

## HISTOIRE « LOUFOQUE »

*Une histoire bien bizarre, vous avez dit bizarre ?*

C'était le début de l'été. Je me trouvais alors dans ma maison de P... dans le Calvados, au cœur de cette Normandie que j'aime tant. Il était ce dimanche là environ 10 heures du matin et, dans notre petit village, le calme de la nature s'harmonisait avec le bleu du ciel. Je m'apprêtais donc à passer une journée tranquille et heureuse.

Soudain j'entendis frapper bruyamment à ma porte, et plusieurs coups sourds se succédèrent. Comme il ne se passe jamais rien à P... où presque tout le monde se connaît, j'allais ouvrir sans trop de crainte. Et là je me trouvais face à face avec un homme tenant un marteau dans la main avec lequel il frappait à la porte. Il paraissait épuisé, et ses vêtements, quoique de bonne coupe, étaient froissés et témoignaient d'un long périple. Il ne paraissait aucunement agressif, mais semblait incapable de parler, comme figé et ne voulant plus bouger. Il se contentait de montrer son marteau.

Une idée me vint alors pour entrer en contact : comme je devais m'occuper du jardin ce jour- là et que j'avais préparé des outils, je pris une faucille et, lui enlevant son marteau, je lui fis voir les deux objets ensemble. Un semblant de sourire se dessina sur son visage fatigué car cette association d'objets fut sans doute pour lui synonyme de compréhension. Et là, il me dit :

— Aidez-moi, je suis désemparé, je ne sais même pas où je suis. J'ai déjà frappé à deux portes et je ne commande plus ce qui se passe dans ma tête.

Je compris alors que j'avais devant moi un malade, et je le fis entrer et asseoir confortablement. Il se rassurait progressivement et mon épouse lui apporta un copieux petit déjeuner. Visiblement il n'avait pas mangé depuis plus d'une journée. C'est seulement alors que ses yeux redevinrent expressifs et je lui demandai, s'il le souhaitait, de raconter ce qui lui était arrivé.

— Monsieur, me dit-il, je m'appelle Clovis N... et je suis écrivain. Plusieurs de mes livres ont été vendus à des centaines de milliers d'exemplaires et traduits en anglais (effectivement dès l'abord il m'avait semblé avoir déjà vu son visage). Je vis avec mon épouse dans l'Eure, dans la ville de V...

— Mais alors lui dis-je, que faites-vous ici à P... ? Vous êtes à plus de 100 kilomètres de votre domicile.

Et là il me raconta l'histoire invraisemblable qui lui était arrivée : « Il faut d'abord que vous sachiez que je suis un sujet dit en psychiatrie « bipolaire ». C'est-à-dire que je passe par des phases maniaques, souvent déclenchées par du stress, au cours desquelles je suis capable de faire n'importe quoi et où j'ai le sentiment d'être invincible. Et à ces phases dites maniaques succèdent des dépressions souvent aigües durant lesquelles je suis incapable de faire quoi que ce soit ».

Avant qu'il continue, je lui demandai son numéro de téléphone (qu'il gardait toujours avec sa carte d'identité) et je fis signe à mon épouse de téléphoner immédiatement pour rassurer sa famille.

— Et voici ce que ma maladie a brusquement déclenché : à V... nous vivons retirés et tranquilles et j'écris mes livres. Je ne viens presque jamais à Paris car la foule déclenche souvent chez moi un stress incontrôlable. Je ne donne à des journalistes que de rares interviews. Or, samedi matin je devais aller chercher une journaliste à la gare pour qu'elle écrive un article faisant la promotion de mon dernier livre. Je pris donc ma voiture vers 10 heures et me dirigeai vers la gare par le chemin habituel que je connais parfaitement. Je ne me sentais pas très bien, rien que de devoir honorer cette obligation. Or,

