tomber nez à nez avec ce colosse sans pitié aux griffes et aux dents acérées. Même la nature tremblait lorsqu'il poussait un puissant rugissement. Au fil du temps, son orgueil et sa méchanceté étaient tels qu'il proclama que tout ce qui était dans la jungle lui appartenait, du plus petit grain de sable au plus grand des arbres et, par conséquent, le roi de la jungle, c'était lui.

Nul n'eut le courage de le contredire ; le tigre les tenait donc tous dans ses griffes et les persécutait de plus belle. Puis, un jour où il se promenait dans SA jungle, il entendit un léger bruissement non loin de lui. Il prêta l'oreille, l'espace d'un instant, mais n'entendit plus rien. Il marcha jusqu'à un arbre, s'y coucha en soupirant à grands poumons et ferma les paupières.

– Vous me semblez bien esseulé et triste en cette journée magnifique...

Le tigre ouvrit les yeux avec un petit sursaut, cherchant avec un regard mauvais qui avait osé le faire sursauter ainsi.

– Personne... ? Dit-il à travers ses moustaches noires.

Il retourna à sa sieste.

– La jungle est bien triste depuis quelque temps non... ?

Il sursauta à nouveau, mais cette fois-ci, il se leva, les moustaches retroussées. Un sombre sifflement sortit de ses crocs bien en vue. Dérouté, il ne trouva encore une fois pas âme qui vive. Il plissa les yeux et finit par se dire qu'un petit malin voulait rire de lui.

– Vous n'êtes pas très loquace mon cher ? Hi ! Hi !

Il tourna la tête à droite, à gauche. Un oiseau, pensa-t-il. Si tel est le cas, il a intérêt à voler vite avant que je bondisse pour le dévorer, se dit-il avec un regard malicieux. Il leva la tête, personne là non plus.

---

– Hi! Hi! Ici, en bas, près de la racine, mon cher tigre.

Le tigre baissa la tête et cligna des yeux pour être sûr qu'il voyait bien.

– Une ridicule petite fleur! dit-il avec mépris.

– Je ne vous permets pas, monsieur, de me manquer de respect. Je ne l'ai pas fait moi.

– Ah! Que peux-tu y faire? Tu n'es qu'une petite et ridicule fleur. Il me serait facile de t'écraser avec ma patte sur-le-champ que tu n'y pourrais rien.

– Tu es plus fort, plus gros que moi certes, je l'admets, mais qu'est-ce que cela te donnerait de m'écraser ainsi, tigre?

– Le simple plaisir, fleur, dit-il avec un sourire.

– Eh bien! Grand plaisir t'y fasse alors, tigre, dit-elle avec colère.

Le tigre, déconcerté par ce qu'elle venait de lui dire, la regarda d'un air incrédule et leva la patte au-dessus de la fleur. Il espérait la voir trembler de terreur, la voir le supplier de ne pas l'écraser en pleurant. Mais rien, elle le regardait droit dans les yeux, sans broncher. Le tigre écrasa sa patte sur le sol, juste à côté de la fleur qui ne remua pas d'un pétale.

– N'as-tu donc pas peur de mourir, mauvaise herbe?

– Tu me manques encore de respect, tigre!

La fleur échappa un long soupir.

– Bon, vas-tu m'écraser ou pas? demanda-t-elle, les feuilles froissées.

Le tigre se leva et dit:

– Tu m'amuses, mauvaise herbe. Je ne t'écraserai donc pas aujourd'hui.

Et il partit. Le jour suivant, le tigre retourna voir la fleur, car il avait passé la soirée à se demander pourquoi elle n'avait pas peur. La fleur le vit s'approcher.

---

– Bonjour tigre, quelle belle matinée, n'est-ce pas ? Êtes-vous d'humeur plus conviviale ce matin ?

Le tigre grogna quelque chose et se coucha face à elle. La fleur se lança dans une discussion à sens unique pendant une bonne quinzaine de minutes.

– Pourquoi je ne te fais pas peur ? dit le tigre d'un air un peu agacé.

Elle arrêta son monologue et sourit.

– Hum... et bien, tigre, je suis ici depuis un moment. Je t'ai vu souvent te promener seul ou te coucher sous cet arbre.

– Moi, seul ? Je n'ai pas besoin de ta pitié inutile, dit-il avec frustration en partant.

La fleur ne dit pas un mot. Elle savait bien que ça ne servirait à rien de toute façon.

Plusieurs jours passèrent, sans qu'il aille la revoir. Entre temps, une chaleur accablante s'était abattue sur la jungle et tous en souffraient, aussi bien les animaux que les plantes. Vers la fin de l'après-midi, il décida de profiter de la fraîcheur pour se promener. Il se rendit jusqu'à l'arbre dans l'intention de la railler un peu. Le tigre s'approcha de la racine où « son amie » se trouvait en disant :

– Alors, mauvaise herbe, es-tu bien fripée en cette belle journée brûlante ?

Bien qu'il s'attendit à la même éternelle réplique, aucune ne vint. Il s'approcha un peu plus et vit la fleur, recroquevillée sur elle-même, à moitié défraîchie. À sa grande surprise, le tigre ressentit un pincement au cœur.

– Eh bien, insignifiante petite fleur, lequel de nous deux fait le plus pitié maintenant ? demanda-t-il sur un ton triste.

---

Il partit, la tête basse, jusqu'à la rivière, prit une bonne rasade d'eau et retourna vers la fleur. Sur le chemin, il croisa une pie perchée sur une branche qui le regardait d'un œil à la fois sceptique et moqueur. Le soir même, la pie assista une nouvelle fois à la scène, mais cette fois-ci, elle le suivit discrètement jusqu'à sa destination. Quelle ne fut pas sa surprise de voir le tigre recracher toute l'eau sur la fleur ! Le lendemain, le tigre alla voir sa protégée et répéta les mêmes gestes. Il constata qu'elle avait déjà meilleure mine que la veille. Malheureusement, la rivière était maintenant à sec : il n'y avait plus d'eau pour elle.

– Je sais où en trouver de l'eau ! dit une voix inconnue.

Le roi de la jungle leva la tête et aperçut la pie perchée sur un gros rocher.

– Je peux aller en chercher si tu veux ?

– Pourquoi le ferais-tu, pie ?

– Je t'observe depuis quelques jours et je dois dire que cela m'a amusée de te voir toi, tigre, vouloir sauver cette fleur minuscule. De plus, je trouve qu'après tous les efforts que tu as fournis, ce serait bien triste d'abandonner, puisque tu as presque réussi.

Le tigre accepta son aide. La pie alla donc chercher de l'eau matin et soir durant trois jours.

Un mois avait passé et le tigre allait toujours voir la fleur chaque matin depuis.

– Bonjour tigre ! N'est-ce pas une belle journée ?

– Oui, fleur ! Bonjour, pie.

– Bonjour tigre...

Depuis ce jour, tigre a découvert le plaisir d'avoir des amis et reconnaît maintenant l'importance de faire preuve de gentillesse envers les autres.

---

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

Centre d'éducation  
des adultes  
Marius-Ouellet (Disraeli),  
CS des Appalaches

Enseignante :  
Karine Deslongchamps,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Amiante

---

# POST-PARTUM

---

J'avais tellement hâte de te rencontrer. Ton père et ta sœur aussi d'ailleurs. Nous t'aimions tous déjà très fort ! J'imaginai déjà nos belles journées collées à se réchauffer l'un l'autre. Nos petits moments de pur bonheur que tous les deux. J'avais de beaux projets, d'aussi beaux et bons moments que ceux passés avec ta sœur.

Un beau jour, tu as décidé qu'il était l'heure d'arriver, de nous rencontrer. Tu étais tellement pressé, que tout s'est passé si vite. Tout à coup, tu étais là, à l'abri dans mes bras aimants. Petit, chaud et si beau. Des larmes de joie se sont mélangées à notre premier baiser. De plus, notre ressemblance était frappante. J'avais tant d'amour et de tendresse à te donner. Quelques jours sont passés puis j'ai pu t'emmener dans le confort de notre foyer auprès de ta famille aimante.

Les premiers jours ont été si naturels. Tu étais si beau, tu l'es encore d'ailleurs. Je ne saurais dire ce qui s'est produit. Vite, trop vite, je ne me suis plus sentie à la hauteur. Je n'arrivais plus à combler ta faim. J'avais de la peine tout le temps. Je n'étais plus patiente. Pourtant, j'avais déjà fait tout ça. Cette fois-ci, tout était différent.

J'avais tellement mal en dedans. Vue de l'extérieur, j'étais normale, une nouvelle maman légèrement épuisée par le manque de temps. Mais en dedans, j'étais constamment en colère. Mon estime était au plus bas. Je ne te comprenais pas et pour ça, je ne t'aimais pas. Je ne m'aimais pas non plus d'ailleurs. Je me détestais ! Quelle personne horrible faisais-je ? Une mère tellement incompétente, même pas capable de nourrir son enfant, de le consoler ou même de l'aimer correctement. Tous ses sentiments me faisaient penser que toi non plus, tu ne m'aimais pas.

Ce masque. Tous les jours, je l'enfilais pour cacher mes véritables émotions. Il m'a fallu du temps pour le soulever, rien qu'un peu. La honte. Ce sentiment est si lourd à porter. C'est difficile de s'avouer qu'on ne va

---

pas bien. C'est encore plus dur d'aller chercher de l'aide. Je me questionnais constamment et avec les autres, j'étais muette. Intérieurement, je m'autoflagellais. J'entendais cette voix qui me criait de l'aider, mais j'appuyais fort sur sa bouche afin d'étouffer les cris de mes propres pensées.

Mentalement, j'étais épuisée. Je pleurais toute la journée lorsque j'étais seule. Et quand je ne l'étais pas, je remettais ce lourd masque qui m'empêchait de respirer. J'avais trop peur de parler, peur qu'il me laisse tomber. Peur de sa réaction, s'il apprendrait mes sombres pensées. Peur qu'il n'ait plus confiance, qu'il parte loin de moi emportant mes vies avec lui. Mes bébés, mes doux et bons bébés. Ce ne sont pas leur faute, mais la mienne, je l'ai réalisé.

Lentement et avec la plus grande difficulté, j'ai enlevé ce masque. Je n'étais pas seule finalement et je ne le serai jamais. Il m'a écoutée sans jugement. Il m'a regardée me vider de chaque larme puis il m'a prise dans ses bras pour me consoler avec tout son amour.

On pense que ça n'arrive qu'aux autres. La dépression post-partum est bien réelle. C'est peut-être arrivé à l'un de vos proches. Ça vous arrivera peut-être un jour. Moi, ça m'est arrivé. Aujourd'hui, je vais mieux. Je suis une bonne maman et j'aime mes enfants du plus profond de mon cœur. Ce n'est pas toujours facile, mais je m'accroche, le masque toujours plus loin derrière.

---

**Amélie Auger**

*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

# MON MONDE BASCULÉ

---

À genoux, j'étais là, au beau milieu de la rue. Je n'entendais plus rien. Pas même les sirènes des policiers ni de l'ambulance qui venaient d'arriver. Sur le côté de la route, les gens étaient déjà grandement entassés, comme s'il y avait un spectacle à regarder. Toutes ces personnes qui allaient avoir quelque chose à raconter pendant quelques jours, alors que moi, cela me hanterait pour toujours. J'étais là, par terre, muet, les yeux fermés. Deux rivières de larmes coulaient sur mes joues et inondaient mon univers. Le bateau venait de chavirer, par une tempête apparue, sans crier gare. Ce monde basculait dans ma tête. Peu à peu, la rage commençait à monter en moi, en parallèle avec l'attroupement qui grandissait dans la foule autour. Je voulais me lever, crier et regarder tous ces gens curieux, qui n'avaient rien d'autre à faire que d'être spectateurs de mon malheur. Je désirais hurler, tellement fort, mais j'en étais incapable. Plus la haine augmentait, plus mes forces m'abandonnaient et plus la tristesse inondait mon visage. Pourtant, la journée avait si bien commencé, quelques heures plus tôt.

