



pro mente sana

décembre 2006

Lettre trimestrielle N° 34

Les trésors de la folie explorés de l'intérieur

«*Doués de folie*» et «*Quotidien, mon amour*»
emmènent le lecteur très loin des représentations stéréotypées de la déraison.

Nic Ulmi¹

Au départ, on est en terrain connu. Emotions courantes, situations joyeuses ou tristes de la vie quotidienne, repères standards: «Repas du soir avec mes enfants. (...) Nos paroles s'entrecroisent et commencent à s'élever dans une valse plaisante, presque enivrante», écrit Isabelle Martin dans *Doués de folie*, recueil suscité par Pro Mente Sana et publié par l'éditeur genevois Labor et Fides où quatre femmes et six hommes racontent comment ils ont versé dans l'insensé. Un glissement plus tard, voilà Isabelle «loin des courants d'air de la vie quotidienne, loin de tous», propulsée dans «l'ivresse de l'espace illimité».

«Comme tout le monde, je ruminais pendant de longs moments des événements qui m'étaient pénibles, je ressassais», lui fait écho plus loin Jacques François en évoquant, lui aussi, les joies et les peines ordinaires que déroule une vie avant le basculement. «Comme tout le monde»: c'est de là, précisément, que surgit le trouble fécond jeté par ces récits. Chaque narration vient nous cueillir sur une frontière périlleusement familière. Que nous soyons vissés au discernement courant ou «doués de folie», nous avons tous frôlé le seuil au-delà duquel, comme l'écrit Jacques François, «les neurones se fourvoient pour de bon».

Passé la ligne de démarcation, plus de limites. On peut aller loin. Nous voici attifés en chevalier médiéval, convaincus que «le monde doit être purifié et que c'est à moi de le faire» comme Alain Vidon, qui traque «les forces ténébreuses et maléfiques» dans les rues de Genève muni d'une cape et d'une épée de bal masqué. Nous voilà convertis en monstre d'envergure cosmique mettant en danger «la création entière et son créateur» comme Caroline Christiansen, qui perd le nord après une rupture sentimentale et un remplacement dans une classe difficile. Nous voilà, encore, transformés en millionnaire instantané comme Jean Nopper, qui se réveille «un beau matin en homme neuf», persuadé que son compte en banque a «en l'espace de quelques heures, enflé de 400 millions de dollars».

Emportés par la force singulière de ces récits, nous nous agrippons alors aux accoudoirs de notre fauteuil, ou nous cherchons une main courante pour être sûrs de ne pas tomber. Alors même que tous les cadres usuels sont pulvérisés et que les amarres de la raison commune sont larguées, nous gardons en effet l'impression que ces textes nous parlent de notre vie. Des résonances profondes se trament à l'évidence entre ces mots parcourant les terres de la folie et des pans entiers de notre normalité. Les croisades purificatrices, les embarquées mystiques, les flambées créatrices qui transportent l'artiste, on connaît. L'élan amoureux aussi, si proche de cette vague ascendante que la psychologie clinique appelle manie. Tout se passe comme si, dans leurs plongées en apnée, ces explorateurs de la déraison nous ramenaient les échos d'élan créateurs ou destructeurs appartenant au grand fond commun de l'humanité.

On a donc l'impression très nette d'observer là, en vrac, la naissance du religieux, la genèse de l'art, la source des ambitions conquérantes politiques ou guerrières, la nature profonde de l'emballement amoureux, tout le nuancier humain des états survoltés. Les troubles psychiques vécus par les auteurs –schizophrénie et surtout bipolarité, même si le diagnostic n'est pas toujours prononcé – semblent dessiner ainsi un accès privilégié aux incandescences à l'œuvre dans nos sociétés. «L'hypomanie était de fait une manie déjà omniprésente, latente, au moment du Big Bang dont a largement dépendu l'évolution de l'espèce», écrit avec une sorte de clarté mystérieuse Isabelle Martin au détour d'un récit qui détaille ses montées vers l'euphorie.

