

Volume 8 // Numéro 2 // Hiver 2013

équilibre

LITTÉRATURE FOLIE ET FOLIE



Association canadienne
pour la santé mentale
Montréal

LITTÉRATURE FOLIE ET

De tous temps, la littérature a servi d'exutoire, de lieu d'expression, voire de catharsis aux maux de l'âme. La littérature, véhicule de créativité accessible et personnel, a permis à nombre d'écrivains torturés d'exprimer et d'exposer leurs états d'âme. La littérature nous a permis de suivre les méandres de la folie et de sa complexe trajectoire, mais est-ce que la littérature nous a sensibilisés à la souffrance? La littérature a-t-elle déstigmatisée la folie? Quelles clés nous a-t-elle fournies pour mieux comprendre le monde de la folie? La psychiatrie tente de rationaliser, de donner une légitimité à la médecine de l'âme mais, il faut l'avouer, avec des résultats discutés et discutables, la nouvelle version du manuel diagnostique en témoigne... Est-ce que la littérature serait la voie à suivre pour mieux comprendre les excès de l'âme? Alors, quelles pistes faut-il suivre pour comprendre et donner de l'espoir à ceux qui souffrent?

Table des matières

16	Schizophr(énie)
18	Jacques Ferron : reconnu mais méconnu
35	Les écrivains et la folie
36	Au coeur de l'Association
40	Devenez membre de l'Association
41	Commandez vos publications de l'Association
42	À l'intention des auteurs
Suggestions de lecture	
6	Au nord de nos vies
8	Du fond de ma cabane. Éloge de la forêt et du sacré
13	Je suis une personne, pas une maladie !
23	Le Choeur des femmes
23	La Maladie de Sachs

LE MAGAZINE ÉQUILIBRE RESPECTE L'ENVIRONNEMENT! Le magazine *Équilibre* est imprimé sur papier certifié FSC, contenant 10 % de fibres recyclées post-consommation et de fibres provenant de forêts bien gérées, fabriqué selon un procédé sans chlore.

Mission

L'ACSM-Montréal est un organisme sans but lucratif dont la mission est la promotion et la prévention en santé mentale.

Présidente

Karen Hetherington

Directrice générale

Diane Vinet

Membership

En devenant membre, vous recevrez *Équilibre* gratuitement. En outre, vous pourrez participer aux différentes activités de l'Association telles que colloques, conférences et formations à un tarif réduit. Pour ce faire, faites parvenir un chèque au montant de :

- Entreprise à but lucratif: 50\$
- Organisme public: 40\$
- Ressource communautaire: 35\$
- Personne rémunérée: 40\$
- Personne non rémunérée et étudiant: 20\$

À l'ordre de:

ACSM-Montréal
55, avenue du Mont-Royal Ouest, bureau 605
Montréal (Québec) H2T 2S6

Tél. : 514 521-4993

Télééc. : 514 521-3270

Courriel : acsmmtl@ccoptel.qc.ca

Site Internet : www.acsmmontreal.qc.ca

Facebook.com/ACSM.Montréal

Équilibre

Cette publication est le journal officiel de l'ACSM-Montréal. Il est un outil privilégié de communication et d'information entre les partenaires du secteur de la santé mentale. Il favorise l'échange d'idées afin de promouvoir la santé mentale et l'acceptation pleine et entière des personnes ayant des problèmes de santé mentale.

Les articles n'engagent que les auteurs et ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'ACSM-Montréal, à moins que ce ne soit indiqué. Toute reproduction est permise en mentionnant la source complète. Afin de faciliter la lecture, le masculin est utilisé à titre épiciène.

Éditeur

Association canadienne pour la santé mentale
Filiale de Montréal

Coordonnatrice de l'édition

Cathy Bazinet

Comité éditorial

Cathy Bazinet

Louise Blanchette

Direction artistique

Jonathan Rehel

Cathy Bazinet

Graphisme

Jonathan Rehel

Révision

Françoise Major

Impression

Imprimerie GG inc.

