



Qui donc connaît le malaise de se lever auprès d'un homme qu'on aime en ayant honte de son apparence?

Qui donc connaît la dose de courage qu'il faut pour enseigner à des adolescents lorsqu'on a encore plus de boutons qu'eux, et qu'ils ne ratent aucune occasion de nous le faire remarquer?

Qui comprend à quel point c'est difficile de participer à une activité magasinage quand le reflet de chaque miroir qui s'offre à nous est insupportable?

Qui peut comprendre combien il est difficile d'être de bonne humeur quotidiennement quand le simple fait de sortir de chez nous est un casse-tête?

Qui sait le nombre d'activités qu'une personne faisant de l'acné grave peut s'empêcher de faire simplement parce qu'elle n'est pas bien dans sa peau?

Moi, je sais...

Moi, je l'ai vécu pendant 20 ans.

Il y a de cela longtemps déjà, une jeune fille de 13 ans se présentait chez une dermatologue de Joliette. Cette jeune fille c'était moi. Je me souviens de ce moment comme si c'était hier. J'avais une ligne de 4 minuscules points noirs sur le nez. Ma mère, une femme coquette qui avait eu beaucoup de points noirs, était très sensibilisée à l'importance d'une belle peau. De plus, elle craignait que la génétique ne soit pas tendre avec moi. Comme mon père avait lui-même longtemps vécu avec le déplaisir d'avoir des « clous », elle trouvait qu'il fallait prendre le taureau par les cornes dès sa première apparition. Aux yeux de mes 2 parents, il valait mieux prévenir que guérir. J'avais été une belle jeune fille, je serais une belle adolescente!

La situation s'est rapidement dégradée.

Sans que personne ne sache pourquoi, déjà l'année suivante, mon acné s'aggravait. Ma peau avait tendance à être grasse, mais surtout à faire des kystes... **de gros et nombreux kystes**. Très préoccupée par mon apparence, j'ai appris rapidement les vertus du maquillage. J'appliquais adroitement une grosse couche de fond teint sur mon visage... et j'accentuais le reste... yeux et lèvres maquillés à outrance. Troublée par le reflet du miroir, j'essayais de dissimuler du mieux possible les rougeurs qui se pointaient sur mon visage. Avec l'aide de cosméticiennes, je sélectionnais déjà des marques connues et dispendieuses afin d'acheter des produits de maquillage de qualité, en fonction de ma peau.

Pourtant, ceux qui ont fait des kystes en connaissent les multiples désavantages :

- 1-# Les kystes sont sous-cutanés. Ils aboutissent rarement, et donc... restent TRÈS longtemps. (Certains de mes kystes ont duré plus de 2 ans...).
- 2-# Les kystes sont beaucoup plus gros qu'un simple « bouton » (le dermatologue a déjà dû extraire à la seringue plusieurs centimètres cube de certains de mes kystes). De plus, ils sont beaucoup plus rouges, et donc, se maquillent très mal.
- 3-# Parce qu'ils se maquillent mal, ils sont très apparents.
- 4-# Parce qu'ils sont très apparents, ils rayonnent sur une grande partie de la vie quotidienne. Ils affectent notre perception de nous, abaissent le moral, minent notre confiance en nous, jouent sur les activités que l'on choisit de faire, sur les amies, sur les relations amoureuses, sur le travail, et j'en passe...
- 5-# Et puis, c'est douloureux...**très douloureux**.

À cette époque, je voyais aussi une esthéticienne. Elle semblait très positive au départ. Toutefois, ses nettoyages de peau me laissaient la peau marquée durant plus de 7 jours. De plus, mes visites étaient toujours suivies d'une grosse poussée d'acné. Je me souviens qu'elle me faisait des extractions, des masques et de la haute fréquence. Lorsque j'ai arrêté d'aller la voir, elle avait tout essayé ce qui était en son pouvoir. Aucun résultat n'était perceptible. Pour la première fois, j'ai eu peur de ne pas guérir et de devoir vivre toute ma vie avec les affres de mon acné.