Au milieu d'une ancienne flambée maniaque dont elle repêche les traces noircies en rafale sur des dizaines de feuillets, Diana Dillmann se retrouve, elle, transfigurée en un être de lumière à l'identité indécise: «Peut-être que je ne suis pas l'âme du Christ. (...) Non, je... suis... Marie, la mère qui engendre», divague-t-elle. Comédienne genevoise à la carrière malmenée par le trouble bipolaire, la jeune femme vient de publier *Quotidien, mon amour*,

paru comme *Doués de folie* dans la collection «Ecrivains du réel» de Labor et Fides, créée par Caroline Coutau. Le livre, en forme de journal de bord, parcourt deux ans d'une coexistence plus ou moins pacifique avec la maladie, marquant le dénouement provisoire du drame et le prélude possible d'une nouvelle vie. Ce deuxième ouvrage prolonge *Doués de folie* en complétant idéalement un diptyque qui explore la déraison de l'intérieur.

Et après? Y a-t-il une vie au-delà des dérives schizo-phrènes ou des montagnes russes que dessinent les poussées maniaques et les plongeurs dépressifs? S'ils sont là pour nous le raconter, c'est que les auteurs de ces deux livres ont trouvé tant bien que mal le moyen de vivre avec leur trouble. Comment? D'une part, en se bridant l'esprit par des médicaments et par des interdits. «Les nuits blanches, strictement prohibées. Très délicats les voyages, les grandes villes, le décalage horaire, la vitesse, en tout cas plus seule. (...) rien de mystique, je décolle trop vite. (...) Attention aux chants joyeux dans la forêt qui se transforment en mélodées rythmées», énumère Diana Dillmann.

Vivant avec l'inconscient pathologiquement décapsulé, on peut réaliser d'autre part qu'on est dépositaire d'une expérience dont la valeur peut profiter à l'ensemble de l'humanité. C'est un des thèmes forts qui traversent *Quotidien, mon amour*: «Sera-t-il possible un jour de fréquenter mon ailleurs intérieur dans des va-et-vient sécurisés? Dans une autre culture, un autre temps, j'aurais, nous aurions, peut-être représenté une valeur précieuse pour la communauté», avance l'auteure. Tirer parti de la folie. En faire profiter le monde entier. Beau projet.

Comme la mosaïque collective de *Doués de folie*, qui a surgi d'une idée de Pro Mente Sana et d'un appel lancé auprès des personnes dotées de troubles, le livre de Diana Dillmann, *Quotidien mon amour*, vise la mise en commun de richesses entre les grands brûlés de l'esprit et les bien portants présumés. Cette fois, l'initiative émane toutefois d'une personne venue des territoires intérieurs de la maladie. Les vastes archives personnelles où l'auteure a rangé sa production frénétique des jours de crises, ainsi que des textes produits par les spectateurs proches de son trouble – le personnel médical, la sœur, le mari – viennent enrichir cet étonnant projet d'observation de soi, livré au public dans une première version en 2005 dans le cadre du festival genevois Science et Cité.

Reste à signaler les qualités d'écriture de ces deux livres. Loin des exigences réduites d'un témoignage qui se contenterait de susciter l'empathie, loin aussi de l'écrit brut – car la mise à distance est toujours à l'œuvre et la recherche de solutions narratives est tout à fait consciente –, ces textes que Nathalie Narbel, initiatrice du projet, n'hésite pas à qualifier de «nouvelles» et de «romanesques» appartiennent complètement au champ littéraire. Codirectrice de la publication, psychologue doublée de toute évidence d'une vraie écrivaine, Samia Richle prête sa plume à trois «doués de folie» sur dix, qui ont préféré le récit oral. Les deux ouvrages offrent

ainsi, à l'arrivée, une lecture émotionnellement troublante, littérairement captivante, intellectuellement secouante. Tentons ici, par thèmes, la visite guidée de cet univers évoquant tour à tour les carrousels, les montagnes russes et les trains fantômes d'un luna-park, un jardin des délices électrisé, la détresse sans fond d'un bain ou d'une ville ravagée par des armées.

Récits à bascule

Bascule, glissement, dérapage, décrochage, égarement, décalage. L'étonnement face à ces moments où l'on passe «d'une vision de la réalité plus ou moins partagée par tous à celle d'une réalité particulière» est à l'origine de *Doués de folie*, recueil de *Récits à bascule*, qui a «surgi à l'écoute de récits» de personnes atteintes de troubles psychique, comme l'écrit Nathalie Narbel dans son introduction. Comment bascule-t-on? Question cruciale pour les malades eux-mêmes, qui doivent apprendre à déchiffrer les signes annonciateurs des crises avant de se retrouver en orbite.