Photos

www.dreamstime.com

Tirage

700 exemplaires

Dépôt légal — 4^e trimestre 2013

Bibliothèque nationale du Québec

Bibliothèque nationale du Canada

ISSN 1718-1445

Un organisme appuyé par



Centralde
du Grand Montréal

4 LITTÉRATURE ET FOLIE

Jean Désy

Je ne saurais dire si la littérature m'a permis d'acquérir de meilleures compétences face aux patients psychiatriques. Mais ce qui est sûr, c'est que sans la littérature, je ne crois pas que j'aurais pu rester compatissant face au Mal majeur que je décelais autour de moi, auquel j'avais à faire face, d'autant plus que ma profession et mes choix m'avaient conduit « au front ». Sans certains textes, j'aurais pu me durcir au point de ne plus rien ressentir, au point de ne plus rien vouloir ressentir.



10 PRENDRE SOIN

Ouanessa Younsi

L'université m'a formée comme psychiatre. La littérature me forme comme soignante. « M'ont formé », « me forme » : les temps de verbe sont importants. La littérature est un passé au présent. Vivante comme les cercles, aimante comme le soin. Sans passion des lettres, serais-je devenue soignante? Aurais-je opté pour cette profession qui implique de se mettre en danger, de toucher au fragile sans trébucher, de frôler sans dépasser, d'écouter sans tout comprendre?



20 DIRE « JE » POUR DIRE QUI EST L'AUTRE

Martin Winckler (Marc Zaffran, M.D.)

Dès le début de mon stage en psychiatrie, j'ai compris que personne ne chercherait à m'enseigner quoi que ce soit. Les étudiants étaient abandonnés à eux-mêmes. Encore plus que ne l'étaient certains patients. De plus, j'étais un homme dans un monde de femmes. Je me sentais donc parfaitement déplacé, et je me serais beaucoup ennuyé si je n'avais pas mis mon temps à profit en regardant, en écoutant attentivement. Et en écrivant.



28 INADÉQUATS

Françoise Major et Aude Weber-Houde

La folie? Un refus ou une incapacité à fonctionner tel qu'on le prescrit, l'ordonne. Ne plus taire les passions, le désir, la peur. « La littérature commence à l'anormalité », écrit Hubert Aquin dans son journal. C'est aussi là que, par définition, commence la folie. Y aurait-il une parenté naturelle entre l'impulsion d'écrire et le fait de se sentir fou, marginalisé, hors du monde? L'écriture s'avère-t-elle un mode d'expression de choix pour révéler ce qui est tu, enfermé à l'intérieur de l'être?





LITTÉRATURE ET FOLIE

JEAN
DÉSY

Poète et médecin

Ce sont probablement les patients schizophrènes qui me sont apparus, toute ma vie, les patients les plus souffrants. Ce sont eux qui m'ont semblé les plus malheureux, les plus atteints dans leur être, dans leur âme, par leur mal, par la folie qui faisait rage en eux, folie dont ils tentaient, très souvent, de se départir, mais qu'ils savaient, ou sentaient, permanente ou presque. Maudite folie ! Folie maudite !



Je me souviens de cet ouvrier, sur la Côte-Nord, un soudeur dans la trentaine, qui arrivait parfois en pleurant, après des jours de crises répétées, et qui m'implorait pour que je baisse le son de la « radio » qui lui avait été implantée derrière l'oreille droite. Je regardais sa mastoïde, je ne voyais rien, il me la pointait du doigt, il y avait des voix qui hurlaient dans sa tête, c'était indubitable, ça se voyait dans le regard apeuré de ce « bon gars »,

un homme remarquable par ailleurs, qui, avec le temps, finit par devenir un ami, avec lequel, parfois, je suis allé pêcher la morue en haute mer. Ce fut grâce à une médication antipsychotique, qui lui donna, certes, bien des effets secondaires, et qui lui valut même une hospitalisation d'urgence quand il éprouva de graves effets extrapyramidaux, que le volume de cette foutue radio intracrânienne put enfin être contrôlé.

