

Carte blanche à Mélissa Perron

À propos de l'auteur

Mélissa Perron est artiste, autrice et autiste. Depuis bientôt 10 ans, elle peint la porcelaine sous le nom de Rizada. Elle a également écrit deux romans publiés chez Hurtubise: *Belle comme le fleuve* et *Promets-moi un printemps*.

Je m'appelle Mélissa Perron, j'ai 41 ans et je suis autiste. Dit comme ça, en quelques mots, ça semble simple. La vérité c'est que j'ai dû faire le parcours de la combattante pour trouver ce diagnostic.

Je m'apitoie rarement sur mon histoire, parce que je l'ai portée à bout de bras, à bout de souffle, à bout d'espoir, et que je me félicite souvent d'avoir eu le courage de tenir bon et de ne pas mettre un terme à ma vie chaque fois que je l'ai souhaité. Mais il faut aussi savoir raconter les vraies choses.

J'ai eu une enfance chaotique. Parsemée de traumatismes et de violence. Nous avons eu, comme ils disent une famille dysfonctionnelle. Je n'ai pas choisi que l'on inscrive, sur mon cœur, des

dates précises qui me ramènent là où je ne voudrais plus être. J'aurais plutôt préféré qu'on me grave ce que j'aime beaucoup: des plantes ou des chats. Sautillant d'une émotion à l'autre, je me mordais souvent les avant-bras. Très fort. Je me souviens encore de ma petite dentition en demi-cercle imprimée sur ma peau, que je regardais toujours avec fascination. J'ai souvent pleuré. Pour un regard ou une intonation de voix que je ne comprenais pas. J'ai eu un beau monde imaginaire longtemps où je me suis réfugiée souvent. À 9 ans, mon vélo était mon meilleur ami.

L'école était un endroit étrange où j'aimais faire comme les autres, mais souvent, je ne m'y rendais pas. À mi-chemin, sac à dos sur le dos, je retournais en courant vers la maison. La bouche ouverte, sentant mon cœur dans la



Mélissa Perron

gorge, je trouvais que mes jambes n'allaient pas assez vite pour que je regagne mon cocon. J'ai donc manqué beaucoup de jours d'école.

Il y a eu quelques épisodes d'intimidation, mais j'étais plutôt dans les bonnes grâces des élèves. Les enfants comprennent rapidement la dynamique des autres. Et avec le recul, je réalise qu'ils me prenaient comme la petite sœur du groupe. Celle à qui on fait attention. Et moi, je savais depuis longtemps que j'étais différente d'eux.

Cette sensation étrange s'est accentuée à ma rentrée au secondaire. Une gigantesque et belle école jaune de 2500 élèves. Un bourdonnement

constant, des humains partout et, surtout, une marche à suivre que tout le monde comprenait, comme si on leur avait donné un manuel et qu'on avait oublié mon exemplaire. Comment se comporter? Pourquoi être là? Pourquoi suivre autant de cours? Comment gérer les amis, la maison, l'école? Bizarrement, même si je voulais me fondre dans la masse, mon style vestimentaire faisait souvent sourire pour l'époque. Mes pantalons pattes d'éléphant n'étaient plus à la mode en 1995, mais c'était pour moi naturel de porter ce que j'aimais. Sans me soucier de ce qu'on pouvait penser. Encore maintenant, à l'ère où tout le monde prône l'unicité, ceux qui sortent du cadre se font souvent juger. Quelle ironie!

J'ai quand même eu la chance d'avoir une amie qui, elle, était populaire. J'ai donc connu les rassemblements, les partys, mais je ne restais jamais très loin d'elle.

1. J'ai doublé mon secondaire 2. J'aimais apprendre, mais ma tête était trop envahie pour ajouter d'autres informations que celles de base: pourquoi je me sens si différente des autres?

J'étais en dépression majeure et déjà, j'étais sous antidépresseurs. Un cercle vicieux qui m'aura fait tourner dans une spirale infernale où je passais beaucoup de temps à me répéter: Personne ne sait ce que j'ai, mais ils me donnent des trucs à avaler. Mais personne ne sait ce que j'ai...

On aura tenté beaucoup de psychotiques et d'antidépresseurs. Ils auront cru pendant des mois que j'étais bipolaire ou que j'avais un TPL (Trouble de la personnalité limite) ou de l'anxiété généralisée. J'ai perdu de grands bouts, me sentant plus souvent ailleurs qu'ici. Les effets secondaires étaient affreux et les symptômes de toxicité aussi. J'ai lâché l'école en secondaire 4. Déçue, mais soulagée de ne plus devoir être je-

tée dans un bain d'élèves chaque jour. Je les aimais, mais je leur en voulais aussi souvent. Ils avaient l'air si bien et si naturels dans leurs échanges. Je les enviais fréquemment.

J'ai terminé mon secondaire à l'école des adultes ou les classes étaient beaucoup plus petites. Puis, j'ai vu tout le monde autour de moi continuer leur parcours scolaire et rêver de CÉGEP et d'université. J'aurais aimé pouvoir en faire autant, mais juste l'idée d'aller étudier dans une autre ville et de devoir prendre un transport en commun me paralysait. J'ai tenté quelques DEP en m'assurant de pouvoir faire du covoiturage. Et je n'ai pas trouvé de passion. C'est vrai que je n'étais peut-être pas très ouverte à imaginer un avenir pendant que je me détestais au présent.