Marquée par un excès de joie ou par un flamboiement sombre, la bascule est d'abord la rupture inaugurale entre une phase où le terrain psychique est labouré et une autre où la maladie est déclarée. «Mon regard s'arrêta soudain sur le chandelier (...) Il m'apparut changé, transformé. (...) Je crus entendre des hurlements de détresse s'échapper de ses entrailles», raconte Jacques Berchten en chroniquant le déclenchement d'une échappée dans les profondeurs de son esprit. Le même mouvement se reproduit ensuite comme un phénomène récurrent, marquant l'irruption de ce qu'Isabelle Martin appelle «une dimension démesurée».

La bascule semble également pouvoir fonctionner comme révélateur d'un état morbide bien installé mais ignoré. C'est le cas de Patrick Maurer, anéanti par une déception amoureuse au milieu d'une période où il se vivait en «surhomme, capable de tout». Un bref effondrement et un diagnostic plus tard («bipolaire de type II»), voilà le jeune homme revisitant sa vie et y voyant du coup de l'instabilité, une timidité malade, des périodes de repli sur soi pouvant s'étaler sur plusieurs mois. Paradoxalement, le glissement débouche dans ce cas sur un «immense soulagement», car il permet de donner enfin une signification déculpabilisée à «une trajectoire en zigzags et pointillés».

Gouffres et délices de la folie

Détaillée dans sa rutilante exubérance, la folie donne parfois envie d'y goûter. On se prend ainsi, par moments, à trouver enviable le sort de ceux qui racontent ici comment ils en sont atteints. C'est le cas pour la phase «haute» de la maniaco-dépression, renfermant «l'enivrante promesse d'un monde paradisiaque» (Isabelle Martin) et débouchant lorsque tout va bien, du moins provisoirement, sur une «joie sans bornes, illimitée, insoupçonnée» (Eugène Grand). Cela vaut même pour l'encombrant sentiment de grandeur qu'éprouve le schizophrène: «Chacun de mes gestes prenait une ampleur

extraordinaire, il s'en dégagait une perfection et une puissance exquise», savoure Jacques Berchten.

Les sentiments joyeux, drôles, lumineux qui peuvent se rattacher aux décollages maniaques du trouble bipolaire se déploient dans *Doués de folie* à travers les récits d'Alain Vidon et de Jean Nopper, intitulés «Le chevalier» et «Le millionnaire». Le premier part en vrille lors d'une série de visites au parc médiéval qui se dressait autrefois à Moudon. Le charisme farceur, l'enthousiasme contagieux et la verve qui s'épanouissent à mesure qu'il parfait son rôle de chevalier en cote de maille créent un rayonnement de pure allégresse, qui tient jusqu'à ce que les «forces ténébreuses» ne fassent leur apparition.

Le récit de Jean Nopper, mis en forme par Samia Richle avec la virtuosité d'une funambule parcourant un fil de délire au-dessus des faits réels, suscite carrément l'hilarité. Flambeur survolté, le millionnaire imaginaire signe des contrats à tour de bras et croit acheter une Ferrari, une guitare électrique, un hôtel, une île, les services privés de quelques gardes-frontière... avant de vider frénétiquement les rayonnages d'une boutique sous les yeux d'une vendeuse persuadée qu'il va effectivement tout emporter.

Un pic et un décrochage plus tard, on est dans la chute. «Clac! On fait sauter le muscle, de rage, en créant autour de soi un parfait étonnement, un désastre monumental, une blessure dans tous les cœurs et un commérage général», martèle Caroline Christiansen. Scandale, déchéance, enfermement, solitude. On n'échappe pas au cauchemar. Une question travaille pourtant le lecteur au fil des récits. Entre les ravages internes d'un esprit en lutte contre les régurgitations noires de l'inconscient («C'est à croire qu'un film d'horreur est projeté dans mon corps. (...) Il y a du sang partout, ça coule, ça gicle», écrit Camille Baumann) et les contrecoups extérieurs (hospitalisations forcées, effets secondaires des médicaments, erreurs médicales, dévalorisation sociale), on ne sait trop ce qui dévaste le plus la personne malade.