J'ai eu beaucoup de chance dans ma malchance. Mes 2 parents étaient très supportant , et ils n'ont jamais cessé de me trouver belle, fine et intelligente. Jamais ils ne m'ont abandonnée. Je me souviens qu'ils ne m'ont pas laissée me perdre dans les crèmes et les savons très longtemps. De plus, ils n'ont jamais tenté de minimiser ma peine ou ignorer les troubles que me causait mon apparence. Ils étaient toutefois très positifs et ne cessaient de me répéter que nous trouverions la solution. Ainsi donc, après avoir essayé différents savons, différentes crèmes et différents traitements offerts par les esthéticiennes, les dermatologues, le pédiatre, les pharmaciens, les acupuncteurs, et autres (tu rirais de certains si je les nommais tous!)...tout cela sans succès, mes parents m'ont amenée en clinique privée, consulter Dr. X. Il était à l'époque, et probablement encore aujourd'hui, le meilleur dermatologue en Amérique du Nord. Mes parents n'ont jamais lésiné sur les dépenses. Jusqu'à ce jour, ils ont dépensé des milliers de dollars juste pour me donner accès à tous les traitements et les services disponibles, quels qu'ils fussent et quelques soient leurs prix.

Je me souviens de ma première rencontre avec le Dr. X : un grand homme impeccable avec une peau de soie. Un vénérable dont on ne peut deviner l'âge tant il semble intemporel. Un pince-sans-rire agréable. Un homme fort, infaillible et confiant. Un homme qui prend le temps de faire des blagues et de parler politique avant de me parler de mes problèmes d'acné. Un homme qui comprend aussi la douleur de ceux qui vivent avec des problèmes d'acné. Le premier vrai à comprendre, entre-autre, comment je pouvais avoir mal, physiquement. Il m'a tout de suite dit qu'il me guérirait. Je n'avais aucun autre choix possible, je devais le croire. Et je l'ai cru. Lui, plus que tous ses prédécesseurs. Il m'a assuré qu'il ne me laisserait jamais tomber... et il ne l'a jamais fait. Je peux dire qu'avec lui, je suis allée au bout de ce que la médecine avait à offrir. Il a écrit dans mon dossier que j'étais un cas prioritaire et que je devais avoir un rendez-vous, la journée même, à toutes les fois où je téléphonerais, un formidable privilège très rare de nos jours. Ce fut toujours le cas. Il m'est même arrivé de voir le Dr. X à 22h30, les soirs, sur semaine, et même le samedi. Je me souviens qu'il m'avait dit à la blague que la seule cliente qui passait devant moi, c'était une célébrité quand elle avait besoin de lui avant un tournage... et je me demande encore s'il n'aurait pas fini par me faire passer avant elle tant je sentais que cet homme se préoccupait de moi. Il fut pendant longtemps le plus grand porteur d'espoir de guérison. Il fut souvent mon étincelle dans la nuit.

Mais l'acné est un monstre.

Tout le monde sait à quoi ressemble une personne qui a de l'acné sévère.

Ce que personne ne peut imaginer, c'est la force qu'il nous faut pour passer à travers le quotidien de la vie.

Il nous faut d'abord supporter le regard que les gens posent sur nous. Il y a d'abord ceux qui regardent sans gêne...ou ceux dont le regard est fuyant puisqu'ils sont aussi mal à l'aise que nous. Mais le pire, ce sont ceux qui nous regardent avec de la pitié dans les yeux.

À ce propos, je me souviens qu'à 18 ans, j'avais un kyste immense (celui-là a duré 2 ans et fut le plus gros que j'aie jamais eu **et jamais vu** !). Il recouvrait presque entièrement ma joue gauche et était de couleur bleu très foncé. Il m'était impossible de le camoufler. Ma paupière inférieure était décollée à cause de la grosseur du kyste, ce qui me causait, entre autre, des infections aux yeux. À l'époque, j'étais vendeuse à la boutique Belle-Jambe. À l'époque des fêtes, une cliente régulière est arrêtée à la boutique pour venir me voir. Elle m'a prise dans ses bras et a glissé dans ma main un bout de papier. C'était le numéro de téléphone d'un centre pour femme battue. Je me souviens d'être rentrée chez moi en pleurant ce soir-là.