\*\*\*

Le matin, aux petites heures, j'ouvrais les yeux avec une douce sensation à la tête. Je la vis devant moi, sourire suspendu aux lèvres, regard amoureux, qui me fixait tendrement. Elle s'approcha tranquillement de mon visage en fermant lentement les yeux et m'embrassa de toute sa volonté. Une vive et agréable sensation parcourut mon corps. Aussitôt nos lèvres décollées, elle me lança :

---

« Je t'aime », qui était des plus sincères. Je fus si surpris de cette agréable sensation à mon réveil. Spontanément, je répliquai en me relevant d'un bras avec conviction, pour ensuite lui saisir la tête de ma main libre et lui renvoyer un baiser des plus puissants. Rapidement nous nous enlacions, l'un contre l'autre, remplis de désir, augmentant ainsi la tension de l'attraction sexuelle que nous avions l'un pour l'autre. Soudain, à l'instant où l'intensité était à son plus fort, un bruit se fit entendre à la porte de la chambre. Je me retournai et le vis, « doudou » dans une main, « toutou » dans l'autre. Il nous fixait de ses magnifiques petits yeux bleus. Il me fit un sourire tout en me lançant de sa petite voix : « Allo papa ». Au même moment, derrière moi, ma compagne libérait ses pulsions dans un long soupir d'insatisfaction. D'un bond, je me levai, en regardant et souriant à mon amoureuse. Je me dirigeai vers mon fils et lançai : « Bon et bien, la journée commence ! » Et pendant que je prenais mon petit homme dans mes bras pour aller l'habiller, ma complice me répondit : « Rappelez-vous, nous allons faire nos courses tantôt. Nous avons une grosse journée ! »

\*\*\*

Environ une heure plus tard, nous avons déjeuné et embarquions en voiture pour notre itinéraire d'enchaînement de magasins. L'ambiance était animée, avec mes deux acolytes qui chantaient des chansons l'une après l'autre. La journée se déroulait à merveille. Nous avions promis à notre fils qu'à la fin de notre voyage, nous irions faire une sortie « spéciale », juste pour lui. Digne d'un élève des plus studieux de sa classe d'école, même s'il était encore en garderie par son jeune âge, il semblait avoir appris l'itinéraire aussi parfaitement que ses parents. L'excitation qu'il avait à chaque entrée et sortie de l'auto laissait entrevoir qu'il pressentait sa destination approcher. Comme j'étais heureux et me sentais chanceux de partager cette journée avec ces deux amours.

Nous étions en route vers un restaurant, car nous avions prévu manger avant notre dernière destination. Aussitôt arrivé, je me garai sur le bord de la rue, devant le commerce que nous avons choisi. Subitement, ma compagne m'informa qu'elle devait aller à la toilette et que je devrais m'occuper de notre fils. Elle sortit, rapidement, claquant la

---

**Jonathan Perron-Baril**  
2<sup>e</sup> cycle

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

Enseignant :  
Léo-André Goyette,  
Syndicat de  
l'enseignement  
des Vieilles-Forges

porte et fonça à l'intérieur. Je ricanai un peu et mon garçon m'imita. J'étais flatté de cette attention et lui souris. Je donnai un dernier coup d'œil dans mon rétroviseur, pour être certain qu'aucun véhicule ne se dirigeait dans notre direction et ouvris la portière. D'un pas léger, je fis le tour de la voiture, vers la porte de mon garçon, en bordure du trottoir et lui ouvris. Il sautillait sur son siège au fur et à mesure que, difficilement, je tentais de détacher sa ceinture. Il avait vraiment hâte à sa surprise finale et était incapable de se contenir davantage. Je lui envoyai un petit : « Allez, viens, sors », tout en prenant son sac de linge et de couches dans mes bras. Je jetai un coup d'œil à l'intérieur pour voir si nous n'avions rien oublié pour la journée. Et au moment où je redonnai mon attention à mon fils, pour voir comment il s'en sortait avec sa descente du véhicule, je m'aperçus qu'il n'était plus sur son siège. Pour me jouer un tour, tout en ricanant et m'envoyant de ses plus beaux sourires, il s'était dirigé vers l'autre banc au fond de la voiture. Il voulait probablement s'amuser à « attrape-moi papa ! », comme il aimait si bien le faire et son père, à son tour, le poursuivant en simulant être un monstre. Brusquement, le jeu s'arrêta lorsque l'enfant ouvrit la portière du véhicule. La tempête était apparue, dans un bruit assourdissant, sans crier gare, et tout bascula.

\*\*\*

Je pleurais et n'avais aucune notion du temps. Le petit corps inanimé dans les bras, incapable de le regarder, sans vie. J'étais à genoux, dans un mélange de débris de véhicule et de sang provenant du petit corps blotti entre mes bras. Mon cœur s'était arrêté et je ne savais plus quoi penser. Je n'entendais pas les policiers ni les ambulanciers me lancer des : « Monsieur ! Laissez-nous vous aider ! » Et, au moment où je repris mes esprits, j'ouvris les yeux. Derrière les deux agents, la porte du restaurant s'ouvrit et je la vis, elle, mon amour, ma passion, ma vie, mon monde. Je vis mon monde basculer violemment vers les abysses...

---

# L'ESSENTIEL

---

Marcher dans ce monde aux couleurs multiples  
Qui m'émerveille en un seul regard  
Le chant de la nature s'éveille  
Rend à ce monde ses milliers de facettes  
La mélodie des ruisseaux  
La sérénade des oiseaux  
Le chant du vent  
S'élèvent dans les airs  
Nous montrant le monde qui nous ensorcelle  
Dans cette nature aux surprises exponentielles  
Viens voir ses feuillages aux reflets d'or  
Écoute cette ravissante mélodie  
Et, dis-moi que c'est le paradis

Dans l'existence de ce monde, la plus grande  
des aventures  
C'est la vie elle-même

Virevolte, virevoltent  
Toi qui fais chanter les oiseaux  
Pourquoi regardes-tu d'aussi haut  
Toi qui fais danser les branches  
Qui fais battre les cœurs  
Virevolte, virevoltent  
Regarde les étoiles au firmament  
Ces étoiles aux spectacles surprenants  
Dansant aux sons purs des tambours célestes  
Prononce une prière à la vue de la filante  
Virevolte, virevoltent  
Comment ne pas voir ce séisme  
Comment ne pas succomber  
À ce spectacle enchanteur  
Qui fait danser la nature  
Qui fait danser les cœurs  
Virevolte, virevoltent  
Moi qui ne suis qu'un fantassin  
Qui ne raconte que des histoires  
Un rêveur invétéré  
Comment être capable de regarder sans un mot

---

Julie-Anne Dominique  
2<sup>e</sup> cycle

Centre Nipimishkan  
(Mashteuiatsh),  
CS du Pays-des-Bleuets

Enseignante :  
Kathy Dufour, Syndicat  
de l'enseignement  
de Louis-Hémon

Quand une telle magnificence se présente  
Virevolte, virevolent  
Ne sont plus que des mots  
Des mots que l'homme à sa façon transforme  
Écouter ses mots  
Écouter leurs sens  
Qui penserait à m'écouter, moi, qui danse au milieu  
des étoiles  
Qui écouterait la nature  
Qui verra ce monde  
Vous  
Vous mes chers frères, vous mes chères sœurs  
Comment ne voyez-vous pas que notre terre se meurt  
Comment ne voyez-vous pas que vos frères meurent  
de faim  
Que ces guerres qui ne font que nous entretuer  
Pourquoi n'entendez-vous pas les cris  
de notre terre mère  
La terre mère, source de notre survie  
Comment ne pas voir que cette terre faiblit  
Comment faites-vous pour prendre sans rien donner  
Dites-moi, pourquoi ?  
Pourquoi n'êtes-vous pas capable de sauver  
notre terre mère  
Elle qui nous protège depuis des siècles,  
depuis des générations  
Comment faites-vous pour rester sourd à tout  
ce qui se passe  
Dites-moi ce qui en restera  
Quand nos enfants marcheront sur cette terre  
Que restera-t-il pour eux  
Que des terres arides et malades  
Savoir que notre descendance vivra peut-être  
dans un monde hostile  
Il faut sauver cette terre  
Il faut la protéger  
Il ne faut plus attendre  
Il faut faire vite  
Il faut faire bien  
Avant qu'il ne soit trop tard  
Avant qu'il n'en reste  
Plus rien

# PETITE ÉTOILE FILANTE

À l'aube, lorsque j'ouvris les yeux, la réalité me frappa de plein fouet. Comment allais-je nourrir mes petits pendant cette crise économique ? À force de me priver de manger, j'avais tellement faim que j'en avais l'estomac ratatiné, mais je préférais laisser le peu de nourriture que nous avions à mon mari et à mes enfants.

Je descendis au rez-de-chaussée afin de chauffer le poêle pour préparer le déjeuner. Il y avait eu un rabais sur la farine de sarrasin. Cet aliment de base était, depuis deux semaines, notre seule source d'alimentation. En plein mois de décembre, j'avais priorisé le paiement de l'électricité. Mon mari était chômeur et moi, j'étais à la maison afin de m'occuper de nos cinq enfants : Laura 11 ans, Émilie 9 ans, Paul-Émile 7 ans, Martin 5 ans et ma petite dernière Estelle, 3 ans. Celle-ci était très mal en point. Depuis deux semaines, elle perdait du poids, elle était très pâle et se plaignait constamment de maux de ventre.

Lorsque les enfants partirent pour l'école, j'emmenai Estelle chez le docteur parce que j'étais anéantie de la voir aussi amaigrie. Son verdict me renversa : ma fille allait mourir de malnutrition si je ne trouvais pas les nutriments nécessaires. Je me sentais si coupable et impuissante ! Je ne pouvais pas lui donner ce dont elle avait besoin. J'avais toujours été une femme positive, aimante, souriante et affectueuse, mais ce n'était pas suffisant pour que ma petite étoile s'en sorte.

À mon retour, Joseph, mon mari, dormait paisiblement. Je commençai à *rabouliner* de vieux vêtements afin d'en faire des semblants de tenues à mes enfants. Lorsqu'il se réveilla, il me demanda le diagnostic du docteur. Quand je finis de tout lui déblatérer, Joseph me regarda et se mit à pleurer à chaudes larmes. Je fondis avec lui. Même si nous avions le droit de nous rendre à la soupe populaire une fois par semaine avec nos enfants, ce n'était point suffisant pour améliorer leur santé et... sauver Estelle.

Mon mari et moi réalîsâmes que si nous n'agissions pas rapidement, nous perdriions notre cadette.

---

**Danielle-Ann Delisle**  
2<sup>e</sup> cycle

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

Enseignante :  
Nathalie Fecteau,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Amiante

Le lendemain matin, quand les enfants prirent le chemin de l'école, je décidai d'aller rencontrer le curé au centre-ville de Montréal. Je lui expliquai ce qui m'inquiétait au plus haut point : la santé de ma petite Estelle. Il me proposa une solution : pour sauver ma plus jeune, les religieuses étaient prêtes à l'accueillir, à la nourrir et à l'instruire. Mais pourraient-elles l'aimer ? Juste à y penser, j'en avais le cœur déchiré en mille morceaux. Je devais le faire, car je ne pouvais lui donner le nécessaire et elle était beaucoup trop jeune.

Lorsque le soir arriva et que les enfants furent couchés, je discutai de cette solution avec mon époux. Il pleurait, criait, hurlait, frappait les murs de la maison. Je lui expliquai que j'étais détruite juste à y penser, mais que je préférais qu'elle soit adoptée et qu'elle reste en vie plutôt que de la voir mourir de faim. Après une soirée chargée en émotions et une très longue discussion, nous prîmes la meilleure décision : nous allions confier notre petite étoile aux bonnes sœurs. Mes quatre autres enfants étaient maigres eux aussi, victimes du krach boursier, mais ils allaient s'en sortir tout comme leurs parents. Pour une maman, il ne peut y avoir rien de pire que de regarder ses enfants pâtir de faim. Non, je ne pouvais pas la laisser mourir. Je ne me le serais jamais pardonné.

Je me rappellerai le reste de ma vie le moment où j'ai dû dire au revoir à ma petite Estelle en pleurs devant le couvent. J'aurais préféré mourir plutôt que de regarder ma fille apeurée, mon bébé qui devait se faire à l'idée d'être abandonné. Cette douleur était pire que la faim qui me grugeait les entrailles. Désespérée, au bord d'un gouffre sans fond, je savais très bien que je ne serais jamais plus la même. Sans cette séparation cruelle, Estelle aurait lentement agonisé, puis se serait éteinte.

Maman t'aime de tout son être, petite étoile filante.  
Tu resteras à tout jamais dans mon cœur.

---

# JUGEMENTS ERRONÉS, BATTEMENTS AVÉRÉS

---

Jour ensoleillé.

Jour de pluie.

Jour de neige.

Ou n'importe quel jour, quel qu'il soit, le cœur des gens est bel et bien un mystère pour chacun, un univers insondable où les journées ne sont pas suffisantes pour offrir la capacité de les lire.

Juger : n'est-ce pas l'action à laquelle tout le monde s'adonne ? Certains plus que d'autres et à chacun sa motivation. Mais n'est-ce pas la vérité que tous portent des jugements ? Parfois faciles, parfois ignorants, parfois mesquins.