Anges et démons

Dans la luxuriance des mondes visités par nos «troublés psychiques», la récurrence des échappées mystiques intrigue. «J'appelai mes armées (...), j'envoyai des nuées d'anges dont les chants résonnaient à travers le ciel, faisant fuir les démons» (Jacques Berchten). «Je jouais le rôle central sur la scène du monde. Un rôle proprement mystique, celui du soldat du Christ» (Eugène Grand). «Je suis propulsée dans une dimension cosmique où toutes les particules, aussi invisibles soient-elles, prennent sens (...) Toute-puissante et insatiable» (Isabelle Martin). «J'étais chargé de la mission d'en finir avec le mal», écrit Eugène Grand, promu «premier soldat du Christ» après avoir basculé dans une «réalité imaginaire mystiquement admise».

On continue? «J'étais la future mère d'un mutant, et je cherchais un étalon de la race correcte pour qu'à telle date calculée précisément, le cosmos engendre un nouveau Christ» (Diana Dillmann). «C'est cette occasion

que mon esprit choisit pour s'envoler dans le cosmos, à la recherche d'intelligences supérieures. (...) Une mission divine!» (Jacques François). Les fous sont-ils des prophètes? Les prophètes sont-ils des fous? Les armées sont-elles le résultat d'une projection de schizophrène? Miroir troublant tendu au fait religieux, aux déploiements guerriers. Osera-t-on voir là une racine commune entre la folie, l'élan mystique et la stratégie militaire? Vaste collection de questions. Une des plus larges, sans doute, et des plus abyssales sur lesquelles on puisse tomber aujourd'hui entre les pages d'un livre.

Le trouble en héritage

Pourquoi bascule-t-on, au juste? «Je fais partie de ce un pour cent de la population mondiale souffrant de cette maladie», signale Eugène Grand à propos de sa bipolarité. Jacques François se compare, lui, à une «machine mal usinée qui sort sens dessus dessous de la chaîne de montage». Fatalité? Entre la prédisposition congénitale et les incidents déclencheurs, les interrupteurs sur lesquels la vie vient appuyer, une part de mystère plane.

«Oser le mot traumatisme pour évoquer la nausée des brutalités silencieuses: psychoses déclenchées par malchance génétique, erreurs diverses», synthétise Diana Dillmann. Plus loin dans *Quotidien, mon amour*, la même auteure évoque une image surgie dans son esprit lors d'une séance de thérapie: «Je découvre un vaste réseau de canaux que je perçois remplis d'eau stagnante et malodorante. Ils représentent pour moi les anciennes générations et leurs douleurs dont j'ai hérité.» Loin de se restreindre aux chromosomes, le legs dont on écope sous la forme d'un trouble carabiné réside également dans les liens générationnels: «Mes racines dévastées où je n'ai jamais osé pénétrer vraiment, impressionnée devant le silence ou la simple douleur que je sentais émaner de mes parents.»

La folie en société

Peut-on vivre à la fois dans les univers parallèles de la folie et dans les cadres courants de la société? Nos dix auteurs s'y emploient, consacrant à l'entreprise une grande partie de leurs énergies. Par leurs efforts d'intégration socioprofessionnelle et par la surveillance constante à laquelle ils soumettent tous les clignotants de leur état, ils font autant de pas qu'ils peuvent vers la normalité. Ce qui ne les empêche pas de percevoir à quel point cette dernière est elle-même fêlée.

C'est ainsi que le monde réglé, où les «doués de folie» tentent de prendre une place, se révèle parfois comme une véritable machine à produire de la déraison. «Compte tenu de mon état de santé, je ne suis pas de taille à survivre dans une jungle où l'homme est un loup pour l'homme. (...) Je n'ai pas le choix, il faut que j'ignore la réalité extérieure (...) Bref, perdre ma lucidité. Perdre tout discernement», note Jacques François. «Conclusion pivotante: il est de nos jours à peu près normal de perdre la raison, ou l'inverse», écrit dans sa préface le journaliste Christophe Gallaz pour enfoncer le clou.

Dans cette optique, le monde est fou, le monde rend fou, et le fou est une dénonciation vivante de la folie du monde. Un rebelle. Caissière dans un grand magasin et psychotique affrontant «l'inexistence au minimum quatre heures par jour», Camille Baumann décrit ainsi son environnement professionnel comme un «goulag des temps modernes» où «la vie de vendeuse conserve un arrière-goût de prison» et où la résistance s'organise sous la forme d'actes minuscules de «mutinerie».