Il nous faut aussi nous-mêmes supporter notre image. À l'adolescence, avoir un visage déformé par l'acné, ça signifie beaucoup. Ça signifie : perdre notre estime de nous-mêmes, ne pas se trouver beau/belle, ne pas regarder les gens dans les yeux de peur d'y lire du dégoût ou de la pitié, avoir peur que personne ne veuille jamais être notre amoureux, avoir peur de ne jamais être fière de son image. Ça signifie aussi : perdre de la confiance en nous, avoir peur que notre apparence nous ferme des portes, donc moins foncer et s'en fermer soi-même.

Je me souviens d'une journée où ma mère est entrée dans la salle de bain. Je pleurais en me regardant, comme il m'arrivait souvent de le faire. J'essayais de me maquiller pour l'école, mais je n'y arrivais pas. Ma mère m'a prise dans ses bras et m'a dit :

« Tu sais Caroline, tu pourrais prendre une pause pour aujourd'hui et te reposer à la maison ».

Sincèrement, j'ai trouvé l'offre alléchante. J'y ai songé sérieusement. J'en suis finalement arrivé à cette conclusion : si je me permettais une seule fois de rester chez moi à cause de mon apparence, je n'aurais plus **JAMAIS** le courage d'affronter à nouveau le monde.

Je me suis levée et je suis allée à l'école.

L'acné me rendait agressive. Me faisait ressentir un sentiment d'injustice terrible... Pourquoi moi??? Mais l'acné me rendait aussi terriblement triste et déprimée. J'avais peur de ne jamais m'aimer et que ma vie soit un perpétuel combat contre ma propre image. J'avais peur de me lever à chaque matin de ma vie pour pleurer devant le miroir. L'acné me faisait douter de moi, de mes talents, de mes compétences. Tout était désormais relié à mon apparence. J'en faisais une fixation.

Mais il y avait aussi la douleur causée par ce type d'acné. Il est difficile de dormir quand on a un énorme kyste sur la joue qui élance dès qu'on se tourne dans notre sommeil (et pense aux conséquences dues au manque de sommeil). Pour moi, la tournée de baisers à Noël était un cauchemar. Et que dire des enfants qui nous sautent dans les bras et nous accrochent sans le vouloir. Que dire des becs en pincettes et des baisers mouillés des enfants qui nous sont chers? Que dire de tous les traitements où l'on devait me prélever du pus avec de longues aiguilles pour drainer les kystes.

L'acné ça fait mal, pas juste au cœur

mais au corps aussi.

Mais l'acné m'a aussi permis de cheminer.

Je sais à quel point je suis une fille courageuse, car je sais le nombre incalculable de matins où j'ai dû m'efforcer de sortir affronter l'extérieur. J'ai dû réfléchir à des stratégies pour passer à travers ma vie. Dans mon cas, j'avais développé la technique d'attaquer le problème de front en disant tout de suite aux gens, avant même qu'ils ne m'en parlent: « oui, j'ai un gros problème d'acné kystique... as-tu des questions? » Mais je me souviens aussi d'avoir menti. Je me souviens avoir dit que je faisais une réaction allergique à des produits de beauté... car il vient un temps où dire que tu as de l'acné est gênant. J'étais à un âge où j'étais la seule à en avoir encore. On dirait que les gens étaient moins mal à l'aise face à une réaction allergique qu'à un problème d'acné.