Tu te lèves un matin en commençant ta petite routine : fumer ta cigarette, prendre ta douche, t'habiller, déjeuner, nourrir le chien, démarrer le lave-vaisselle et partir au travail à pied.

Tu claques la porte en y insérant la clé. Tu joues après la poignée pour vérifier que c'est bien verrouillé. En te dirigeant vers la rue, ton regard croise celui de ton voisin. Le vieillard assis sur son balcon se berce silencieusement dans sa chaise en bois. Tu lui souris chaleureusement, mais au fond de toi, c'est surtout par politesse, bien que l'homme garde sa moue sérieuse qui te paraît grincheuse suite à ton geste. « Maudit bonhomme malpoli qui n'est jamais de bonne humeur », penses-tu. « À quoi bon lui sourire chaque matin ? Il n'est même pas capable de me rendre ce sourire », continues-tu de rager durant ta marche.

Tu cesses de fulminer contre ton voisin lorsque tu parviens au petit magasin du coin. La cloche retentit quand tu pousses la porte. Une excitation d'impatience t'envahit vis-à-vis la file. Tu veux juste ton foutu paquet de cigarettes. Tu roules les yeux face au type devant toi qui tient sa grosse caisse de 24. Tu préfères ta dépendance à la cigarette à celle de l'alcool. Au moins, toi, tu gardes tous tes esprits. Tu observes ses vieux vêtements qu'il porte. Il devrait s'en acheter des

---

nouveaux au lieu de dépenser dans de la bière, alcoolique à la con. Tu sursoutes soudainement en entendant un cri strident retentir dans le magasin. Un gamin d'environ six ans fait une crise à sa mère. Alors que tu crois qu'il va se jeter au sol et battre des pieds en braillant, il tape plutôt sa mère en lui hurlant : « Je veux ce satané chocolat, poufiasse. Achète-moi mon satané chocolat, grosse garce ! » Les yeux t'agrandissent et la bouche t'en tombe. Sale morveux à la langue de vipère ! Quel genre de mère laisse son enfant parler ainsi ? C'est clair, elle ne sait pas comment éduquer ce même pourri gâté. Tu lui passerais bien un savon sur la langue, toi.

Une fois sorti du magasin, tu poursuis ton chemin avec ton paquet de cigarettes en poche. Tu t'en allumes une pour décompresser. Les gens t'ont vraiment énervé dans ce magasin. Tu écrases de ton pied ton mégot que tu viens de jeter par terre en arrivant à l'arrêt de bus. À côté de toi se dresse un jeune homme qui regarde une vidéo sur son téléphone. Ne pourrait-il pas mettre des écouteurs ? Bon sang ! Pourquoi obliger les autres à entendre ce qu'il visionne ? Tu bouillottes intérieurement lorsqu'il éclate de rire. Pendant les cinq minutes où tu patientes, tu dois prendre sur toi pour ne pas t'énerver contre le mec qui rigole aux larmes devant sa vidéo qui te dérange. Enfin, tu vois le bus arriver. En dépassant ce dernier, tu le pousses volontairement de ton épaule en t'engouffrant à l'intérieur.

Tu soupères en t'assoyant à côté d'une femme. Une drôle d'odeur âcre s'insinue dans tes narines te faisant froncer les sourcils. Mais qu'est-ce qui pue autant ? Tournant la tête, tu comprends que l'odeur provient de la femme. Elle porte un jogging poussiéreux et un très grand chandail de laine. Ses cheveux semblent gras et mêlés. Tu pincas ton nez quand elle bouge pour ouvrir son portefeuille. Tandis qu'elle en sort son téléphone, tu regardes la grosse liasse de billets. Avec tout cet argent, elle n'est pas capable de s'acheter de quoi se laver ? Mais comment certaines personnes peuvent-elles être à l'aise de vivre dans la crasse ? Cette femme est dégueulasse, s'en rend-elle compte ? Exaspéré, tu secoues la tête, mais espérant arriver au plus vite à destination.

---

Toutefois, les choses vont vite. L'autobus tremble, ton cœur bondit à travers les cris des passagers, tu sens ton corps se soulever et la fenêtre d'en face qui se rapproche de plus en plus. Puis, c'est le noir total.

Tu es de nouveau en train de claquer la porte de chez toi, y insérer la clé et vérifier qu'elle est bien verrouillée. Néanmoins, quand ton regard capte celui du vieillard, étonnement, tu parviens à sonder le cœur de celui-ci. Ce vieillard s'assoit sur son balcon tous les matins pour pouvoir recevoir ton sourire chaleureux, puisque c'est l'unique interaction sociale à laquelle il peut s'accrocher. Cet homme se sent tellement seul et triste qu'il ne peut rendre ton sourire, car il n'a qu'une envie, celle de pleurer son existence solitaire. Tu lui souris avec le cœur lourd, mais cette fois, tu pars sans rancœur.

Impatient dans la file du magasin, avant même d'être désireux de critiquer l'homme alcoolique devant toi, tu le sais. Tu sais que cet homme est meurtri depuis sa tendre enfance et que tout ce à quoi il a aspiré dans sa vie a échoué. Il boit pour analgésier la douleur ainsi que pour oublier ses démons. Il se sent comme un bon à rien qui ne réussit qu'à faire fuir les gens qu'il aime.

Le gamin qui hurle des insultes à sa mère, tu lis dans son cœur qu'il est perturbé, car c'est ainsi que son père traite sa mère. Et en observant la mère, tu sais qu'elle est démunie, sans ressources ni soutien et qu'elle est submergée par sa misérable vie qu'elle ne peut contrôler.

Le vague à l'âme, tu sors du magasin pour aller à l'arrêt de bus en fumant ta cigarette. Ton envie de bouillir intérieurement contre le jeune homme est interrompue quand tu examines son cœur. Il aimerait bien avoir ses écouteurs, si seulement ils n'avaient pas été cassés par ses intimidateurs à l'école. Il prend le bus tous les matins de la semaine pour aller se faire persécuter. Ces vidéos comiques qu'il regarde sont là pour l'empêcher de penser à la manière dont il pourrait mettre fin à ses pénibles jours. Rire met un minuscule baume sur son cœur qui pleure, ce que personne de son entourage ne parvient à faire. Au lieu de le devancer en le percutant, tu le laisses passer d'abord.

---

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

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

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

Tu ravales ton amertume en t'assoiant à côté de la femme qui sent mauvais. Tu as peur de la regarder, mais sans même le faire, son cœur heurte le tien. Bien qu'elle soit mal dans sa peau, cette tenue sale et puante la réconforte. Il y a longtemps qu'elle a appris que les hommes aiment les femmes belles et propres. C'est la seule solution qu'elle ait trouvée pour qu'on ne s'approche plus de son corps. Depuis son plus jeune âge, son père lui soufflait à l'oreille si souvent qu'elle sentait tellement bon au moment où il grimpaait dans son lit.

Encore une fois, les choses vont vite. L'autobus tremble, ton cœur bondit à travers les cris des passagers, tu sens ton corps se soulever et la fenêtre d'en face qui se rapproche de plus en plus. Puis, tu te réveilles à l'hôpital les yeux remplis d'eau. Tu hoches la tête en fixant le plafond blanc. Parce que oui, tu viens de prendre conscience de la profondeur des cœurs.

---

## L'INNOMMABLE

Madame Miller,

Cette lettre, je vous l'écris parce que vous avez été dans ma vie une professeure déterminante pour moi. Aujourd'hui, quelque trente-quatre ans plus tard, je me revois dans ce cours de français, vous m'enseignant et exigeant mon attention, mais ne sachant trop comment faire. Et puis un jour, jadis déjà, vous avez mis entre mes mains un livre qui m'a passionné. Un livre de Louis Hémon, *Maria Chapdelaine*. Vous saviez que j'étais un adolescent passionné d'histoire et vous aviez misé sur une de mes forces.

Aujourd'hui, c'est la vie qui exige mon attention, car je suis de retour à l'école à cinquante ans. J'ai fait une bêtise, je suis à l'ombre et c'est comme si le vent avait soufflé à mon oreille un souvenir. Luc, mon nouveau professeur de français, est

---

un passionné, il a toujours les yeux allumés comme des lumières et il a réussi à me dénicher Maria Chapdelaine. Aujourd'hui, nous sommes le 17 septembre 2019, et cela fait deux jours que j'ai ce livre entre les mains. Bien que j'avais hâte de l'ouvrir, je ne l'avais pas encore fait parce que j'avais peur. Cela fait deux jours que je le palpe, que je le traîne avec moi partout, et que je le mets sur une table de carton que j'ai faite à côté de mon lit de fer dans ma cellule. Ce matin, au réveil, je me suis dit que j'allais lire une première ligne...

Aujourd'hui, j'ai décidé de vous écrire, parce que je peux vous revoir à travers les yeux de mon nouveau professeur. J'aimerais vous faire part, comme à ce dernier, d'un souvenir de ma vie du temps de mes seize ans. Vous vous rappelez peut-être que mon paternel enseignait tout comme vous, mais en histoire cependant. À la maison, nous vivions beaucoup de violence familiale. Et il arrivait à mon père de m'en faire voir de toutes les couleurs... Bien que mon père ait vécu les difficultés et les pressions de l'immigration de l'accueil d'un peuple (Québec) qui ne pense qu'à écraser la tête de son voisin pour augmenter sa propre crédibilité, mon père a vraiment fait son possible pour s'intégrer. Mais un jour, il a malheureusement craqué, et je suis l'un de ceux qui en ont fait les frais. Je sais qu'il n'a jamais voulu être violent avec sa famille. Mais peut-être, sans vouloir excuser ce qu'on ne peut nommer, a-t-il essayé de trouver des réponses dans l'impardonnable.

Un matin où je n'étais qu'un enfant et où je dormais, je me suis réveillé en sursaut, car j'entendais crier et râler. Mon père était en train d'étrangler mon chien Champion qui n'était qu'un chiot d'environ six mois parce qu'il avait uriné et chié sur le plancher de ciment de la cave, malgré la gazette que j'avais mise la veille avant de me coucher. J'ai poussé mon père le plus fort que je pouvais afin qu'il desserre ses mains du cou de mon chien. Et quand Champion est tombé par terre, il s'est sauvé dans sa grosse niche où je l'ai suivi pour le prendre dans mes bras. Je pleure en ce moment, car j'entends encore ses plaintes, et j'entends mon père crier et péter les plombs. J'ai peur en ce moment comme à l'époque, parce que je revois mon paternel prendre un deux par quatre, il hurle les yeux sortis de la tête

---

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

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

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

et s'avance vers la niche puis à grand coup me frappe avec ce bois pour que je lui laisse mon chien. Je crie à tue-tête à ma mère et lorsqu'elle arrive, elle met fin tout de suite à mon calvaire.

Avant que mon père décède, j'ai essayé de lui parler de cet évènement, mais il a nié, comme si un enfant pouvait inventer une histoire pareille. Et si je parle de cela à ma mère, elle me dit qu'elle ne s'en souvient pas... Je me demande aujourd'hui si ma vie aurait été autrement si j'avais tiré sur les pieds de mon père lors de sa tentative de suicide au lieu de le décrocher. C'est à ce moment que vous m'avez sauvé la vie quelques années plus tard sans le savoir en me permettant de sortir de ma misère et de lire pour la première fois *Maria Chapdelaine*. Je crois que les A.A. mentionnent que s'il nous est possible de réparer nos torts sans nuire aux autres, qu'il est souhaitable de le faire. Après avoir essayé de discuter avec mon père à l'époque et avec ma mère encore, il y a quelque temps déjà, je me suis aperçu que tant chez l'un que chez l'autre, ce qui nous séparait n'était pas tant les torts causés que l'absence de mots dans son existence. Ce qui n'a pas reçu de nom ne peut être nommé. L'innommable. Ce qui est bas, indigne, salaud, écœurant, horrible et douloureux, voire misérable, se nomme, mais je crois que certaines choses sont trop méchantes pour être nommées, car on ne peut les qualifier pour les catégoriser.

Il est treize heures trente et, depuis ce matin, je n'ai lu que trois lignes de mon bouquin. Depuis ce matin, c'est bizarre, il n'y a que du brouillard dehors. Du moins, c'est l'idée que j'essaie de me vendre. Parce que depuis ce matin, je me sens partagé entre le trop-plein de peine et l'immense bonheur de retrouver *Maria Chapdelaine*. Car depuis ce matin, ce brouillard qui ourle mes yeux me fait souvenir qu'à l'époque, ce livre m'a sûrement sauvé la vie tout comme je crois qu'il s'apprête à le faire maintenant.