Doués de folie et *Quotidien, mon amour* suggèrent pourtant une autre interaction possible entre la norme et l'altérité, invitant à envisager celle-ci comme un gisement de sens inexploité. Comment? En nous proposant, pour commencer, d'accueillir les «magmas de trésors» (Isabelle Martin), les richesses a priori ingérables tirées de la fréquentation de la folie, les informations «jugées trop souvent comme malades» rapportées de «ce monde souterrain qui concerne, quoi qu'on en dise, chacun d'entre nous», comme l'avance Jacques Berchten. Diana Dillmann souligne, elle, le «paradoxe de recevoir une rente invalidité, alors que l'intelligence et les ressources créatives ne sont pas défailtantes» et souhaite que son projet d'auto-observation contribue à «explorer d'autres voies d'intégration». Il existe en effet, rappelle-t-elle, des personnes qui «construisent leur vie autour de l'hypomanie» dans des professions aussi variées que «vendeurs, artistes, écrivains, consultants».

On se prend ainsi à rêver aux torrents de créativité supplémentaires qui pourraient irriguer notre société si leur courant n'était pas tué par la souffrance. «Sur les quatorze ans nécessaires à une approximative récupération de moi-même, j'ai utilisé beaucoup de temps à souffrir de la mauvaise façon. Presque en vain. J'assume la responsabilité de ma lenteur à émerger. Mais les responsabilités sont à partager aussi collectivement», souligne la Genevoise, Diana Dillmann. «On peut par des moyens qu'il nous appartient de découvrir, tirer parti de ce don pour en faire un atout dans les domaines que l'on aura choisi d'exploiter, et cela, pour le bien de tous», lui fait écho Jacques Berchten. La déperdition de créativité résultant de notre incapacité à accueillir l'apport des personnes touchées équivaut à une perte sociale nette. Les choix thérapeutiques, on le voit bien, ont des implications collectives qui vont au-delà des coûts de la santé. Ils touchent aux bénéfices sociaux qu'on peut tirer des richesses enfouies dans le sous-sol psychique. *Doués de folie* et *Quotidien, mon amour* sont aussi des textes politiques.

Petits-fours et thérapie

Le «troublé psychique» est-il un être de liberté, comme certaines représentations idéalisées pourraient se plaire à l'appuyer? Le trouble – écrit Jacques Berchten – peut être à la fois un «don» («le poète comme le moine ou le coureur de fond recherchent cette perception») et un «emprisonnement sur soi». Quant à la «sensation de plaisir et de félicité» qu'évoque Eugène Grand, elle est une «béatitude», oui, mais du genre qui vous rend «esclave». Tel qu'il se dessine à travers ces deux ouvrages, l'enjeu de la thérapie se dessine dès lors entre les deux lignes de force – la libératrice et l'oppressive – qui caractérisent à la fois la maladie et sa prise en charge médico-sociale.

Peut-on tasser les excès, contenir les débordements sans écraser? Doser les médicaments, la psychothérapie et les mesures d'accompagnement afin d'affranchir le malade sans le mettre sous le joug impossible de la normalité? Tout ça paraît possible à la lecture de ces récits. Du moins comme une esquisse, à la manière d'une hypothèse émergente plutôt que d'une réalité triomphante. Habitée à la réflexion à large échelle en tant qu'ex-présidente de l'association des personnes atteintes du trouble bipolaire (ATB)², Diana Dillmann formule d'ailleurs quelques idées. «Lorsque la situation sociale est débloquée, le stress, les anxiolytiques et les diagnostics s'allègent. Certains l'ont compris, puisque nous abordons l'ère de la psychiatrie sociale.» Optimisme, donc. À condition de ne pas tomber dans le modèle de satisfaction qui, caricaturé férocement par Diana Dillmann, guette n'importe quelle institution: «Les graphiques sont convaincants et les petits fours délicieux.»

-
- *Nathalie Narbel et Samia Richle (dir)*, *Doués de folie. Récits à bascule*, Labor et Fides, 2006, 195 pages.
 - *Diana Dillmann*, *Quotidien, mon amour*, Labor et Fides, 2006, 238 pages.

¹ Journaliste à la Tribune de Genève.

² Association de personnes atteintes de troubles bipolaires ou de dépression, rue des Savoises 15, 1205 Genève, tél.: 022 321 74 64, <http://www.association-atb.org>.

Lettre trimestrielle de l'association romande Pro Mente Sana

Rue des Vollandes 40 – 1207 Genève – Tél.: 022 718 78 40 – Fax: 022 718 78 49 – CCP 17-126 679-4
Courriel: info@promentesana.org – www.promentesana.org