Je me souviens aussi que je me trouvais très laide. Comme le dit l'adage que j'ai si souvent entendu : « Sois polie si tu n'es pas jolie! »... J'étais déjà polie. J'ai appris à être drôle, à m'exprimer avec verve et éloquence, à débattre farouchement mes idées, à avoir une bonne écoute et une grande sensibilité. J'étais un bout en train, une fille de party rigolote avec qui les gens avaient envie de se tenir. C'est ainsi que j'ai dû développer d'autres facettes de ma personnalité pour créer des liens et même pour avoir des amoureux, car oui, j'ai toujours eu un amoureux. Même dans mes pires moments, j'ai toujours eu la chance d'avoir à mes côtés un gars pour me dire que j'étais quand même belle. Ma famille aussi me disait que j'étais belle. Mes amies aussi... mais vous savez quoi, j'ai été longtemps à penser qu'il s'agissait de pitié, et parfois même de moquerie. T'ai-je déjà dit, Marlène, que je ne me souvenais pas de m'être déjà trouvée belle??? Il y a si longtemps!

Je me souviens d'un amoureux que je n'osais pas embrasser avec fougue parce qu'il avait une barbe et que celle-ci m'irritait la peau, la faisait peler et la rendait insupportablement rouge durant de longues heures...

Je ne me souviens pas de m'être levée à côté d'un homme, ou en présence de mes parents ou amis sans avoir à courir prendre ma douche et passer parfois plusieurs heures à me maquiller avant de pouvoir être à l'aise en leur présence.

Les médicaments aussi sont monstrueux.

Pour contrôler mon acné, j'ai dû faire le sacrifice de ma santé durant de nombreuses années. D'abord les effets sur l'estomac, la digestion, les reins. Puis, les effets de l'accutane : perte de cheveux, inconfort de la

peau, vaginites, mal aux muscles, perte d'appétit, desquamation, perte de sensibilité au niveau de la peau ou ultra-sensibilité, etc... J'ajoute aussi à cela les effets psychologiques de certains médicaments (dont l'accutane) qui mènent souvent à la déprime quand ce n'est pas carrément à la dépression (comme si ce n'était pas déjà assez déprimant de faire de l'acné!).

Mais ce n'est pas le pire. Le pire c'est la perte d'espoir. Car oui, à toutes les fois où j'ai essayé un traitement, je l'ai fait dans le but de guérir, de m'améliorer... et jamais ça n'a fonctionné. JAMAIS. Rien n'est pire que de croire à nouveau, de laisser libre cours à cette fragilité émotive et à ce goût de croire, pour finalement être à nouveau trompée, abandonnée, ou simplement déçue.

Un de mes pires moments liés à la prise de médicaments est quand je suis tombée enceinte. Je me souviens que lorsque j'ai appris la nouvelle, je prenais un médicament très fort. J'ai dû passer différents tests afin de vérifier si mon bébé n'avait pas été atteint par les médicaments que j'avais pris... J'étais si inquiète. Je me sentais coupable des complications que pourrait vivre mon enfant. Et pourtant, je ne savais pas comment je ferais pour passer 9 mois sans médicament pour contrôler mon acné... et je me sentais donc aussi coupable de me soucier de mon apparence dans un tel moment de joie. Je n'ai aucune photo de moi enceinte, vous devinez pourquoi? Bref, encore une fois, mon acné venait s'immiscer dans ma vie pour en assombrir les plus beaux moments... même l'attente de mon enfant chéri.

Mais revenons au Dr. X.

Avec le Dr. X j'ai dû refaire le cycle des crèmes et des onguents. Il voulait connaître ma peau. Il était très optimiste et prenait mon cas au sérieux, mais il voulait faire les choses dans les règles, sans brûler d'étapes. Vue l'échec des méthodes douces, il a dû passer assez rapidement à l'étape suivante. Dès l'âge de 15 ans, j'ai donc commencé à prendre **quotidiennement** différents médicaments, allant des anovulants (qui parfois règlent certains problèmes hormonaux) jusqu'à la minocycline, la pénicilline, la cortisone et d'autres prescriptions très fortes. À cette époque, le Dr.X hésitait encore à me faire prendre de l'accutane. Il me trouvait trop jeune pour tous les effets secondaires que peuvent entraîner la prise de ce médicament. Il tentait de son mieux de « contrôler » chacune de mes poussées d'acné. Je le voyais donc environ aux 3 semaines et il avait bon espoir que cela diminue et cesse complètement. Ça n'arrivait pas.

