

Message d'une Amie

 **Sylvia** – lundi, 17h04

Bonsoir Élyse, j'ai suivi tes conseils. J'ai vu mon médecin. Je lui ai parlé de ma fatigue, de mes insomnies et de ma nervosité. Je n'ai pas osé me confier davantage, mais elle m'a prescrit des médicaments et je dors mieux.

 **Élyse** – lundi, 17h07

Tu sais Sylvia, j'ai vraiment l'impression que ton corps te parle, qu'il te demande de réagir. Je suis inquiète pour ta santé et pour ton moral. Pourquoi tu n'irais pas consulter docteur Dubé? Elle est si prévenante.

 **Sylvia** – lundi, 17h10

Malgré cela, je suis préoccupée. Si comme tu dis, j'ai peu à espérer d'une thérapie de couple, je ne sais pas ce que je dois faire. Si seulement il voulait aller chercher de l'aide. Mais il trouve que c'est moi qui suis trop sensible et il dit que je m'en fais pour rien. Il n'y a pas de problème d'après lui.

Je suis tellement déprimée. Parfois je me dis que s'il n'y a que moi qui suis malheureuse dans la maison, c'est peut-être Paul qui a raison. Alors, j'essaie de me concentrer sur les bons côtés de ma vie, mais ce n'est pas facile tous les jours.

 **Élyse** – lundi, 17h15

Je ne crois pas qu'une thérapie de couple pourrait faire un changement dans ta situation. C'est Paul qui a un problème de violence. Toi, tu en écopes en étant victime de ses comportements.

 **Sylvia** – lundi, 17h18

Tu me remercies de m'avoir transmis les coordonnées des maisons, mais j'hésite à les appeler. Elles ont certainement des situations plus urgentes que la mienne à régler. Mais je les garde à portée de la main, on ne sait jamais. As-tu écouté les nouvelles hier soir?

 **Élyse** – lundi, 17h20

Oui, j'ai écouté le bulletin de fin de soirée, pourquoi?

 **Sylvia** – lundi, 17h22

Ils ont parlé d'un homme qui a tué sa femme et son enfant lorsqu'elle a demandé le divorce. A la fin du reportage, Paul m'a dit : « Je comprends ce gars-là. Qui sait ce que je pourrais faire si tu me quittais. » Ça peut sembler anodin, mais j'ai senti une menace, un avertissement dans sa voix. Je me demande s'il a lu notre correspondance sur mon ordinateur. J'ai peur.

 **Élyse** – lundi, 17h26

C'est inquiétant en effet! Écoute, efface les messages de ta boîte de messagerie par précaution. Il y a une procédure sur le site d'une maison d'hébergement pour effacer ton historique de navigation. Je t'envoie la capture d'écran. Sylvia, je suis inquiète, pourquoi tu ne pars pas maintenant? Viens chez moi, tu seras en sécurité.

 **Sylvia** – lundi, 17h30

Partir? Crois-tu que je n'y ai pas pensé Élyse? Mais 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 parce que je voulais un environnement stable pour fonder une famille. 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.

 **Élyse** – lundi, 17h35

J'ai de la peine de voir comme tu souffres et je t'assure que je ne te juge pas. De l'extérieur, quitter peut sembler facile, mais je sais à quel point tu aimes ta famille. Tu veux prendre la meilleure décision et ta situation est loin d'être simple, il y a de nombreux enjeux. On nous a dit 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 sont inacceptables!

 **Sylvia** – lundi, 17h38

Partir? Crois-tu que je n'y ai pas pensé Élyse? Mais 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 parce que je voulais un environnement stable pour fonder une famille. 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.

 **Élyse** – lundi, 17h42

J'entends bien tes peurs, mais aussi les deuils que tu dois faire pour sortir de ce contexte de violence. J'imagine aussi que l'espoir que les choses s'arrangent fait que tu t'accroches fort à ton projet de vie. Je te comprends tellement. Moi aussi j'aurais le cœur à l'envers à l'idée de quitter celui qui partage ma vie. Sans parler du jugement des gens. Mais je crois quand même que c'est possible de traverser ces épreuves, une à la fois. Le courage et la force dont tu as toujours fait preuve seront tes alliés devant ces obstacles et tu sais que je serai là pour te soutenir.

 **Sylvia** – lundi, 17h46

De toute façon, Paul n'accepterait jamais que je parte avec Samuel. La vérité, c'est que j'ai peur Élyse! J'ai peur de la solitude, du jugement de ma famille, peur de me tromper, de ne pas être à la hauteur. J'ai peur du changement, mais plus peur encore que rien ne change. Et j'ai peur de Paul maintenant...

 **Élyse** – lundi, 17h50

Je peux comprendre que tu aies peur que la violence augmente si tu pars. Mais, peu importe le temps et l'énergie que cela prendra, je sais qu'un jour tu retrouveras une vie agréable et sans violence.

 **Sylvia** – lundi, 17h53

Paul arrive. Je dois te laisser.

 **Élyse** – lundi, 17h55

Surtout, fais attention à toi! Je t'aime fort.