

Expériences de la maladie psychique

« J'ai seulement la certitude d'avoir été pris sous une avalanche et d'avoir été miraculeusement préservé de l'engloutissement total. Chaque phrase que j'écris me désencombre un peu plus, faisant glisser la mort de mes épaules comme la neige, par plaques. » Christian Bobin « Ressusciter »

« Pendant plus de 45 ans j'ai eu une vie dite « normale » famille, travail, loisirs, difficultés quotidiennes... puis suite à d'intenses souffrances sentimentales, j'ai « décompensé » sur un mode psychotique. J'ai entendu des voix, je me suis senti persécuté par des individus, j'ai écrit des messages « messianiques »; ou accusateurs à l'encontre de passablement de personnes. Cette traversée a duré environ trois ans pendant lesquels, je me suis coupé de la plupart de mes relations, « j'étais enfermé » dans des mondes clos! ; parfois porteurs de joies, souvent emprunts d'intenses souffrances. Sur le plan diagnostique cela correspond à ce que la psychiatrie nomme une schizophrénie paranoïde, pour moi cet état est un grand mystère.

Il est très difficile de décrire les éprouvés, les perceptions, liés à un trouble psychotique de ce type ; cela d'autant plus que la symptomatologie peut varier passablement d'une personne à l'autre. Pour ce qui me concerne, j'ai eu « des conversations » sur le plan psychique pendant des milliers d'heures, avec « des interlocuteurs » très différents les uns des autres, « les relations » étant pratiquement similaires à celles entretenues avec des personnes incarnées. Certains dialogues correspondaient à des échanges amicaux, d'autres étaient plutôt des injonctions qui m'incitaient à faire certaines choses pas nécessairement pertinentes (ne pas me rendre à un rendez-vous médical, fumer au-delà de raison, boire de l'alcool...). Certaines limites étaient toutefois posées, en particulier, le fait de ne jamais faire preuve de violence physique envers autrui ou encore d'agir de manière à ne pas me trouver dans l'illégalité; cela mis à part certains de « mes » propos qui auraient pu faire l'objet de plaintes pénales des personnes concernées ; je m'excuse auprès de celles-ci. Actuellement, je pense me rappeler moins de 10 % des choses évoquées pendant les phases « de transmissions », de « messages » à des tiers.

Maintenant que je retombe progressivement sur mes pieds, je mesure l'ampleur des dégâts occasionnés par ce cyclone; j'ai le sentiment de me retrouver après une bataille qui a ravagé ma vie et mis à mal passablement d'autres personnes. L'intensité et la longue durée de cette décompensation ont eu pour conséquences de presque totalement m'isoler; j'ai vécu un divorce, j'ai rompu avec la plupart de mes amis, j'ai perdu mon travail... ; ce n'est pas un hasard si en psychiatrie on évoque fréquemment une phase dépressive qui fait souvent suite à un épisode psychotique. Cela dit, j'ai la chance d'avoir actuellement une amie qui partage ma vie et de ne présenter que peu de symptômes déficitaires (perte de compétences sociales, appauvrissement du vocabulaire...). Mes difficultés résident principalement dans le processus de re-socialisation qui n'est pas évident après un pareil séisme; il n'est en effet pas facile de regagner la confiance des gens et de ne pas être stigmatisé comme « malade mental » avec cette représentation d'incurabilité qui accompagne souvent ce qui touche au domaine de la psychiatrie. »