À mes deux professeurs, mes hommages,

Mitchka

# IL ÉTAIT DEUX FOIS

Commencent ainsi les belles histoires, celles qu'on s'est jadis fait raconter tard le soir

J'écris celle-ci en me disant qu'un jour, peut-être, je raconterai la nôtre à mes futurs adolescents  
L'histoire du premier avec qui j'ai cru possible de voir un jour s'écrire « et ils vécurent heureux et eurent beaucoup d'enfants »

L'histoire qui me fait encore du mal, mais qui avec du recul m'aura aidée à grandir, à m'épanouir et à aller de l'avant  
À toi, de qui un jour je nommerai le nom à ma petite fille lorsqu'elle me demandera  
« Et puis toi, Maman ? Tu n'as jamais déjà été amoureuse éperdument ? Et c'était comment ? »

Il est arrivé dans ma vie l'année de mes 20 ans  
Il était drôle, il était charmant  
C'était vite devenu le meilleur ami de Maman  
Il était là quand c'était le temps, il tendait l'oreille pour écouter mes tourments  
Il transformait mes larmes en rires et mes soupirs en sourires

Il était mon ami et rien de plus  
Jusqu'à ce qu'un jour il m'avoue qu'il voulait plus  
J'étais étonnée, paralysée, je ne voulais pas gâcher notre relation  
Mais j'ai essayé malgré mes hésitations  
Je lui ai ouvert mon cœur malgré mes réticences  
Et c'est ainsi qu'a débuté notre amour naissant  
Quatre ans à se parler chaque jour, quatre ans à lui donner tout mon amour  
J'aurais dû me méfier qu'aucun feu ne brûle éternellement  
J'ai appris à mes dépens

---

Il était ambigu  
Tout est devenu éphémère  
Ses remises en question  
Ont bouleversé mon univers  
Un pas devant, deux pas derrière  
On pensait qu'on avançait  
Mais ce n'était jamais de la bonne manière  
La terre était bleue et le ciel était vert

Plus de « Je t'aime »  
Plus de vraies attentions  
Les textos sont devenus ternes d'émotions  
Qu'en était-il des papillons ?

Par plus d'une fois, il m'a laissée tomber  
Et malgré tout je suis restée  
J'ai continué d'essayer, d'essayer et d'essayer  
Essayer de me rassurer  
Essayer de le combler  
Essayer de ne pas abandonner  
Essayer de chasser ses mauvaises pensées  
C'était un défi quotidien pour mon anxiété  
Mais il n'a jamais su ce que c'était, il ne pouvait  
que l'imaginer  
Et ce, même s'il croyait que c'était un mal que seule moi  
pouvais m'infliger

J'ai toujours eu peur de me réveiller et qu'un jour  
il en ait assez  
Qu'il me laisse comme on s'était jadis quittés  
Et qu'à nouveau je sois seule à ramasser  
Toutes les pièces qu'il a cassées  
Balayant ainsi le peu de dignité qu'il aurait pu me rester

Le destin était dans ses mains  
Il a pris son chemin et moi le mien  
Personne ne m'avait jamais dit  
Que la route de briques jaunes  
Était pavé d'autant de cônes  
« Avoir su, j'aurais dû »  
Tellement de promesses imprévisibles  
Ça faisait tellement moins mal avant que le silence  
ne soit rompu

---

Notre couple allait mal depuis quelque temps  
Les disputes et les incompréhensions s'enchaînaient  
Et se répétaient comme jamais auparavant  
Mon cœur est devenu plein de larmes et de tristesse  
Où étaient donc passés les rires et la tendresse ?

La fin d'une relation amoureuse est toujours une grande  
blessure  
Quand les sentiments ne sont plus, la vie n'a plus de futur  
Malgré le temps qui passe, ma plaie n'est pas encore  
totalement pansée  
Malgré notre séparation tu habites encore mes pensées  
Chercher l'amour dans d'autres bras, dans un autre cœur  
Pour moi, ce fut toujours ma plus grande peur

La vie s'est vidée de son sens  
Notre rupture a laissé place à un vide immense  
J'ai eu peine à survivre à ma propre existence  
J'aurais aimé pouvoir lui demander « Es-tu heureux,  
enfin libéré ?  
As-tu enfin trouvé ce que je n'ai pas su t'apporter ? »  
De mon côté, je ne pouvais imaginer  
Mon bonheur sans sa présence à mes côtés

J'ai perdu mon meilleur ami, mon coloc, mon amoureux  
et mon amant  
Pourquoi les choses ont changé autant drastiquement ?  
J'ai encore tellement de questions sans réponse  
Il disait toujours que sa première blonde il y rêvait depuis  
la polyvalente  
Que jamais il ne la manipulerait ou ne la trahirait  
Comme les autres chums qui « s'en câlissaient »  
Et pourtant il l'a fait  
Je ne crois pas qu'il était prêt pour la grande femme  
que j'étais

Notre premier appartement  
Tellement de bons moments  
Il me revient un océan de souvenirs ancrés à jamais  
dans ma mémoire  
Je devrais les compartimenter dans une boîte sans  
que ça soit la mer à boire

---

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

CFGAs des  
Rives-du-Saguenay  
(Saguenay), CS des  
Rives-du-Saguenay

Enseignante :  
Audrey Lévesque,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Saguenay

Aujourd'hui, nous sommes loin l'un de l'autre  
Peut-être me cherches-tu, de temps à autre  
Quand tu penses à tout ce que l'on s'était promis  
Les plans qu'on avait établis  
Souris-tu quand tu entends nos chansons ou  
que tu passes devant le Coco Frutti ?

J'ai tourné la page de notre relation, mais je ne l'ai pas  
déchirée  
J'ai trop de respect pour toi et ce que nous avons vécu  
Pour chercher à tout effacer  
Je te souhaite de trouver l'amour éternel  
Adieu à toi que j'ai aimé avec sincérité  
Que la chance et la réussite soient sur le chemin  
de ta destinée  
Je t'ai aimé, je t'aime et je t'aimerai.

---

## AU BOUT DE MON RÊVE

S'il y a bien une chose que je n'avais pas prévue, c'est ton arrivée. À 22 ans, ce n'est pas tout le monde qui s'imagine devenir parent. Je veux, avant tout, que tu saches que tu m'as sauvée dans l'une des périodes les plus sombres de ma vie.

Dans la communauté d'où je viens, il y a plusieurs fléaux qui peuvent nous toucher dès notre jeune âge. C'est pour cela que mon instinct de protection est si fort déjà. Tu me pousses à devenir meilleure chaque jour et, sans toi, je ne serais peut-être pas sur les bancs d'école en ce moment.

Avant toi, j'étais la même personne, mais avec des pensées différentes. Je n'avais aucunement les priorités que j'ai en ce moment. Ce qui prenait le plus de place dans ma vie, c'était l'alcool et la drogue. L'école était en seconde place et jamais ça n'aurait dû être le cas. Le problème quand on est là-dedans, c'est que ce n'est jamais notre faute. On veut

---

toujours tout avoir sans faire le moindre effort. On pense que personne ne remarque notre état, mais, en vérité, tout le monde le sait. Je suis contente de m'être sortie de ce cercle vicieux parce que c'est très dur, surtout quand tu crois que c'est la réalité.

S'il y a une chose qui est importante dans la vie, c'est d'aller à l'école. Une chose que j'ai malheureusement comprise il n'y a que peu de temps. Il n'y a rien d'acquis dans la vie, il faut travailler fort pour arriver à atteindre nos objectifs. Chacun a un parcours différent, mais finalement on veut tous atteindre nos buts.

Un de mes plus grands objectifs : obtenir mon diplôme d'études secondaires, car sans cela il y a moins de portes d'ouvertes. Pour moi, c'est une raison de me dépasser, de montrer que même si je viens d'un village autochtone, j'ai réussi. Je veux montrer à tous qu'on peut se rendre loin même avec les préjugés des autres. Parce que si j'avais toujours écouté tout ce qu'on disait, ça ferait longtemps que je ne serais plus là.

Tout ce que je veux, c'est de t'apporter le meilleur de moi. Je ne suis pas parfaite et je ne le serai jamais. Je sens enfin que tout est en train de s'aboutir dans ma vie. Je n'ai peut-être pas le plus beau parcours, mais je suis arrivée à mon accomplissement. Je vais être diplômée cette année, j'ai eu mon permis de conduire, une chose qui peut sembler tellement banale, mais qui représente mon indépendance dans la vie. Je suis reconnaissante d'en être là où je suis et maintenant que tu seras là, je sens que ma vie est comblée.

Pour terminer ma plus belle histoire, j'ai juste envie de dire que je t'attends et je suis prête à t'accueillir. Malgré les embuches, j'ai complété ce que j'avais à faire. Tout le monde t'attend avec impatience. De l'amour, tu n'en manqueras pas. N'oublie jamais que dans la vie, la base de tout, c'est le respect parce que tout le monde a le droit d'être reconnu pour sa juste valeur.

---

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

Centre A.-W.-Gagné  
(Sept-Îles), CS du Fer

Enseignante :  
Elise Leblanc,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de la région du Fer

---

# MA MEILLEURE AMIE

---

Tout le monde peut choisir la meilleure amie qui lui convient, croyez-moi. Une amie avec qui s'amuser, se détendre ou même pour vous bercer lors des jours plus malheureux. Souvent, elle n'est jamais bien loin. Elle vous attend, impatiente que vos chemins se croisent, que le feu s'allume entre vous. Lorsque c'est soudé, plus rien ne peut vous séparer. Pour ma part, je crois que j'ai trouvé la perle rare, MA meilleure amie, pour la vie !

Quand je suis déprimée, cette dernière est toujours là pour moi. Elle enlève ma peine, ma souffrance ainsi que mon désespoir pendant quelques instants. Elle me fait oublier qui je suis puis m'amène dans un autre univers, ailleurs. Le temps s'arrête et elle me fait extraordinairement de bien. Elle me donne envie d'avancer, me motive et me permet de continuer ma route. Une chance que je l'ai ! Quand je suis nostalgique, elle est capable de me faire revenir aux sources, dans le passé plus précisément. Parfois, c'est réconfortant de se rappeler de beaux souvenirs bien enfouis dans notre mémoire.

Quand je suis heureuse, ma meilleure amie est présente aussi, elle est prête à faire la fête ainsi qu'à mettre de l'ambiance dans la pièce. Elle connaît mes goûts puis n'est pas gênée du tout. Elle peut être aussi intensément drôle ! Elle n'a pas peur du ridicule, je vous le garantis ! Elle s'adapte à toutes les situations et ne contredit jamais personne. Elle est si puissante, elle ne manque pas d'énergie et elle rassemble les gens que j'aime. Elle me donne de l'espoir. Je suis certaine qu'elle pourrait, enfin, mettre la paix sur cette Terre. Ma meilleure amie amplifie formidablement ma bonne humeur, elle la triple même. C'est une conteuse hors pair, elle me livre les plus belles histoires. Il m'arrive même de lui demander de se répéter de nombreuses fois en boucle, car j'ai adoré ce qu'elle m'a raconté.

Pendant l'été, les soirs de pleine lune, elle me fait danser, chanter et me donne le goût de m'éclater. À la plage, les deux pieds dans le sable, une bière à la main, elle est à mes côtés. C'est elle, mon rayon de soleil.

---

Quand il est temps de me concentrer, elle m'aide énormément. Elle capte mon attention juste comme il le faut et elle me détend. Quand je suis en voiture, ma meilleure amie voyage avec moi. Elle me rassure et neutralise mon stress. À chaque balade, elle est partante pour aller au bout du monde, elle m'accompagne dans mes innombrables aventures. Elle me suit partout.

Finalement, sans elle, la vie ne serait plus pareille. J'ai besoin d'elle tous les jours, elle est vitale à mon épanouissement. Je l'admire énormément, elle m'apprend à grandir ainsi qu'à être moi-même. Je suis choyée, elle embellit chaque moment de mon existence. Vous comprendrez qu'avec toutes ces qualités, le titre de MEILLEURE AMIE est bien mérité, il n'est nullement exagéré.

À toi, chère MUSIQUE, merci d'exister et d'être dans ma vie. Tu resteras ma meilleure amie jusqu'à l'infini. Je t'aime.

---

**Sabrina Ethier Marenger**  
*2<sup>e</sup> cycle*

Centre Notre-Dame-  
du-Désert (Maniwaki),  
CS des Hauts-Bois-  
de-l'Outaouais

Enseignante :  
Sonya Carle,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières

---

## LA MORT OU LA MORT ?

---

Bonjour, je m'appelle James et j'ai 29 ans. Je suis analyste financier pour la banque « Investissement Keefe, Bryette and Woods » située au 89<sup>e</sup> étage de la tour sud du World Trade Center. Dans quelques jours, je vais être papa d'une magnifique petite fille, j'ai extrêmement hâte de voir son beau visage. Ah oui, une dernière chose, d'ici quelques heures je vais mourir. Bien sûr, je ne le sais pas encore.