J'ai dû faire ma demande d'aide sociale tôt, dès l'âge de 18 ans, pour subvenir à mes dépenses et aider le paiement du loyer familial. Qu'est-ce que j'allais faire de ma vie? Probablement que plusieurs se posaient la même question me concernant. Puis, à l'âge de 21 ans, on m'accueillait à l'urgence. J'apprenais que j'étais diabétique. Mon pancréas ne fonctionnait plus. « Bye bye tout le monde, je quitte le navire! » Puis, six mois plus tard, j'apprenais que j'étais enceinte. « Bonjour maman, je suis dans le navire! »

Ce bébé a été le début de ma vie de femme. De ma vie de louve. De celle qui fera tout pour ses petits. J'ai été dans une bulle extraordinaire durant trois ans. Ma vie de maman monoparentale était difficile mais qu'importe, ce rôle si important m'avait enfin mise au monde en même temps. Puis, je suis retombée. Dépression majeure. La pire période de ma vie. Et cette envie de mourir. Et cette culpabilité d'y penser. Parce que j'étais une maman. Craintive, je n'ai pas voulu me soigner avec des médicaments. Je considérais avoir tout pris ce que je pouvais, adolescente. Sans résultat. Maintenant, je sais que j'aurais dû me guérir de cette façon.

Cette détresse de me sentir si décalée par rapport aux autres, par rapport à leur vie, de ne pas comprendre ce qui se passait avec moi et pourquoi cet état ne me quittait jamais était très lourde. Cette impression de venir d'une autre planète sans savoir laquelle...

Mais petit à petit, j'ai reconstruit ma vie.

Pour ma fille. Et pour moi. Et j'ai fait confiance en mes talents. J'ai commencé à peindre sur la porcelaine. Puis, j'ai fondé ma compagnie où les clients ont tout de suite été au rendez-vous. Je semblais heureuse. Mais je continuais à visiter des thérapeutes, des professionnels pour enfin, trouver ce qui

« L'école était un endroit étrange où j'aimais faire comme les autres, mais souvent, je ne m'y rendais pas. À mi-chemin, sac à dos sur le dos, je retournais en courant vers la maison. »

TÉMOIGNAGES

« Si c'était une révélation dans ma vie, l'effet n'a pas été le même autour de moi. Comme lorsqu'un sujet dérange, rend mal à l'aise, le diagnostic a glissé dans la filière "tabou". »



Une illustration signée Mélissa Perron.

me différenciat. Et c'est un jour d'avril où, tout bonnement, j'ai fait l'achat du t-shirt *Différent comme toi* de Véronique Cloutier et Louis Morissette pour contribuer à leur cause d'amasser des fonds pour bâtir des hébergements pour les adultes autistes. Curieuse, j'ai fait quelques recherches et je suis tombée sur les critères concernant les femmes. Pour la première fois, je trouvais enfin un écho à ce que je lisais. Un moment troublant et exaltant.

Puis, en juin 2018, je fondais en larmes devant celle qui m'avait évaluée durant plusieurs heures. Elle n'avait pas de doute : j'étais bien une femme autiste. Je me souviens encore de ma joie, de

mon rire entrecoupé de sanglots. Enfin, quelqu'un nommait ce que je cherchais depuis très longtemps. En sortant de la clinique, j'ai voulu le dire au monde entier. Même ma peur des hauteurs ne m'aurait pas empêchée de grimper dans la plus haute échelle avec un porte-voix.

J'aurais aimé qu'on m'en parle, qu'on me pose des questions, qu'on engloutisse autant d'informations que je l'avais fait pour qu'on puisse échanger. Mais j'avais peut-être trop d'attente. Si c'était une révélation dans ma vie, l'effet n'a pas été le même autour de moi. Comme lorsqu'un sujet dérange, rend mal à l'aise, le diagnostic a glissé dans la filière « tabou ».

J'ai été, comme j'aime nommer cet état postdiagnostique, en lune de miel durant presque deux ans. J'étais simplement béate d'avoir résolu l'énigme.

Puis, comme si une loupe s'était posée sur mon passé, j'ai dû le scruter en soulignant tous les passages où l'évidence de l'autisme était là sans que personne la soulève. Frustration, incompréhension, doute : l'aurais-je su un jour si je le hasard ne m'avait pas fait acheter ce t-shirt ?

Ne devant plus jouer le rôle de détective, je me suis permis de tenter le rêve que je voulais accomplir depuis des années : écrire. Et j'ai publié *Promets-moi un printemps* en 2019 et *Belle comme le fleuve* en 2021 aux Éditions Hurtubise. Une belle histoire parlant d'une femme autiste. Je ne m'attendais pas à recevoir autant de messages me remerciant d'avoir mis en lumière les femmes qui vivent la même chose que mon héroïne Fabienne. Je suis à longueur d'année chez moi, dans mon atelier. Je

n'ai pas de collègues. Toutes les fois où je reçois des messages de témoignages de lectrices et que l'on échange ensemble, je me sens si privilégiée d'avoir ces interactions. Ça, ajouté à une belle et grande communauté de femmes autistes sur Facebook, c'est rassurant de savoir qu'à un clic, des gens me comprennent. Enfin.

Ma vie a complètement changé positivement depuis mon diagnostic. J'ai quand même parfois l'impression que certaines caractéristiques s'accroissent avec le temps et que mes défis sont plus lourds. Mais je me rassure en me disant que j'ai la réponse et ça me donne le vertige de penser que j'aurais pu ne jamais savoir que je suis autiste... ■