

## **À bout de souffle**

Peut-on encore croire en quelqu'un ou quelque chose lorsque tout s'écroule sous nos pas?

Totalement épuisée par cinq années de travail acharné où les semaines s'écoulaient à raison d'environ 75 heures de travail entrecoupées d'études, et le reste partagé entre la discorde avec le conjoint et quelques heures à essayer de dormir, je me suis retrouvée à la rue.

***Mise à la porte de chez moi, la santé détruite, en état de dépression majeure, incapable de continuer à travailler, je ne voyais qu'un immense gouffre dans lequel je m'enfonçais.***

***À bout de ressources, après avoir été traitée médicalement sans succès, ne sachant où aller, n'ayant plus aucun goût à la vie, je me suis retrouvée, je ne me souviens trop comment, en train de passer une entrevue dans le but d'être admise au Tremplin.***

***J'accepte donc, que puis-je faire d'autre, d'entrer au Tremplin, mais que de douleur de tout abandonner derrière moi : travail, conjoint, maison... Je ne suis plus rien pour personne ; on m'a rejetée, remplacée et je n'ai personne sur qui m'appuyer.***

***Cinq mois plus tard je sors du Tremplin. Je ne suis plus un plante desséchée mais un être humain, vivant, complet et plein d'espoir.***

Moi, qui m'étais crue seule, je n'ai jamais été aussi bien entourée, comprise, appuyée et encouragée que pendant mon séjour au Tremplin. J'y ai découvert le véritable amour fraternel, le partage, la compréhension, l'entraide et surtout la considération et le respect.

Je serais bien incapable aujourd'hui de décrire la transformation, ni comment celle-ci s'est effectuée, mais les résultats sont là.

J'ai repris mon travail, j'aime la vie, je suis pleine d'espoir en l'avenir et je sais maintenant comment savourer le moment présent. Je sais aussi que je suis un être entier qui n'a rien à prouver pour être aimé. Il n'y a plus de raison que je me défonce au travail, que je sois la meilleure, la plus gentille, celle qui dit toujours oui pour qu'on l'apprécie; je n'ai qu'à rester moi-même.

Il n'y a plus de raison pour que je me retrouve de nouveau à bout de souffle.

Ex-résidente de la Maison le Tremplin