Par une belle journée ensoleillée en ce mardi 11 septembre 2001...

**6:00 am**

Comme j'ai mal dormi, j'ai oublié à quel point on dort mal sur le divan. Hier soir, j'ai eu une prise de bec avec ma femme Sonia à propos d'un verre que j'ai laissé dans l'évier au lieu de le mettre dans le lave-vaisselle. Je lui ai dit que c'était à

---

cause de ses hormones de femme enceinte qu'elle en a fait une montagne. Un conseil, les gars, ne jamais dire à votre femme qui est enceinte de neuf mois que c'est à cause de ses hormones qu'elle exagère les faits. C'est un aller simple vers le divan ! Ce soir après le travail, je vais lui apporter des roses et nous allons nous commander du restaurant chinois, histoire de me faire pardonner, elle mérite bien ça.

### **6:30 am**

Alors, j'ai ma valise, mon veston et... ah oui, mon baladeur avec mon nouveau CD de System of a Down, *Toxicity*, sorti la semaine dernière. Un excellent album d'ailleurs. J'habite dans un condo situé au coin de la 94<sup>e</sup> Rue et de la 4<sup>e</sup> Avenue à New York, quartier Brooklyn. Tous les matins, je marche environ cinq minutes à pied pour aller prendre le métro de la 95<sup>e</sup> Rue. Rendu dans le métro, j'ai environ une heure et 17 stations à faire avant d'arriver à la station Cortland (ça, c'est si tout va bien) qui est à proximité du World Trade Center. Pendant le voyage, j'aime bien écouter ma musique au lieu de lire le journal. Je trouve ça plus relaxant plutôt que de lire de la merde sur papier.

### **7:40 am**

Enfin sorti... Ah tiens, aujourd'hui ça a pris moins de temps que d'habitude, j'ai même le temps de fumer une clope, voire même deux. Ensuite je vais aller au centre commercial The Mall at the World Trade Center où il y a un petit restaurant, celui qui sert un excellent café et un magnifique croissant qui est un délice !

### **8:00 am**

Dans l'ascenseur, avec mon café et mon croissant en main, il y a Bob. Bob travaille au 93<sup>e</sup> étage. Bob est un homme très gentil et toujours souriant, mais comment dire... Il a un très mauvais goût pour les chemises. Comme aujourd'hui par exemple, une chemise à carreaux rouge, non, mais pour qui il se prend ? Un Canadien ?

- Hey James ! Comment ça va ? me demande-t-il.
- Super bien et toi ?
- Tu as vu ma nouvelle chemise ?
- Oui Bob, elle est très...rouge !

- 
- Elle est géniale, n'est-ce pas ? C'est mon cousin du Canada qui me l'a offerte !
  - Ah oui ? Je n'aurais jamais deviné...

Voyez-vous, le plus long dans l'ascenseur, ce n'est pas de monter 89 étages, mais plutôt d'endurer Bob et son goût vestimentaire qui laisse à désirer.

### **8:20 am**

Assis à mon bureau, je peux enfin manger. Ah tiens ? C'est vrai nous sommes le 11 septembre aujourd'hui, c'est la fête de mon père. Je devrais l'appeler, non ce soir après le travail à la maison. Là maintenant, j'ai trop faim.

### **8:35 am**

La journée commence au bureau quand tout à coup...

- JAMES!!! Dans mon bureau!!!

Cet homme au double menton et qui transpire uniquement en criant après ses employés est mon patron.

- Mais qu'est-ce qu'il me veut si tôt ce matin ?

### **8:45 am**

Finalement, ça s'est super bien passé, j'ai même eu droit à une augmentation de salaire. Selon lui, je fais de l'excellent travail, je vais aller loin dans la vie. Alors là pour une surprise ! J'ai hâte d'annoncer la nouvelle à So...

### **8:46 am**

Un énorme bruit sourd, comme si un gros moteur à réaction était tout proche suivi d'une énorme explosion.

- Il y a un avion qui s'est écrasé dans la tour d'en face ! cria un de mes collègues.

Les plus brillants partent tout de suite vers la sortie de secours. Les plus curieux comme moi restent pour voir. Ma mère m'a toujours dit que la curiosité était un vilain défaut... J'ignorais cependant que cela causerait ma perte.

---

**Kevin Edwards**

2<sup>e</sup> cycle

Centre Le Moyne-  
D'Iberville (Longueuil),  
CS Marie-Victorin

Enseignante :

Emmanuèle Baudouin,  
Syndicat de Champlain

**9:02 am**

Sans même s'en rendre compte, déjà 17 minutes se sont écoulées. Il y a de la fumée et du feu de l'autre côté. Et puis sans avertissement, un autre avion apparaît de nulle part et se dirige vers notre tour et puis soudain... Plus rien.

**???**

J'ai mal à la tête... et ma jambe... ELLE EST EN FEU! Aye! Je crois que je suis brûlé au 36<sup>e</sup> degré! J'étouffe ici, trop de fumée, trop de feu. Je ne vois rien, ni personne, ni l'escalier de secours. Là-bas, les fenêtres ont éclaté, il y a de l'air, ceci sera ma direction.

**???**

Il reste à peine quelques mètres devant, et là mes jambes s'immobilisent... Mais qu'est-ce que... ? Le feu derrière moi qui avance à vitesse grand V. J'avance de plus en plus vers le rebord. Au travers de la fumée vers l'extérieur, je vois les gens de la tour en face qui se lancent dans le vide. Mais quel spectacle désolant! Mes pantalons commencent à prendre feu et l'oxygène se fait rare, je ne peux plus reculer. Tout à coup, à quelques pieds de moi, quelqu'un ou quelque chose d'une couleur rouge passe à grande vitesse. Durant cette fraction de seconde, je l'ai reconnu, Bob...

Et c'est là que j'ai compris, brûler vif ou me lancer dans le vide, en gros, la mort ou la mort.

Et vous? Qu'auriez-vous fait ?

# MA FILLE DE CŒUR

## UN MOMENT OÙ L'INCERTITUDE FRAPPE À SON TOUR

---

Porter la vie d'une autre femme à sa place. Est-ce que c'est possible ? Moi je dis « oui ce l'est ! » Comme une mère porteuse d'une souche compatible à sa survie. Mais pourquoi, il nous faut tant de personnes pour une si petite chose ? Pourquoi tant de mouvements autour de moi ? Mais pourquoi, je ne peux bouger les bras ni les jambes ou même parler ? Vais-je pouvoir la tenir dans mes bras avant de donner ma vie à cette femme ? Oui ma vie ! Car cette souche si précieuse est mon cœur. Celle qui a tant aimé mes enfants, que je ne verrai pas grandir, l'homme de ma vie, que je ne verrai pas vieillir. Même ma vieille amie à quatre pattes qui prend de l'âge, ma Mandzy.

Comme ma mère m'a déjà dit un jour : « Il n'y a rien de plus beau que donner la vie. » Je vais donner la vie pour la troisième fois. Mais la dernière, je vais avoir besoin de l'aide des chirurgiens, des infirmières, des infirmiers et de toutes sortes de machines. Une vie pour une future femme avec un bel avenir. Espérons plus long que le mien qui prendra fin demain à 3 h 30 de l'après-midi. On m'a dit que c'est une belle journée pour mourir. Pas trop chaud, ni trop froid et que les fleurs du printemps sortent et sentent bon comme un nouveau-né. D'ailleurs, je ne sais pas pourquoi on dit

---

sentir bon comme un nouveau-né. La vie continue ainsi. Moi qui suis sur machine respiratoire depuis plus de trois mois, injectée de solution pour aider mon corps à rester viable pour des futures compatibilités et oui, j'ai signé pour ça. Pour que mes organes aident le plus de personnes possible.

J'aimerais tellement dire un dernier mot à ma famille et à mes amis, les serrer fortement dans mes bras une dernière fois. Leur dire combien je suis fière d'eux et des efforts qu'ils font pour être de bonnes personnes.

Alors, toi qui auras la chance de vivre, une vie future avec mon cœur, qui a tant aimé, donne-lui la chance d'aimer à nouveau. Une famille, une vie plus sereine. Souris à cette belle chance. Profite de tous ces beaux petits moments, comme des grands de ta future vie. Tel un oiseau libre de toute embuche. Je t'aime ma fille de cœur.

Je vais veiller sur vous tous mes enfants, maman vous aime fort.

3 h 35. Je le vois, ils l'installent douillettement dans ta petite poitrine. 3 h 50. Ils le choquent une fois, deux battements boum-boum, pas d'autre réaction. « Allez, vas-y, t'es capable » je lui dis avec un ton ferme, comme s'il obéissait à mes dires. Là, 20 secondes passent, ça me semble une éternité épouvantable. Je vois une grosse seringue d'adrénaline se faire injecter dans le cœur. Une angoisse monte en moi, mais pourquoi il ne se met pas à battre ? 15 secondes passent, on choque mon cœur à nouveau. Oups ! Désolée, son cœur, il n'appartient plus à mon corps. « Go ! t'es capable ». Boum-boum deux secondes passent, boum-boum une seconde, boum-boum. Mais quel son magnifique, il est reparti à nouveau ! Cela me fait tout bizarre de voir mon cœur battre dans une autre personne.

Une petite parenthèse.

Le pourquoi du comment, je me suis retrouvée là, à donner mes organes. Une journée bien commencée, je suis allée à l'école aux adultes Sainte-Thérèse, en vélo, pour me remettre en forme. Mon examen s'est bien passé cet après-midi-là. Je suis si fière de moi. 3 h 30 de l'après-midi, je cours à la hâte pour récupérer mon vélo. Je le chevauche

pour me rendre à mon domicile. Mais en chemin, je me suis fait arrêter brusquement, une voiture me happe de plein fouet. « Et non je ne portais pas mon casque de vélo ! » Mon cerveau a frappé sur ma boîte crânienne, le laissant détruit par l'impact. Mais mon cœur continuait à battre malgré tout. Comme s'il le savait que je devais rester vivante pour eux. Je me vois avec stupeur, mon corps allongé sur le bitume. « Mais pourquoi, je ne me réveille pas ? » Je vois une femme parler au cellulaire, paniquée de la scène qu'elle voit. Les ambulanciers arrivent rapidement sur place. Ils procèdent à la pose d'un collet cervical avant de me déposer sur une civière et ils partent avec moi en direction de l'hôpital Sainte-Croix. Un moment de lucidité me frappe à son tour : mes enfants !!! Je dois aller les chercher à l'école.

**Caroline Lessard-Bernier**  
*Présecondaire*

Centre Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CS des Chênes

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

## MA PLUS BELLE HISTOIRE, C'EST... VOUS !

Dans ma chambre remplie de noirceur,  
J'écris ce petit poème du fond de mon cœur,  
Mes yeux ne sont pas de la bonne couleur,  
Pourtant, bien des gens ont souvent joué sur mes humeurs,  
Asteure, j'ôte le gros caillou qui écrase mon cœur,  
Car pour moi être heureuse, c'est d'avoir du travail,  
ce qui ne me fait pas peur, Parce que bien au contraire,  
ça me comble de bonheur,  
Je ne compte jamais mes heures,  
De plus, j'ai trois excellents instructeurs...

Je viens d'une famille dysfonctionnelle,  
Un milieu familial où l'on me disait que je n'étais pas  
la plus belle,  
Ce qui dans mes relations m'a rendue très fusionnelle,  
Jusqu'au jour où je suis devenue rebelle...

---

Si tu savais Andy, toi que j'ai tant aimé,  
Tu me l'as si bien prouvé,  
Pendant bien des années,  
Pour te défouler, tu m'as frappée,  
Quand tu me prenais par le bras, ce n'était pas pour  
me faire danser,  
Pour tout ce que tu m'as fait, je ne t'ai jamais dénoncé,  
Pourtant, l'Univers sait que tu l'aurais bien mérité...

J'ai réellement cru que tu étais l'homme de ma vie,  
Celui avec qui je m'étais construit un magnifique petit nid,  
Pour être avec toi, j'ai dû abandonner mes amis,  
Parce que tu m'as dit que tu serais mon seul et unique ami,  
Que personne ne pourrait jamais m'aimer tel que je suis,  
Car j'étais trop différente des autres, et ce, jusqu'à l'infini,  
Pendant très longtemps pour t'oublier, j'ai vécu dans  
le déni...

Aujourd'hui, dans ma belle solitude,  
En ma propre compagnie, je me plais avec mes petites  
habitudes,  
Il n'y a plus de toi pour me faire de l'attitude,  
Maintenant, face à la vie, je commence à avoir  
de la béatitude,  
Je retrouve une joie de vivre avec mes amies pour  
qui j'ai de la gratitude...