La peur du Dr. X était, entre autre, que ma peau s'abîme et se couvre de cicatrices. Mes kystes étaient très profonds, très gros et n'aboutissaient jamais. Il m'était rigoureusement interdit de « jouer » avec mes kystes. Afin de m'aider à supporter la douleur causée par ceux-ci, il me donnait des injections de cortisone dans le visage aux endroits touchés. Je me souviens d'avoir déjà compté 27 injections au visage en une seule fois.

C'était douloureux, ai-je vraiment besoin de le dire ? Mais dès le lendemain, l'inflammation amorçait une descente. C'était moins rouge, moins gros, moins enflé et ça se maquillait mieux. Parfois même, certains kystes disparaissaient. Mais c'était toujours temporaire. On contrôlait mais on ne guérissait pas. Je me souviens que c'était souvent douloureux. J'avais une infirmière qui me faisait moins mal, elle se nomme Sophie. Le Dr. X avait inscrit à mon dossier que ça devait OBLIGATOIREMENT être Sophie qui me fasse les injections. Je sais qu'il lui est arrivé de rester plus tard le soir parce que j'avais rendez-vous en fin de soirée. Elle était toujours présente et tentait de son mieux de me faire les traitements pour que ce soit le moins douloureux possible. C'était aussi elle, quand ce n'était pas le Dr. X en personne, qui drainaient les kystes les plus gros en retirant du liquide environ aux 2 semaines, question de contrôler l'enflure de mon visage, évitant ainsi des complications liées uniquement à l'enflure près de l'œil, entre autre. Je me suis attachée à Sophie et au Dr. X. Ces deux personnes avaient sincèrement ma guérison à cœur et pour eux, j'étais beaucoup plus qu'une patiente ou un défi professionnel. J'étais une jeune fille en souffrance, et ils étaient eux aussi sincèrement attachés à moi.

J'ai finalement eu mon premier traitement d'accutane vers 16 ou 17 ans. Ce traitement a duré 4 mois. Le Dr. X prenait ce traitement très au sérieux et je devais me soumettre à un régime strict et à des prises de sang à toutes les 2 semaines.

Aucune amélioration. **AUCUNE.**

Verdict : Je devais être dans l'infime pourcentage répondant moins bien à ce genre de traitement. Un peu plus tard, j'ai tenté une deuxième expérience. Cette fois, j'ai pris de l'accutane 1 an.

Aucune amélioration. **AUCUNE.** Beaucoup d'effets secondaires toutefois.

En fait, jusqu'à tout récemment, je cumulais 5 traitements d'accutane, dont trois qui ont duré plus de 1 an (le dernier ayant duré presque deux ans non-stop).

Mais avec le Dr. X, j'ai aussi expérimenté tout ce qui sortait sur le marché ou aux États-Unis. Il voulait me guérir et se tenait à l'affût de tout ce qui pouvait mener à cet ultime but.

J'ai entre autre eu en ma possession un petit appareil nommé ZENO pour « brûler » les boutons et les kystes dès leur apparition. J'ai eu des traitements au laser. J'ai aussi été une des premières au Québec à recevoir un traitement à la lumière bleue. Ce traitement m'obligeait par la suite à vivre dans une obscurité totale pendant 48 heures sans quoi ma peau pouvait rester marquée par la lumière. Je me souviens de ce traitement comme d'un point culminant dans l'histoire de mon acné... Pourquoi? Simplement parce qu'à la suite de ce traitement, j'ai fait de moins gros kystes, mais je me suis mise à avoir des boutons blancs...des pustules, chose que je n'avais jamais eus avant.