Tout au long de ma vie médicale en tant qu'omnipraticien, surtout faite de courses sur la Côte-Nord, au Nunavik et à la Baie-James, j'ai côtoyé la maladie mentale. J'ai parfois croisé de « vrais » fous, des fous furieux, mais toujours horriblement souffrants. De fait, j'oserais dire que ces gens, toujours, m'ont paru plus souffrants que les autres, sauf peut-être les sidéens en phase terminale... Sans l'Haldol, sans quelques médicaments très utiles pour moi qui avait le devoir d'agir, j'aurais dû demander plus d'aide, même parfois user de la force pour assagir certains délirants...

Je me souviens de ce jeune psychotique qui avait tiré plusieurs coups de feu sur des motoneiges en mouvement, dans un petit village au sud de Puvirnituk, qui avait finalement été maîtrisé, puis amené au dispensaire par deux policiers, dont le transfert avait été organisé par une jeune médecin nouvellement arrivée dans le Nord. Alors que le patient se trouvait dans les airs, en direction d'un hôpital psychiatrique de Montréal, et qu'il était accompagné par une infirmière, dans un *Twin Otter*, il s'était levé, totalement surexcité, pour essayer d'ouvrir la porte de l'avion avec l'idée fixe de s'enfuir. Ce n'est qu'une bataille bien réelle avec le copilote qui mit fin à son accès, le copilote étant parvenu, non sans mal, à le ficeler sur sa civière.

Mais dans la mêlée, l'infirmière subit une fracture à un coude. Le pilote se posa de toute urgence à Val-d'Or, en pleine nuit, pour se débarrasser de ce psychotique dont la sédation, de toute évidence, avait été insuffisante. Une autre histoire d'inspiration nordique, que j'ai racontée pour montrer à quel point plusieurs agents biochimiques sont plus qu'utiles pour stabiliser certains patients, sans jamais les guérir toutefois, et c'est là que le bât blesse. Un jour, il faut l'espérer, on trouvera des moyens de guérir certains états psychiatriques sévères, peut-être même la schizophrénie. Pourtant, quelles que soient les avancées de la science psychiatrique, et quelles que soient les nouvelles approches diagnostiques ou thérapeutiques, et même si je crois que plusieurs problèmes psychiques ont des origines neurobiologiques, je reste convaincu que les maladies mentales sont d'abord des problèmes de l'âme.

C'est là que la littérature comme art peut apporter un éclairage plus que pertinent sur certaines affections psychiques. Sans la littérature, et tenant compte de ma formation et de ma nature, jamais je n'aurais su saisir ce qui arrive quand la folie s'empare d'un patient. Depuis dix ans, j'ai enseigné la littérature à la faculté de médecine de l'Université Laval. À l'occasion, dans l'un des deux

cours proposés aux étudiants, j'ai fait lire *Folle*, de Nelly Arcan, mais aussi le premier texte publié par cette auteure, encore plus incisif : *Putain*. Nelly Arcan, sans conteste, a marqué le monde de la littérature québécoise. Dans *Reflets dans un œil d'homme*, l'écrivaine Nancy Huston encense son travail, et avec raison.

Mais qu'est donc *Putain*? Un livre intime, un morceau de carnet de bord, un journal intime, des pages d'écriture faites pour séduire, l'exposition d'une autofiction, une autobiographie romancée... Sur la page couverture, l'éditeur a tenu à préciser qu'il s'agit d'un récit. « Trop de haine en moi pour une seule tête... », écrit Nelly



Au nord de nos vies

Jean Désy

Les Éditions XYZ inc. 2006

Toi, mon patient que je ne sus jamais vraiment aimer. Aimer pour aimer, aimer comme on aime avec ses tripes sans savoir pourquoi, aimer comme on aime les oies sauvages sans autre raison que leur si beau vol, aimer du fin fond de la tête sans rien à dire d'intelligent. Aimer sans rien d'autre pour nuire à cet amour qui devrait nous lier, toi le malade, l'alité, le souffrant, le quasiment mort, et moi le soignant, le docte, le connaisseur, le thaumaturge. Patient, tu le fus! Mon ami? Peut-être...