Pour m'aider à me sortir du décrochage,  
J'ai décidé de reprendre mes études pour mon futur  
que j'envisage,  
J'ai décidé de briser tous mes barrages,  
Ce qui m'a demandé bien du courage,  
Parce qu'en vieillissant, je deviens de plus en plus sage...

Dans le passé, j'ai été souvent étouffée,  
Par des personnes méchantes que je n'ai pas su flairer,  
Très souvent, j'ai été opprimée, mes blessures,  
je commence à les panser,  
Parce que trop souvent j'ai été blessée,  
Je crois fortement, moi, Sisi, que j'ai le droit  
d'être aimée,  
Pour la femme que je suis et qui prend soin d'elle  
à se ressourcer,  
Parce qu'au fil des années, je me suis améliorée...

---

À un moment donné, j'ai eu une belle opportunité,  
Celle de pouvoir aider les autres et de travailler,  
Dans un endroit où c'est important la propreté,  
Michel, Dominic et Michel sont mes instructeurs  
qui ne m'ont jamais abandonnée,  
Dans les moments où j'ai atteint les bas-fonds,  
ils m'ont toujours encouragée,  
À expédition, je ne me suis jamais sentie de leur  
part jugée,  
Bien au contraire, ils sont toujours prêts à m'écouter  
et à m'aider..

Maintenant, je n'ai plus peur d'être dans le noir,  
Il y a dorénavant sur mon chemin de vie, une superbe  
et brillante lumière,  
Qui fait en sorte que celle-ci est ma plus belle histoire,  
Celle dont je suis en train de vous parler et dont  
je suis fière...

À l'école, j'ai une prof de français extraordinaire,  
Ainsi qu'une prof de mathématique fantastique,  
Ce sont deux femmes révolutionnaires,  
Mais elles sont toujours sympathiques,  
Toutes les deux, elles brillent comme des lumineaires,  
Duquel nous pouvons voir leur charisme magnifique...

En conclusion,  
Ma merveilleuse histoire,  
Est celle avec laquelle je me suis remise en question,  
Celle dont j'ai trouvé une lueur d'espoir,  
En vivant bien des sublimes émotions,  
À travers le travail, l'écriture et le tricot qui sont  
mes seuls exutoires,  
J'ai désormais le goût d'aller de l'avant et de vouloir  
traverser le pont,  
Car la vie, c'est dehors et c'est d'affronter mes reflets  
dans les miroirs...  
Je ferai de mon mieux pour ne jamais revenir en prison...

Sisi Plekanec 😊

---

**Sylvianne**

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

Centre L'Envol (Joliette),  
CS des Samares

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

---

# MON PAPA, MON HÉROS

---

Quand on est tout petit, on a besoin de son père, c'est notre héros, c'est le plus fort. À l'adolescence, alors qu'il nous ramène à la raison, qu'il critique chaque *p'tit chum* qu'on amène à la maison, qu'il nous critique sur nos choix vestimentaires, il devient notre pire ennemi. Et à l'âge adulte, c'est son avis qu'on va demander avant de faire des choix plus importants dans nos vies. Pour moi, mon père, c'est l'exemple parfait, un homme de 48 ans, fort et extrêmement travaillant, qui se soucie beaucoup plus du bien-être de sa famille que du sien.

Mon père, c'est l'homme qui n'a jamais su comment démontrer ses émotions, c'est l'homme de la génération où un homme ça garde tout en dedans. Mon père, c'est l'homme qui ferait 30 minutes de route seulement pour m'aider à déménager un meuble trop lourd pour mes p'tits bras de fille, sans dire un mot. C'est le genre d'homme qui, quand il te serre dans ses bras, te fait ressentir toute la sincérité que ses mots ne sont pas capables d'exprimer.

J'en ai voulu à mon père longtemps pour ne pas avoir été capable de m'exprimer sa fierté envers moi, j'en ai voulu à ma mère parce qu'elle, elle me le démontrait tous les jours, mais c'était la fierté de mon père dont j'avais besoin. J'en ai voulu à mon père parce que c'était facile de dire que mes échecs amoureux étaient dus à la façon qu'il avait eu de m'aimer maladroitement.

Aujourd'hui, je réalise que son amour, il a su me le donner de la façon qu'il avait appris à le faire. En me glissant des sous en cachette dans mes affaires quand je suis partie en appartement, juste pour être sûr que je ne manque jamais de rien, en venant réparer mon automobile quand elle était défectueuse, en me faisant fâcher juste parce qu'il trouvait ça super drôle. Et maintenant, c'est peut-être la sagesse qui commence à entrer, car il est enfin capable de me dire « je t'aime ».

---

En conclusion, mon père, c'est aujourd'hui le meilleur des grands-papas, celui qui s'arrange pour faire rire ma fille de la même façon dont il me faisait rire durant mon enfance, c'est l'homme le plus fort, le plus beau et le plus important dans ma vie, car grâce à lui et aux valeurs qu'il m'a transmises, je suis devenue qui je suis et, pour cela, je lui dis un gros merci.

Et maintenant, c'est à mon tour de le dire : « je t'aime, papa ».

---

Éliane Dupéré-O'Cain  
2<sup>e</sup> cycle

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

Enseignante :  
Florence Mc Donald-  
Guimond, Syndicat  
de l'enseignement  
du Haut-Richelieu

---

## LA CHANCE D'UNE VIE : MON ADOPTION

---

Peu de temps après ma naissance, on m'a abandonnée. J'ai été comme l'une des millions de petites filles chinoises victimes de la politique de l'enfant unique. Mon adoption peut être perçue comme étant une histoire triste pour plusieurs, mais aujourd'hui je peux dire que ce fut un des plus beaux événements de ma vie.

J'ai été adoptée par un couple de Québécois lorsque j'avais un an et demi. C'est le 13 septembre 2000 où mes parents adoptifs m'ont pris pour la première fois dans leurs bras. J'étais une petite fille très mince. Déjà à cet âge, je savais plier des petites serviettes que je faisais à ma manière ordonnée et impeccable. Aussi, mes parents ont découvert que j'étais capable de m'exprimer en mandarin. Les coutumes de là-bas sont différentes d'ici, et ma mère l'a réalisé assez rapidement. J'avais l'habitude de cracher par terre quand j'en avais envie. Une fois, ma mère m'a prise sur le fait et m'a tout de suite corrigée. Par ailleurs, je ne portais pas de sous-vêtement. Les pantalons que je portais avaient une ouverture à l'arrière qui était, disons-le, très utile. On peut dire que l'adaptation a été difficile pour ma famille.

---

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

Centre Sainte-Thérèse  
(Drummondville),  
CS des Chênes

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

L'orphelinat où je vivais était situé dans la ville de Nanchang. Une nounou s'occupait d'un certain groupe déterminé de bambins. Mes parents m'ont expliqué qu'ils ne pouvaient voir l'orphelinat où je vivais depuis un certain temps, puisqu'il était dans l'ombre. La population chinoise ignorait l'existence de ces orphelinats. L'État se fermait les yeux. Tout se faisait clandestinement, mais tout était toléré. Ma famille a dû déboursier près de 25 000 \$ en argent comptant pour réaliser leur rêve de devenir parent après plus d'un an de préparation. J'ai été bénie en quelque sorte. J'étais l'une des plus vieilles de mon groupe à être adoptée. À partir d'un certain âge, les enfants qui ne sont pas adoptés se retrouvent en famille d'accueil où ils retrouvent un peu plus de liberté. Lorsque mes parents me promenaient dans les rues, j'étais émerveillée par tout ce que je voyais, car je n'avais jamais exploré autant la ville auparavant. Quelques semaines après mon arrivée à Saguenay, j'ai fait plusieurs terreurs nocturnes où j'étais dans un état second en hurlant et en pleurant sans m'en rendre compte. J'avais perdu tous mes repères. Mon environnement était différent, mes parents étaient des étrangers. C'était une adaptation importante autant pour mon père et ma mère que pour moi.

Aujourd'hui, je vais avoir bientôt vingt-deux ans. Dans mon quotidien, les personnes que je côtoie tant au travail qu'à l'école me posent souvent des questions en lien avec mon adoption : « Aimerais-tu visiter ton pays d'origine ? Souhaites-tu connaître tes parents biologiques ? » Éventuellement, je désire visiter mon pays d'origine. Je n'ai pas encore eu la chance d'y aller, mais c'est un projet que je compte bien réaliser. Je n'ai pas vraiment songé à retrouver mes parents biologiques. Je serais triste d'apprendre qu'ils vivent dans la misère ou d'être informée de leur décès. Il est vrai que je vis dans l'ignorance de ne pas connaître mes parents biologiques, mais je crois qu'il ne faut pas que je m'arrête pour autant. Je me considère chanceuse d'être ici. Plusieurs n'ont pas ce privilège. Il y a quelques interrogations qui me viennent à l'esprit. Qu'arrive-t-il avec les enfants plus âgés ? Que serais-je devenue si je n'avais pas été adoptée ? Mais ma vie est ici. Je regarde vers l'avant. Aujourd'hui, vous savez mon histoire. Vous savez l'histoire qui se cache derrière mon sourire. Je suis certaine d'une chose, la chance de ma vie, c'est assurément mon adoption.

---

# LA GOUTTE DE MALHEUR

---

On a souvent entendu l'expression « cette goutte qui fait déborder le vase ». Dans mon cas, c'est une agression sexuelle qui a débordé de mon être. C'est cette goutte qui a déclenché ma descente en enfer. Malgré ma situation présente d'être en prison, je ne croyais pas pouvoir aller plus bas.

Mais c'est à partir de ce moment que mon cauchemar a commencé. Le 1<sup>er</sup> janvier 2015, à la prison de Leclair, un sergent a abusé de moi. Après cet horrible passage, ils m'ont laissé 20 minutes dans la neige avant de me mettre en isolement, car, selon Gonzalo Cruz, ça refroidirait ma colère.

J'ai passé cinq jours dans le trou. Un endroit noir, isolé, sale et froid. Un endroit habité par le désespoir où j'ai perdu contact avec la réalité parce que l'administration voulait effacer ce qui était arrivé. Ils m'ont coupé tout moyen de communication avec l'extérieur dans cette détention à l'intérieur de la prison. Dans cet endroit, le passé est venu me hanter. J'ai commencé à avoir des rêves que je ne croyais pas vrais. J'ai pensé que c'était une association de mon cerveau avec ce qui venait d'arriver.

Dans ma tête, je voyais des images de mon enfance. La seule certitude à ce moment, c'est que ça faisait mal. J'ai senti la peur et en même temps une grande douleur.

Je n'ai pas prêté beaucoup attention à ces visions, car je ne voulais pas me souvenir. Peut-être inconsciemment, j'étais dans le déni ou l'oubli volontaire. Mais ce qui était sûr, c'était le ressenti. Le temps a continué à passer, la terre a continué à tourner et les rêves ont continué à me hanter. Ils se sont transformés en cauchemars et ils sont devenus de plus en plus présents. Mais j'ai continué à les ignorer parce que j'ai pensé que l'agression à Leclair m'avait marqué à jamais. J'étais convaincu que la peur, la douleur et la honte que j'ai ressenties étaient seulement le fruit de ce malheureux moment.

---

J'ai porté plainte à tous les niveaux dans la prison pour cette agression. Ils ont reconnu certains faits, mais ils n'ont pas su quoi répondre au deuxième palier dans le processus administratif. Ils ne savaient pas comment expliquer que ce monsieur soit en même temps le sujet de la plainte et celui qui la recevait, et moins encore comment cette personne était le Principal dans le tribunal qui m'a donné un rapport disciplinaire. Ils se sont justifiés en disant que c'était l'époque des fêtes de fin d'année et qu'ils n'avaient pas assez de personnel pour s'en occuper. Au troisième niveau, l'administration a décidé que la meilleure chose à faire serait de porter plainte à la Sûreté du Québec. Démarche que j'ai réalisée avec beaucoup d'espoir, mais laissez-moi vous dire ce que ça fait ressentir : ça fait remonter la peur, ça multiplie la douleur. La haine de parler de ça était trop grande. Dans mon cas personnel, en étant chrétien, je me sentais sale et dépourvu de pardon parce que selon la Bible, tout contact sexuel entre deux hommes est un déshonneur à la loi de Dieu. En même temps, je me sentais coupable. Je n'arrêtais pas de me répéter que c'était de ma faute, que c'était moi qui m'étais mis dans cette situation. Avec juste des mots, c'est dur à expliquer.