Mon acné changeait de forme. C'était intéressant parce que selon le Dr. X, les pustules se contrôlaient mieux que les kystes, et surtout étaient moins dommageables en terme de cicatrice parce qu'ils étaient moins profonds. Toutefois, comme je ne fais rien à moitié... J'avais BEAUCOUP de pustules. En fait, j'en avais tellement que j'ai même été en arrêt de travail pendant un mois, en décembre 2006. J'avais tellement de pustules que j'avais peine à parler. Mon visage était entièrement boursoufflé. J'étais laide. On pouvait sentir le relief de ma peau. Mon visage était rouge et infecté. Les pustules coulaient lorsque je parlais.

Lorsque vous lisez cela...vous le faite avec un air de dédain n'est-ce pas???

Je comprends.

**Mais moi, je devais vivre non seulement en affrontant le dédain des autres,
mais aussi en vivant avec le dédain que j'avais de moi-même.**

Je me souviens de ce moment de ma vie. Dans la semaine qui avait précédé mon arrêt de travail, j'avais mis sur pied différents projets avec les élèves, dont des paniers de Noël pour des familles pauvres, et aussi une dégustation de produits du terroir pour les élèves défavorisés de mon école. Je devais rencontrer des gens pour solliciter des commanditaires... Je traînais mon image comme un boulet. Il m'a fallu tant de courage ! Et c'est grâce à l'amour de mon métier que j'ai pu entrer au travail chaque matin cette semaine-là. Je me souviens aussi qu'un homme, auquel je tenais beaucoup, avait décidé de rompre ses liens avec moi, justement à ce moment... Comment aurais-je pu me battre pour lui ? Je me sentais laide, il était si beau. Je n'osais même plus affronter le regard des gens et lui était une bête sociale. Je sortais avec un foulard dans mon visage pour en cacher la plus grande partie. Il m'a déjà dit qu'il ne m'avait pas laissée à cause de mon apparence... Mais j'ai toujours douté de cela... Comment peut-on rêver d'embrasser une femme couverte de pustules? Comment être fier de la présenter à son entourage? Peut-être que mon image elle-même altérait ma perception des choses. Qui sait?

Bref, je me souviens avoir parlé à tous les élèves dans un auditorium. Je me souviens du courage que cela m'a pris pour le faire... et je me souviens avoir parlé avec mon foulard enroulé autour de mon visage en prétextant que j'avais froid. Je me souviens aussi d'avoir rencontré, au restaurant, cet amoureux qui me quittait. J'ai choisi une table à l'endroit le plus sombre du *Faste Fou*, afin qu'il ne me voit pas beaucoup. Je me souviens que j'osais à peine le regarder. Le lendemain, j'allais rencontrer le Dr. X. Je me souviens de son regard, de la sincère tristesse et du sincère désespoir que j'y ai lu quand il m'a regardé dans la salle d'attente. Il a immédiatement fait appeler Sophie et m'a tout de suite fait entrer dans une salle. J'ai fondue en larmes. Mon père qui

m'accompagnait pleurait aussi. Il pleurait d'impuissance. Sophie n'a rien dit et m'a prise dans ses bras. Contrairement à son habitude, le Dr. X n'a fait aucune blague. Il me faisait dos lorsque je lui ai parlé. J'ai dit, tout bas :

-« Dr. X... J'ai mal. J'ai peine à parler. Je ne veux plus que les gens me voient. **Je n'y crois plus, c'est trop difficile. Je veux disparaître.** »

Il a poussé un profond soupir, s'est retourné pour me faire face, m'a regardée droit dans les yeux et m'a dit sur un ton qui était sans appel :

-« Il n'en est pas question. Je vais te guérir. Mais tout d'abord, tu vas te reposer et rester un peu chez toi pour reprendre des forces. »

Il m'a donné 2 papiers dans les mains : un billet d'arrêt de travail pour 1 mois (qui faisait en fait 6 semaines car il était jumelé aux vacances de Noël), et une prescription d'accutane, en dose massive. Je devais aussi prendre un autre médicament pour contrer la poussée de boutons qui vient avec le début de la prise de l'accutane et un autre médicament pour ne pas que je « m'empoisonne » à cause de toute l'infection que j'avais dans le visage. Je prenais 9 pilules par jour.... Un cocktail explosif.

