

Le témoignage de Jocelyn

Quand j'ai frappé à la porte du Tremplin, j'étais habité par la noirceur. Pas une seule journée ne se passait sans que le mal de vivre m'agresse au point de vouloir en finir avec la vie.

J'étais tellement dans le brouillard que je ne savais plus comment vivre. Tout ce que je savais c'est que je ne pouvais continuer d'exister ainsi. Mais je ne croyais pas pouvoir guérir ou aller mieux.

Puis un jour, n'en pouvant plus de vouloir mourir, je me suis rendu à l'hébergement du Tremplin. On m'a accueilli, écouté, rassuré, et tout cela chaleureusement. Je me sentais toujours mal mais je n'étais plus seul. Dorénavant, je pouvais me confier à un intervenant ou une intervenante sans craindre d'être jugé ou étiqueté. Par- contre, je devais réapprendre à faire ce que je ne faisais presque plus, c'est-à-dire sortir de chez-moi, même me laver!

Je ne peux vous dire que ce fut facile. Les premières semaines furent teintées de négativisme et de découragement. La bête noire que je nourrissais n'allait pas être si facile à étouffer.

Petit à petit, j'ai appris, non sans réticence, à moins vivre dans le passé, dans les regrets. Doucement, je me suis remis en action avec les encouragements de mon intervenante qui croyait en moi. Au fil des semaines, à force de persévérer, je récoltais des petites victoires. Je n'arrivais pas encore à les apprécier mais comme je continuais à faire des efforts, mon entourage commença à remarquer une évolution. Mon intervenante fut la première à m'en faire part, puis deux amies firent de même. Je crois qu'à partir de ce moment, tout fut plus facile.

Plus de quatre mois se sont écoulés depuis mon arrivée. Je ne suis pas guéri de toutes mes plaies et certaines seront plus longues à cicatriser. Cependant, je me suis aimé assez pour demander de l'aide alors que seul j'étais perdu. Ce que j'ai appris sur moi-même et sur la vie rapportera des dividendes pour longtemps encore.

Jocelyn