La police est venue prendre ma déposition. J'ai raconté tous les faits, j'ai donné les détails de tout ce qui ce s'est passé. Ils sont partis en me disant que j'aurais des nouvelles plus tard. Trois mois se sont écoulés. Ils sont venus me voir à la prison de Hull pour me dire que le procureur de la couronne ne retenait pas de charges, car il n'y avait ni témoins ni preuves et qu'il serait trop difficile de démontrer les faits. C'est sa parole contre la mienne. De plus, selon elle, cette situation n'est pas fréquente entre deux hommes. Sans oublier que lui est un sergent et moi une personne incarcérée. Ce coup a été dur à encaisser parce que je ne savais pas ce qui était le plus dur : l'agression comme telle ou se faire traiter de menteur.

J'ai pris la décision de passer à autre chose. J'ai décidé d'oublier l'agression, d'avalier mes émotions et de faire de moi un homme qui n'a pas le droit de laisser paraître ses sensations ni de pleurer sur son sort. Je devais vivre tout seul ma procession bien enfouie à l'intérieur. La vie a suivi son cours, je me suis construit une certaine résilience et j'ai

---

continué à vivre avec ces images dans ma tête. Je me disais, c'est seulement un cauchemar, ce n'est pas assez grave, je suis un homme, il faut que je démontre que je suis un battant. J'ai réussi à minimiser cet évènement. En fin de compte, ça n'avait pas duré très longtemps et je me répétais à moi-même « Tu ne vas pas mourir de ça. Dans le monde, il y a des gens qui vivent des situations plus catastrophiques que toi. Il ne faut pas en faire toute une histoire. »

À partir de cet instant, je me suis préoccupé de faire une vie normale, de continuer à avancer. J'étais sûr d'en être capable. Je me rappelais les mots de ce monsieur « je vais te faire sentir la même chose que ce que tu as fait. Je veux que tu saches ce que c'est le mal-être. » Je devais comprendre qu'il voulait seulement, à sa façon, se faire vengeance. Même si dans mon cas je me bats aujourd'hui pour démontrer mon innocence.

À un moment de ma vie, j'ai perdu confiance. J'ai perdu le goût de vivre. J'ai arrêté de manger, j'ai arrêté de me laver, j'ai trouvé que ça ne faisait plus de sens de prendre soin de moi. J'ai senti que la douleur était plus forte que la sentence. Je me trouve aujourd'hui avec un suivi médical. Je rencontre le psychiatre une fois par deux semaines et le psychologue toutes les semaines. Ils m'ont prescrit de la médication pour m'aider à arrêter la goutte de malheur qui a débordé de mon être.

## BÉBÉ SURPRISE

---

Je m'appelle Virginie, j'ai dix-sept ans, je suis la cadette d'une famille de trois enfants. Mes parents sont ensemble depuis qu'ils ont dix-sept ans et aujourd'hui, ils ont cinquante ans. J'ai deux sœurs qui ont sept ans et dix ans de différence avec moi. La différence d'âge entre mes sœurs et moi a toujours été difficile. Quand j'étais plus jeune, mes sœurs me voyaient plus ou moins comme une intruse.

---

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

Centres de formation  
générale des adultes,  
CS Pierre-Neveu

Enseignante :  
Noé Tessier,  
Syndicat du personnel  
de l'enseignement  
des Hautes-Rivières

---

Ma plus belle histoire commence donc ainsi. Je suis un bébé vasectomie ! Oui, vous avez bien lu ! Après la naissance de ma deuxième sœur, mes parents ont décidé que les accouchements et tout le tralala s'en étaient finis pour eux. Donc, mon père s'est fait opérer pour subir une vasectomie, chose que beaucoup d'hommes font de nos jours et qui est efficace à 99,9 %. Une vasectomie consiste à couper et bloquer les canaux déférents qui sont reliés aux testicules et qui transportent les spermatozoïdes. Mes parents vendaient tout au fur et à mesure que ma sœur vieillissait puisque ma mère ne retomberait jamais enceinte.

Sept ans après la naissance de ma sœur et la vasectomie de mon père, ma mère tomba enceinte. Déconcertée, elle l'annonça à mon père. Celui-ci retourna à l'hôpital pour voir si son opération avait échoué. Pourtant, tout avait été bien fait.

L'étape suivante était la conversation difficile que mon père allait avoir avec ma mère, puisque c'était scientifiquement impossible que je sois de lui. Ma mère a affirmé qu'elle ne l'avait pas trompé. Après toutes ces années d'amour mutuel, elle n'aurait jamais trahi mon père ainsi. Donc, le sujet était clos. La prochaine étape était de savoir si mes parents allaient me garder ou passer à l'avortement puisque mes parents n'étaient plus équipés pour recevoir un bébé. Ils ont été obligés de retourner à la case départ. Et qui sait comment les choses pour enfants coûtent cher et en plus de deux enfants à nourrir, il y avait moi, l'intruse qui venait bouleverser leur vie. Après mures réflexions et questionnements, ils ont réfléchi et décidé de recommencer à zéro. J'étais sûrement un cadeau du ciel, un miracle, j'avais détourné les lois de la science, comme ma famille dirait ! Quand ce fut le temps de l'annoncer à nos proches, c'était délicat. Ils ne voulaient pas que des gens croient que ma mère avait trompé mon père. Donc, ils l'ont annoncé d'une belle façon qui a conquis le cœur de toutes les personnes qui étaient présentes.

Mes grands-parents avaient organisé un dîner en famille le dimanche de cette semaine-là. Mes parents ont sauté sur l'occasion pour avouer à tout le monde la nouvelle. Ma mère avait écrit un texte que ma sœur allait lire devant tout le monde.

---

Bonjour tout le monde, je me présente, je suis Virginie et je suis dans le ventre de ma maman, j'attends avec impatience de vous rencontrer. Plus que six mois encore à attendre et je ferai aussi partie de votre famille. Depuis que je suis arrivée ici avec maman, j'entends plein de voix et de bruit que je ne connais pas, j'ai hâte de tous vous rencontrer. On se voit à l'accouchement.

Ma mère m'a raconté que sa meilleure amie s'est mise à crier. Mes parents ont été bombardés de questions, de réactions. Tout le monde se demandait comment mon père, qui était vasectomisé, aurait pu avoir un enfant.

Le jour de l'accouchement fut difficile puisque ma mère n'était pas tombée enceinte depuis sept ans. L'accouchement a duré seize heures, et je suis née avec deux tours de cordon ombilical autour du cou. Ce jour-là, c'était la fête de mon oncle alors tout le monde était chez mes grands-parents et quand ils ont su que ma mère accouchait, tout le monde est venu à l'hôpital.

Depuis ce jour, dans les dîners et les soupers, les blagues tournent souvent autour du sujet de ma naissance « fille du laitier » ou quand quelqu'un dit que je suis bien la fille de mon père, il répond : « ce n'est pas encore sûr ça ». Ce n'est pas dit d'une façon méchante, mais plutôt un *running gag*.

Après les années passées au côté de ma famille, j'ai découvert que je n'étais pas née pour rien, car je suis le ciment entre mes deux sœurs. Si je n'étais pas là, elles ne se parleraient pas. On me décrit souvent être un rayon de soleil qui met le sourire sur le visage des gens. Ce que j'aime le plus, c'est d'être aussi jeune comparé à tout le monde chez moi. Quand je vais chez mes grands-parents et que je commence à parler d'un sujet comme l'avortement ou l'homosexualité avec mon grand-père, qui est très vieux jeu, qui a les pensées d'un homme de soixante-douze ans et qui est aussi français, quand l'alcool rentre, ça devient encore plus intéressant, car on s'engueule. Ce n'est pas d'une mauvaise façon, on cherche à faire valoir nos points de vue. J'ai souvent été capable d'aller le chercher au

---

Virginie Lessard-Huyghe  
2<sup>e</sup> cycle

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

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

plus haut et de le faire changer d'avis même si je devais y mettre tout mon cœur et, grâce à ça aujourd'hui, il est plus compréhensif avec les adolescents et jamais auparavant mes sœurs et mes cousins n'avaient parlé à mon grand-père comme je le fais à l'âge que j'ai. J'ai beaucoup de cran.

Donc, oui, je crois avoir changé la vie de ma famille et je suis prête à changer le monde, je ne suis pas là pour rien!!!!

Voici ma plus belle histoire.

---

## ROUTE 73

Une belle journée ensoleillée s'annonce, en ce lundi 20 novembre 2017. Camille et moi prenons le petit-déjeuner ensemble tout en contemplant notre nouvelle demeure. On s'imagine déjà y fonder une famille dans un futur proche.

Il est maintenant l'heure, je me lève, la serre contre moi et lui donne un de ces baisers les plus tendres sur le front, comme je sais si bien le faire chaque matin, et je pars pour le boulot. Quant à Camille, elle termine de se préparer et saute dans sa voiture. En route pour le travail, comme à son habitude, elle écoute la radio et fredonne quelques morceaux qu'elle aime bien, tout en pensant à la vie que nous sommes en train de construire. Elle emprunte la route 73, il ne lui reste plus qu'une dizaine de minutes avant d'arriver à son travail.

*Au loin, elle aperçoit un véhicule noir, sortant d'une courbe, qui se dirige dans sa voie. Camille attend quelques secondes pour voir si la voiture va reprendre sa route... Elle constate que celle-ci ne bouge pas. (Instant de panique!) Camille tente de l'éviter par la gauche, mais à la toute dernière seconde, le conducteur donne un coup de volant pour revenir dans sa trajectoire. La voiture s'approche dangereusement d'elle. Aucune solution n'est possible. La jeune femme ferme les*

---

*yeux, serre le volant et repense à ses derniers moments passés avec son amoureux... Le magnifique sourire de Dannick la faisait fondre chaque fois et toutes ses petites attentions la faisaient l'aimer toujours plus fort.*

Vers 9 h 15, je reçois un appel m'informant de ce qui est arrivé à Camille. Je me rends à l'hôpital Hôtel-Dieu de Québec le plus rapidement possible. Extrêmement inquiet de l'état de Camille, je me dirige vers l'accueil du centre hospitalier et demande où se trouve ma bien-aimée et dans quelle condition. La dame me répond qu'elle est en salle d'opération pour le moment et qu'il est impossible d'en savoir plus. Après plusieurs heures d'angoisse, le médecin et le chirurgien s'approchent et m'expliquent l'état dans lequel elle est. Je m'écroule en entendant les résultats : fractures, lésions cérébrales en plus d'être plongée dans un coma profond. Ses chances de survie sont minces. Je demande tout de suite s'il est possible d'aller la voir !

En entrant dans la chambre, c'est un choc de constater l'état dans lequel elle se trouve : pansements, ecchymoses, tube d'oxygène et plusieurs fils reliés à des machines dont je ne connais pas les noms. Je m'approche et prends sa petite main délicate dans la mienne. Je lui donne un baiser en espérant qu'elle sait que je suis là, à ses côtés. Je verse quelques larmes en la regardant dans cette situation. Je voudrais tellement être à sa place, pouvoir la protéger et l'empêcher de souffrir ! Malheureusement, je n'ai aucun pouvoir... Je la supplie de rester forte, de trouver la force de s'accrocher à la vie, de rester à mes côtés. Je lui exprime en sanglots : « Tu ne peux pas me laisser comme ça, pas maintenant, nous avons tellement de beaux projets, c'est impossible que ça se termine maintenant. » Une infirmière s'approche pour me dire que je dois quitter, car les heures de visite sont terminées. J'embrasse mon petit cœur et lui dis que je reviendrai à ses côtés le plus tôt possible.

Le lendemain, je me précipite à son chevet. Le médecin vient me rencontrer pour m'informer des dernières nouvelles. Il m'apprend que Camille est stable pour le moment, mais que si elle se réveille un jour, il est fort probable qu'elle reste avec quelques séquelles. Le médecin lui donne un mois pour donner signe de vie et, si ce n'est pas le cas, je devrai prendre la décision de débrancher le

---

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

Centre d'éducation  
des adultes  
Marius-Ouellet (Disraeli),  
CS des Appalaches

Enseignante :  
Karine Deslongchamps,  
Syndicat de  
l'enseignement  
de l'Amiante

respirateur ou non. Je la regarde de longues minutes. Elle est toujours aussi magnifique. Je prie chaque seconde pour qu'elle se réveille et me regarde avec ses beaux grands yeux marron qui m'ont charmé dès le premier jour où mon regard a croisé le sien.

Les jours passent et rien ne change. Sa condition ne s'améliore pas. Un mois plus tard, je dois prendre une décision dont je suis incapable : j'ai le choix de la garder encore en vie sans savoir si elle va vivre (et si c'est le cas, va-t-elle être « légume » ?) ou tout arrêter et la laisser partir. Après plusieurs discussions avec les médecins, ceux-ci m'ont expliqué qu'en n'ayant plus d'oxygène, Camille nous quitterait, mais il y avait aussi environ 25 % de chance qu'elle puisse se réveiller. À contrecœur, je prends donc la décision de tout arrêter et de la laisser aller. Tout est prêt. Les médecins arrêtent les machines. Je me mets à pleurer toutes les larmes de mon corps en tenant sa main près de moi. Je la caresse et espère encore que ce cauchemar s'arrête. Je n'imagine pas ma vie sans elle...