C'était pour moi la première fois, à 31 ans, que je passais par-dessus le principe que je m'étais imposée depuis les débuts de mon acné. Celui de toujours faire face et de ne jamais me cacher. Cette journée-là, j'ai accepté le congé et je l'ai remercié... Tout le reste me semblait insupportable.

C'est donc suite à cette crise de décembre 2006 que j'ai recommencé à prendre de l'accutane. J'ai arrêté uniquement en février 2008... parce que ma peau était tellement sèche qu'il en tombait carrément des lambeaux. Les grains blanc sur mes épaules n'étaient pas des pellicules, mais bien la peau de mon visage qui se décomposait. De plus, certains des effets secondaires de l'accutane étaient devenus insupportables (entre autre des tests pour vérifier si je n'avais pas des excroissances osseuses au niveau de la colonne...). Je me souviens même que les baisers de ma fille m'irritaient, me faisaient mal... C'est tout vous dire quand on est une maman...

À l'époque, il y avait déjà un moment que ma meilleure amie Claudine me disait que son esthéticienne était très particulière, et qu'elle avait confiance. Elle lui avait parlé de mon cas. Claudine était une des nombreuses

personnes de mon entourage qui n'a jamais baissé les bras, et qui a continué à chercher, quand moi j'étais trop désespérée pour le faire. À ses dires, l'esthéticienne en question semblait très touchée par mon cas. Claudine me disait déjà depuis un bon moment que son esthéticienne me prendrait uniquement sous 2 conditions :

a)# Je devrais acheter tous les produits qu'elle me conseillerait et les utiliser rigoureusement.

b)# Je ne devrais plus prendre de médicaments.

En fait, la réalisation de la deuxième condition me semblait si peu probable que j'ai longtemps mis de côté sa proposition. Jusqu'en février 2008, j'avais choisi de faire ma vie en prenant des médicaments forts. De plus, je dois sincèrement avouer que je doutais des pots de crème. J'avais déjà investi (et mes parents aussi !) tellement d'argent et j'avais déjà essayé tellement de sortes différentes de crème, qu'en essayer de nouveau me semblait de la pure folie. Je n'avais plus aucun espoir dans les crèmes.

Lorsque j'ai choisi d'arrêter l'accutane à cause des effets secondaires, j'étais atterrée. J'avais totalement perdu espoir. Claudine est revenue à la charge en me disant que je ne perdais rien à essayer puisque, de toute façon, j'arrêtais les médicaments. Je devais prendre un rendez-vous avec son esthéticienne. Elle n'en démordait pas!

C'est ainsi que je me suis retrouvée dans ton bureau, un beau jour d'avril, à raconter mon histoire encore une fois, en pleurant. Il y a de ces gens avec qui ça connecte tout de suite. Il y a des gens qui sont des flambeaux, des porteurs d'espoir quand toutes les lumières nous semblent éteintes. Dr. X fut longtemps porteur de cette lumière. En ce jour d'avril, tu as repris son flambeau. Tu es de celles qui redonnent espoir et qui donne envie de croire... devrais-je dire, croire ENCORE.

C'est une Caroline remplie de scepticisme qui s'est abandonnée à toi. Je me souviens avoir adopté Nelly Devuyt avec un brin d'ironie en pensant surtout au trou que ça faisait dans mon budget... mais tu avais su me convaincre. J'avais encore, bien enfouie au fond de moi parce que ça faisait trop mal, cette envie d'être belle ... et toi, Marlène... tu sais si bien parler à la femme au fond de chaque fille. On se sent déjà belle dans ton regard. Tes yeux nous pénètrent et ta confiance nous ensorcelle... Les gens ont raison : tu es bel et bien une sorcière, définitivement ma sorcière bien aimée. Est-ce seulement la magie de Nelly ou si c'est ta confiance

inébranlable? Je n'en sais rien. Ce que je sais, c'est que je n'ai jamais pu te nommer le jour de la dernière fois où je m'étais sentie belle. Je ne me souvenais pas d'un seul matin de ma vie où je ne m'étais pas levée à la hâte, timide et complexée, pour courir vers une salle de bain. Je ne me souvenais pas d'être un jour sortie dehors sans porter de maquillage. Je ne me souvenais pas avoir tant flirté avec mon propre reflet dans le miroir.