d'un coup, se déclencha une phase « maniaque », et je me trouvais comme contraint d'obéir aux idées les plus saugrenues. C'était comme si une logique extérieure m'indiquait quoi faire. Mais les idées qui s'emparaient de mon esprit me paraissaient tellement logiques que je devais y obéir. D'abord je repérai une voiture rouge et donc le seul chemin à suivre était celui des voitures rouges. De voiture rouge en voiture rouge j'ai dû déjà faire beaucoup de kilomètres. Ensuite je devais suivre les voitures dont la plaque minéralogique comportait le nombre 9 car l'Eure c'est 27 et  $2+7=9$ . Et ainsi de suite ; j'étais persuadé que je devais suivre les chemins indiqués par ces pensées que je trouvais très logiques. J'ai certainement roulé dans un sens puis dans un autre depuis samedi. Samedi soir tard, sans savoir comment, je me suis retrouvé dans le haut de votre village car je n'avais plus d'essence. J'ai dormi dans ma voiture et je me suis réveillé ce matin ; j'ai marché assez longtemps du moins je pense car je n'avais plus la notion de l'heure ni du jour, ni bien sûr du lieu. Je me suis retrouvé devant le cimetière : mauvais présage, me dis-je, il faut m'enfuir. Et c'est ainsi que, après avoir erré, je suis chez vous par chance car mon marteau, que j'avais pris dans le sac à outils de ma voiture pour dans mon délire faire démarrer le moteur, devait effrayer tout le monde. Je vous remercie de m'avoir accueilli.

Je le rassurai alors : son épouse, qui avait expliqué au téléphone qu'elle était morte d'inquiétude, mais que ce genre de chose lui arrivait régulièrement, partait pour venir le chercher et dépanner sa voiture. Nous eûmes le temps de discuter car il était à nouveau parfaitement accessible et dans un état psychique dit « normal ».

— Lorsque vous traversez ces phases, cela vous aide-il pour votre création littéraire, et quelle est la cause de votre maladie, lui demandai-je ?

— AH ! Monsieur si vous saviez comment ces moments de véritable délire sont atroces à supporter. Bien sûr cela m'empêche d'écrire quoi que ce soit. Et ces états un rien, du moins ce qui serait pour vous un rien, peut les provoquer. Quant à la cause d'une maladie psychique comme la mienne, nul ne la connaît et surtout pas les psychanalystes qui recherchent les causes dans l'enfance et l'attitude des parents. C'est un peu comme si vous demandiez pourquoi et comment on « attrape » une grippe ou un cancer. En fait il semble qu'à la naissance il existe chez les sujets atteints une prédisposition, un terrain propice, et que des événements de vie se greffent sur ce terrain et déclenchent la maladie. Seuls les symptômes peuvent être soignés par des médicaments et, dans mon cas, je dois absolument éviter tout événement stressant. Or, dans notre société, le stress est partout présent et accentue les risques de maladie mentale. Dans notre pays plusieurs millions de personnes en sont atteintes et je vous laisse penser quelle est leur souffrance et celle des familles.

Son épouse arriva avec une amie alors que nous discutons encore et nous échangeâmes nos adresses et nos numéros de portables. Depuis nous sommes en contact et je reconnais à sa voix les phases qu'il traverse. Nous ne parlons jamais longtemps mais nos conversations sont comme un signe de compréhension mutuelle. Il vient de me dédicacer son dernier livre, qui est remarquable et prouve que la personnalité des « souffrants psychiques » ne se réduit pas à leur maladie.

MORALE DE CETTE FABLE (si c'en est une ?) :

- Si vous êtes amené à entrer en contact avec une personne qui vous semble bizarre, pensez tout simplement qu'elle peut être malade. Si elle tient un marteau une faucille n'est pas indispensable. Prendre éventuellement le marteau et lui parler le plus doucement possible, essayer de la comprendre par un simple signe suffit souvent à la mettre en confiance et permet d'engager le dialogue.

- En présence d'une personne malade psychique qui décompense, ne jamais hausser le ton, et, sans toutefois adhérer à ses propos voire à ses cris, montrer de la bienveillance et essayer d'améliorer lentement l'atmosphère en parlant le plus calmement possible. C'est le plus souvent très dur d'y arriver. C'est un long apprentissage qui va à l'encontre des idées reçues.

- Comprendre que la personne ne se réduit pas à sa maladie, donc éviter toute stigmatisation. Cette histoire loufoque permet d'entrevoir des jours plus favorables que d'autres. De plus, on ne connaît ni l'origine ni la cause des maladies psychiques mais ce sont des maladies comme les maladies physiques. Les crises peuvent être soudaines et spectaculaires, le plus dur est de faire redescendre la tension et de garder son calme en tant que sujet interpellé si la personne perd son contrôle, d'où l'importance des thérapies de groupe ou comportementales. Enfin des moments meilleurs restent envisageables, car la possibilité d'amélioration persiste, et les personnes touchées par la maladie ont souvent des ressources insoupçonnées.

La vie, ça n'est jamais si bon ni si mauvais qu'on croit.

LUCILIUS