Déjà deux minutes sont passées et, contre toute attente, Camille s'est remise à respirer par elle-même. Mon cœur, lui, s'est arrêté. Je me demande si je rêve, si tout ça est vraiment réel. Les médecins et les infirmières, tous aussi étonnés, me confirment que c'est bien vrai, c'est un miracle !

Nous voilà maintenant un an plus tard. Un an que la vie nous a donné une seconde chance. Je remercie le ciel chaque jour de m'avoir permis de la garder à mes côtés. Camille a eu de la chance, car malgré son long mois dans le coma, elle n'a pas gardé de graves séquelles de l'accident. Elle a dû réapprendre à faire certaines choses du quotidien, mais elle reste positive pour regagner toutes ses capacités et est reconnaissante d'être encore en vie. Elle a toujours été une battante et le sera toujours. Nous profitons de chaque moment passé ensemble et voulons avoir notre propre petite famille. Quant au chauffeur de l'autre voiture, nous avons appris qu'il était intoxiqué par la drogue et l'alcool au moment de l'accident et qu'il s'en est bien sorti, malgré la gravité de la situation...

---

# L'OISEAU ARC-EN-CIEL

---

Dans ce monde rempli de légendes et d'aventures, Mathias avait l'habitude de sa petite vie monotone. Il ne l'avait pas vraiment choisie, mais sa vie n'était pas celle menée par l'épée et la magie, mais celle menée par la houe et la fourche. Pour quelqu'un qui rêvait d'épopées dignes des grands héros depuis son enfance, il ne se considérait pas très chanceux.

Pourtant, sa malchance n'avait toujours pas atteint l'apogée, jusqu'à récemment. Lors des quatorze derniers jours, tous semblaient être contre lui ! Son travail dans les champs de sa famille avait été saccagé par la vermine, la femme de ses rêves allait se marier, ses parents le poussaient à trouver une autre femme pour fonder une famille et son ami d'enfance était parti vivre dans la grande ville.

C'est donc sans la moindre gêne qu'il se paya une bonne grosse bière lors du soir de sa journée de repos. Il avait l'habitude de boire une chope ou deux pendant ce moment de la semaine, écoutant les histoires des aventuriers qui vivaient son rêve.

Alors qu'il noyait son malheur, une vieille légende de son enfance se fit entendre dans la taverne. La fameuse légende de l'oiseau arc-en-ciel ! Un oiseau qui possédait le pouvoir mythique d'apporter chance et bonheur à celui qui le trouve.

Au matin venu, Mathias était prêt pour sa première aventure. Il allait trouver cet oiseau et rompre son malheur. Puisque la forêt se trouvait à seulement deux jours de son village, il était confiant en lui. Son sac à dos rempli de provisions, il prit donc le chemin vers la forêt des mille couleurs. Cette forêt étrange où les saisons se mélangent pour donner naissance à une explosion de couleurs et à un environnement extraordinaire et imprévisible.

---

Lorsqu'il arriva devant la forêt, il réalisa la splendeur de celle-ci. Ce n'était pas seulement pour son apparence, l'aura que l'endroit mystique possédait était elle-même très impressionnante pour le jeune homme. Mathias prit alors une grande respiration, chassant la peur qui tentait de s'incruster dans son esprit face à la splendeur que dégageait la forêt. Une fois son esprit calmé, c'est d'un pas déterminé qu'il franchit la lisière de la forêt. Lors des premières minutes, tout se passa sans encombre. L'endroit ne semblait pas si spécial finalement, mais, après avoir parcouru quelques mètres, il réalisa qu'il avait été bien naïf de penser ainsi.

Le terrain devint difficile : racines cachées sous un océan de feuilles rouges qui jonchaient le sol, neige qui entravait ses déplacements, glace qui rendait chaque pas dangereux, racines et lianes qui s'agrippaient à lui. Tout cela, c'était sans compter les diverses créatures étranges qui rôdaient dans cet amalgame incompréhensible de Mère Nature.

Alors qu'il mangeait l'une de ses rations pendant le midi, il ne pouvait s'empêcher de regretter son choix. Cette aventure était bien plus grande que lui, et il avait déjà frôlé la mort alors qu'il n'était toujours pas arrivé à la fin. La simple mémoire du monstre qui avait jailli de sous les feuilles d'automne suffisait à lui glacer l'échine. Il ignorait encore comment il avait réussi à fuir avec pour seule blessure quelques coupures ici et là causées par les branches d'arbres.

Découragé, il ne remarqua pas tout de suite qu'il avait maintenant de la compagnie. En effet, un petit oiseau brun bien banal était venu s'installer à côté de lui, recueillant les miettes du repas de Mathias qui tombaient sur le sol. Ce n'est que vers la fin de sa petite pause qu'il réalisa la présence de celui-ci. Surpris, il regarda le courageux petit oiseau qui ne semblait pas le craindre. C'était très rare de voir une créature sauvage agir ainsi. Il prit quelques noix de son sac, les brisa en petits morceaux et il tendit la main. Son invité surprise sauta alors dans sa main et commença à se délecter de l'offrande de Mathias. Un étrange lien se tissa entre l'homme et la bête. Une fois bien rassasié, Mathias résuma son aventure.

---

Peut-être que c'était le simple fait qu'il n'était plus seul, mais ses doutes avaient pris la fuite. Alors qu'il s'enfonçait davantage dans les profondeurs de la forêt avec son nouvel ami sur l'épaule, il continuait de braver les éléments et de contourner les monstres. Il restait tout de même un fermier.

Vers la fin de la journée, il s'installa dans un petit coin d'été bien confortable pour y passer la nuit. Il n'y avait pas que des désavantages à ce mélange de saisons. Pendant cette nuit-là, il réalisa que c'était la première fois de sa vie qu'il avait vraiment essayé quelque chose. Cela fit naître en lui un étrange sentiment inconnu.

Après une nuit étonnamment reposante, Mathias se réveilla à l'aube avec un nouveau regard sur la vie. Il avait pris la décision de rentrer chez lui. Il comprenait finalement qu'il n'avait pas besoin d'un mythe pour trouver le bonheur, mais bien d'oser le saisir lorsqu'il le désire. Il quitta donc la forêt après une longue journée à traverser les embûches que Dame Nature avait créées pour les braves qui tenteraient de s'aventurer dans la forêt des mille couleurs.

Lorsqu'il arriva à la lisière de la forêt, son compagnon fit quelques petits sauts sur l'épaule de Mathias, comme s'il voulait le féliciter d'avoir survécu à leurs péripéties. Un petit sourire se dessina alors sur les lèvres du jeune homme. Bien que l'oiseau fût très amical, il savait bien que celui-ci ne le suivrait pas plus loin. Il décida donc de lui donner pour une dernière fois des noix émietées. Son partenaire se régala avant de partir vers les cieux de quelques puissants battements d'ailes. Regardant l'envol de son compagnon, il ouvrit grandement les yeux face au spectacle qui suivit. L'oiseau brun se mit à briller de toutes les couleurs de l'arc-en-ciel avant de disparaître à l'horizon.

---

**Samuel Ladouceur-Brais**  
*2<sup>e</sup> cycle*

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

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

# À MA SŒUR

Des histoires innombrables qui foisonnent dans ma tête, la plupart naissent en un tourbillon de lieux impossibles et de personnages imaginaires. Plus rares et plus précieuses sont celles, à la fois trop simples et trop riches pour être contenues dans une enfilade de mots maladroits, que la vie elle-même rédige de sa plume étonnante et merveilleuse. Parmi cette collection de souvenirs indélébiles conservés dans l'écrin de mon cœur, ceux qui en déterminent le rythme gravitent autour d'un même nom comme au son d'une musique familière.

Enfant, le sentiment d'avoir été déposée par erreur sur une planète étrangère me hantait. Face à des camarades que je côtoyais sans comprendre, la solitude avait tôt fait de se présenter comme ma meilleure amie.

Puis, un jour de novembre, elle est apparue, réalisant à son insu mon souhait le plus cher. Petite étoile tombée du ciel, dissipant sur son passage la grisaille de l'automne, elle est entrée dans mon foyer béni pour le réchauffer de sa présence lumineuse.

Telle une fleur vivace, elle s'est bien vite enracinée dans l'étendue de ma vie, la colorant plus vivement d'année en année et en embellissant chaque recoin à sa portée.

Attentive et bienveillante, elle est devenue mon oasis inespérée sur une terre aride, le refuge où je peux souffler quand l'épuisement me guette, ma destination préférée en toute saison.

Optimiste et joviale, elle est la mésange dont le chant réveille l'hiver engourdi, présence chaleureuse qui annonce le retour des jours ensoleillés.

---

Artiste dans l'âme, elle est le clair de lune qui badigeonne d'argent mon univers, adoucissant de sa magie les nuits les plus sombres.

Inébranlable, elle est le phare qui m'a préservée des naufrages et dont l'espoir inextinguible me guide continuellement vers un port déterminé à m'accueillir. Si, par moments, je crois dériver vers des mers déchaînées, elle est aussi l'ancre solide qui me retient près des miens.

Alors que les années la voyaient grandir en assurance et en maturité, je n'ai pas toujours su incarner le ferme appui et le modèle qu'elle voyait en moi. Malgré mes manquements, elle a gardé la main tendue et le cœur ouvert, m'inspirant chaque fois la volonté de me ressaisir.

Chargée d'une mission sacrée, j'avance les yeux fixés sur les pas emboîtant les miens, souriant en distinguant les empreintes qui s'en détachent toujours plus distinctement. Il m'arrive de trébucher et je crains alors de l'entraîner à ma suite, mais elle sait me rappeler avec quelle assurance elle a appris à marcher. Aussi, mon cœur de grande sœur soupire de soulagement et de fierté lorsque d'une parole avisée, c'est elle qui m'aide à me relever.

Elle est le miroir qui amplifie mes qualités et dissimule mes défauts, en qui je reconnais une semblable, une âme jumelle qui parle mon langage. En sa compagnie, je ne suis plus une étrangère sur cette Terre.

Ma plus belle histoire a commencé avec ma sœur et se poursuit de jour en jour, chaque aventure une nouvelle page qu'il me tarde de tourner.

---

**Myriam Le Guédard**  
*Intégration*  
*socioprofessionnelle*

Centre L'Envol (Joliette),  
CS des Samares

Enseignant :  
Erik Sauriol,  
Syndicat de  
l'enseignement  
du Lanaudière

## **IMPRESSION**

Marquis Imprimeur Inc.

## **TIRAGE**

5 000 exemplaires

## **DÉPÔT LÉGAL**

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

Bibliothèque et Archives Canada

ISBN 978-2-89061-146-7

FSE, CSQ, 2020

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

Il n'y a que des paroles positives dans ta langue, tu rayannes comme une flamme joyeuse. Tu es efficace, expérimentée, habile, compétente et tes actions ne sont pas dégradantes. Pour moi, tu es une source de savoir, de joie et d'espoir, même dans les journées périlleuses.

**GRATITUDE, p. 20**

*Sans frontières, Francisation*

---

L'impuissance, l'injustice, la colère et la haine viennent tour à tour m'assiéger tandis que l'envie de mourir, de me tuer ne me quitte que dans les rares moments où le sommeil m'en libère. Ce qui me frappe le plus, dans mes quelques espaces de lucidité, c'est l'impossibilité la plus totale de partir. Le bruit des portes que l'on barre derrière moi est comme des coups qui transpercent mes mécanismes de défense pour me toucher, me blesser directement dans mon être.

**L'ÉVEIL, p. 26**

*Étienne, Intégration sociale*

---

Je me rappelle que tu avais fait le premier pas pour me dévoiler ce que tu ressentais pour moi. Tu m'as avoué que tu m'aimais et que tu voudrais être avec moi. Mais moi, j'ai fait à ma tête et j'ai rejeté ta demande. Je t'aimais tout simplement comme mon meilleur ami...

**L'AMOUR D'UNE VIE, p. 43**

*Maude Joly, Présecondaire*

---

[...]j'avais un père alcoolique. Je suis devenu doué pour interpréter les humeurs. Avec les alcooliques, c'est périlleux, car ils sont très versatiles. Légers, rieurs, et tout à coup le visage devient une grimace haineuse... PAF ! Main ouverte ou poing fermé, ça dépend... Après coup, il est toujours désolé, vraiment, vraiment désolé. Il promet qu'il va changer. Et ça recommence.

**AIMER, ÇA FAIT MAL, p. 53**

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

---

# AntiDOTE

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