Aujourd'hui, je t'écris pour te dire que toi, et tous les gens qui travaillent à cette même noble cause qu'est la beauté des femmes, vous avez changé ma vie. Je peux désormais allier un sentiment de bien-être, de fierté de mon image, à cette belle personnalité que ma souffrance m'a permise de développer. Aujourd'hui, je suis une femme complète et comblée. Je peux désormais dire que je me sens aussi belle en dehors qu'en dedans. Je n'y croyais plus... C'est tout dire. Encore à chaque matin, je réalise la chance que j'ai et je te dis merci... merci de m'avoir fait pousser de nouvelles ailes à l'aube de mes 34 ans et de m'avoir permis de prendre un nouvel envol. Je suis de celles qui avaient baissé les bras... Merci de les avoir relevés pour moi.

Merci aussi de nous imposer une hygiène de vie toute féminine. Grâce à toi et aux nombreux produits qui font effet sur ma peau, j'ai le devoir de prendre au minimum 20 minutes quotidiennement avec moi-même et mon reflet. J'ai aussi toujours terriblement hâte de venir me faire dorloter par tes mains si habiles. Ce sont des moments d'arrêt, dans une vie frénétique, que l'on ne s'offre pas assez souvent. À la maison aussi, je prends désormais le temps de bien savourer le moment de démaquillage et de « *crémage* ». Je suis sensible à la texture des crèmes, à leurs odeurs et aux effets qu'elles ont sur ma peau. Je prends désormais le temps de prendre soin de moi... quelque chose qu'on fait rarement de nos jours. Tu m'imposes un moment avec moi-même, un moment où je suis seule devant le miroir, avec toutes mes crèmes et ma brosse, simplement pour être coquette et travailler à être belle... Quel beau travail! J'apprends à prendre soin de ma personne. Je refais connaissance avec la coquette qui sommeillait au fond de moi. Tu m'aides à redécouvrir le plaisir d'être en contact avec ma peau. Tu me permets d'en apprécier les changements et même à en accepter les imperfections... imperfections qui semblent désormais si légères, comparativement à ce que j'ai vécu avant. Tu me l'as dit si souvent : « Ne regarde pas le bouton Caroline, regarde tout ce qu'il y a autour. C'est si beau, si lumineux! » Aujourd'hui, je souris en voyant ma fille se « pouponner » fièrement derrière moi. Elle joue à se mettre de la crème en se regardant dans le miroir. Elle fait semblant de se brosser la peau et elle s'applique la crème en même temps que moi. Quelle formidable leçon de vie pour une petite fille, que d'apprendre à se faire belle.

Avant de terminer, j'ai aussi envie de faire partager cet espoir. J'ai envie que vous disiez aux gens qui souffrent, que oui, c'est possible. J'ai envie de leur dire ceci :

Qui sait le bonheur des grasses matinées et des déjeuners au lit en bonne compagnie?

Qui se permet de répondre à la porte sans maquillage?

Qui se promène sur la plage et sent désormais la douceur du vent et chaque grain de sable qui l'effleure?

Qui connaît le plaisir de nager le visage dans l'eau de la piscine sans s'inquiéter de son maquillage?

Qui sourit fièrement devant une classe bondée d'adolescents sans avoir la crainte de l'image qu'elle reflète?

Qui est fière de son image et partage avec son entourage ce nouveau bonheur?

Qui sent toute la tendresse des doux baisers et ne craint plus les accolades mouillées de son enfant?

Qui donc sera la première à faire la tournée des baisers à Noël?

Et bien, c'est moi...

Caroline

