

Lettre à mon amie

Bonjour Élyse,

Tu te souviens que dans ta dernière lettre, tu écrivais que mon corps me parle et qu'il me demande de réagir? En repensant à mes problèmes de santé, je me suis dit que c'était bien possible. Je suis donc allée voir un médecin au CLSC. Je lui ai parlé de ma fatigue, de mes insomnies et de ma nervosité. J'aurais voulu me confier davantage, mais je n'ai pas osé. Au moins, il m'a prescrit des médicaments et je dors un peu mieux.

Malgré cela, je suis très préoccupée. Si, comme tu dis, j'ai peu à espérer d'une thérapie de couple, je ne sais pas ce que je dois faire. Partir? Paul est le père de Samuel. Si je brise la famille, mon fils va en souffrir et mon mari aussi. Ils sont importants pour moi et je les aime. Je me suis mariée car je voulais un environnement stable pour fonder une famille aimante et solide. Je ne veux pas abandonner mon projet de vie parce que c'est plus dur que prévu. On a vécu tant de choses Paul et moi, on devrait passer au travers.

Et dis-moi, qu'est-ce que je ferais toute seule avec un jeune enfant? Le quotidien serait peut-être encore plus pénible. Je suis tellement épuisée, est-ce que je serais capable d'élever mon fils toute seule? Ou pire encore, de vivre sans lui si jamais son père en avait la garde exclusive? Et financièrement? Déjà avec deux salaires, nous avons des fins de mois difficiles. Je ne voudrais pas que mon fils soit privé à cause de mes choix.

De toute façon, Paul n'accepterait jamais que je parte avec Samuel. L'autre soir, il m'a dit que, si un jour je le quittais, je pourrais m'attendre au pire. Il n'a rien ajouté mais, comme nous venions d'entendre un reportage sur un drame familial, ça m'a troublée. La vérité, c'est que j'ai peur Élyse. Peur de la solitude, du jugement de ma famille, peur de me tromper, de ne pas être à la hauteur, peur du changement, mais peur que rien ne change aussi. Et j'ai peur de Paul maintenant.

Si seulement il voulait aller chercher de l'aide. Mais il trouve que c'est moi qui suis trop sensible et que je m'en fais pour rien. Il n'y a pas de problème d'après lui. Je suis tellement déprimée. Je ne vois plus d'issue. Parfois je me dis que s'il n'y a que moi qui suis malheureuse dans la maison, c'est peut-être que Paul a raison. Alors, j'essaie de me concentrer sur les bons côtés de ma vie, mais ce n'est pas facile tous les jours.

En terminant, je te remercie de m'avoir transmis les coordonnées des maisons d'aide et d'hébergement pour les femmes victimes de violence conjugale et leurs enfants. Mais, j'hésite à appeler. Les intervenantes ont certainement des situations plus urgentes que la mienne à régler. Mais je les garde à portée de la main. On ne sait jamais.

Merci de te préoccuper de ma santé et de ce que je vis en ce moment. Tu es une véritable amie et je sais que je peux compter sur ton aide et ta franchise

Sylvia

Ma grande amie,

Comment te portes-tu? Je suis soulagée que tu dormes un peu mieux. C'est dommage que tu n'aies pas parlé de tout ce que tu vis au médecin, mais tu as fait un premier pas pour prendre soin de toi et je te félicite. J'ai bien réfléchi à nos échanges qui durent depuis quelque temps. J'ai de la peine de voir comme tu souffres, et je dois t'avouer que je me suis demandée plus d'une fois pourquoi tu ne quittais pas ce milieu empreint de violence. De l'extérieur quitter peut sembler parfois si simple, si facile. On peut même se demander pourquoi une femme ne part pas dès le premier signe de violence. Mais je sais de tout mon cœur à quel point tu aimes ta famille et que tu veux prendre la meilleure décision. Je comprends également que la situation est loin d'être simple et qu'elle comporte plusieurs enjeux, c'est pourquoi je ne te juge pas. La société nous a longtemps convaincues que le mariage, c'était pour le meilleur et pour le pire. Mais pas dans de telles conditions Sylvia !

Les menaces voilées que Paul t'a faites cette semaine en disant que tu peux t'attendre au pire si jamais tu le quittais sont inacceptables. Je peux comprendre que, dans un tel contexte, tu aies peur que la violence augmente si tu te soustrais à son contrôle. Je vois bien à quel point tu dois faire face à des peurs, mais aussi à des deuils afin de te sortir de ce contexte de violence. Je t'entends lorsque tu me nommes ta peur de la solitude ou de ne pas être à la hauteur. Je sais que tu vis des craintes devant les changements à venir, la garde de Samuel et même les éventuelles difficultés financières. Mais je crois toujours que c'est possible de traverser ces épreuves, une à la fois, jour après jour. Le courage et la force dont tu as toujours fait preuve te seront de précieux alliés devant ces obstacles, car tu mérites une vie empreinte de respect et d'amour.

J' imagine que l'espoir que les choses puissent s'arranger fait que tu t'accroches fort à ton projet de vie. Je te comprends tellement, moi aussi j'aurais aimé le cœur à l'envers à l'idée de quitter celui qui partage ma vie depuis toutes ces années. Sans parler du jugement de certains amis ou des membres de la famille. Peu importe le temps et l'énergie que cela prendra, je sais qu'un jour tu retrouveras une vie agréable et sans violence.

Cela me soulage que tu aies les numéros de téléphone des maisons d'hébergement dans ton sac, car tu sais, elles sont là pour toutes les femmes et les enfants vivant dans un contexte de violence conjugale. Elles offrent l'hébergement au besoin, mais aussi de l'écoute téléphonique et des rencontres de suivi avec des intervenantes. Je pense sincèrement que tu gagnerais à faire appel à leurs services, car j'ai l'impression que tes réserves d'énergie sont presque épuisées. Surtout, fais attention à toi. Tu es importante pour moi et je t'aime !

Élyse xxx

Lors d'un épisode de violence ou de menace : **911**

« Ce projet a été réalisé par les trois Maisons d'aide et d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale de Laval. Sa réalisation a été rendue possible grâce au financement de l'Agence de la santé et des services sociaux de Laval. »