Poursuivant sa quête nordiciste, Jean Désy crée *Au nord de nos vies*, huit textes ayant le même narrateur, qui parlent de la pratique médicale au Nunavik de même que de tous ces nomades, du Sud comme du Nord, qui aiment parfois la toundra plus que leur propre vie.

Au nord de nos vies présente un tableau sans complaisance de la vie et de la mentalité des Nordiques. C'est un recueil à la fois simple et infiniment touchant. On y rencontre des enfants, des adolescents, des vieillards. On y parle de la maladie, des suicides, du désespoir. Et pourtant il se dégage de ces textes quelque chose qui ressemble au souffle de la vie.

Récipiendaire du Prix Récit des Prix littéraires du Salon du livre du Saguenay-Lac-Saint-Jean, 2007

C'est là que la littérature comme art peut apporter un éclairage plus que pertinent sur certaines affections psychiques. Sans la littérature, et tenant compte de ma formation et de ma nature, jamais je n'aurais su saisir ce qui arrive quand la folie s'empare d'un patient.



Arcan. Sans conteste, ce texte est une déclaration, un aveu, une réflexion, une parole qui se voudrait guérisseuse, surtout pour elle-même, mais qui, finalement, ne guérit rien.

Il y a lieu d'apprécier le ton de ce texte, de parler de la fluidité de l'écriture, de son emportement, de cette façon très personnelle d'aborder, par exemple, le problème du masochisme qui devient bien plus triste que qu'abjection. En lisant *Putain*, on se trouve plongé dans la souffrance d'une jeune femme qui ose exprimer sa terreur devant le « père-Dieu ». On y décèle une faute, jamais précisée, qu'elle sembla subir quand elle avait dix ans. La narratrice de *Putain* est anorexique. Il faut recevoir ses propos comme ceux d'une malade qui se confie à un thérapeute. Entre l'obsession sexuelle et l'obsession anorexique, il n'y a qu'un pas. Nelly Arcan tarde à passer à l'acte d'un suicide annoncé dès les premières phrases, peut-être à cause de la peur de l'enfer dont lui a parlé son père, peut-être aussi à cause de la peur de se réincarner, puis « de charrier mes gènes de suicidée dans une vie où je devrais réussir ce que j'ai raté dans celle-ci ».

Putain est un livre contenant une haine quasi inexplicable contre une mère qui fut dépressive.

Le cœur du récit tourne probablement autour des pages traitant du non-amour qu'il peut y avoir entre un père et une mère, à propos de la fragilité d'un enfant qui ne put être résilient devant le non-amour des autres. Non-amour transformé en haine chronique, surtout contre soi-même... On comprend cela en lisant *Folle*, où il est suggéré qu'on se tue parfois pour tenter de trouver quelque part,

dans le néant ou dans le nirvana, une âme qui, enfin, collera à notre peau, bien qu'alors, on sera dans une toute autre éternité...

Putain ose énoncer certaines vérités à propos des perversions. S'il fallait considérer que sentir les boules de kleenex pleines du sperme des autres n'est

pas une perversion, il faudrait en discuter, encore et encore, et pendant très longtemps, grâce à des explications, grâce à des rencontres, grâce à bien des rationalisations, mais surtout grâce à la littérature. Mais peut-être n'y a-t-il aucune perversion possible quand règne le véritable amour (à ce propos, la lecture de *Lolita*, de Nabokov, est plus que simplement instructive). Où se trouve la vérité en ce qui concerne les comportements, les us et coutumes, sachant que certains fous de Dieu, musulmans, chrétiens ou autres, sont prêts à occire

leurs semblables pour combattre l'homosexualité... Il y a là un immense mystère, mystère qui restera peut-être indéchiffrable, ou déchiffrable seulement en partie... Il y a lieu de s'interroger sur le bien-fondé de se faire exploser dans un marché public en espérant blesser le plus grand nombre possible d'innocents, alors que le but est de combattre un supposé Satan. De la même façon, il y a lieu de s'interroger sur l'éthique des manipulateurs de drones qui bombardent ces années-ci certains villages du Yémen ou du Pakistan. *Putain* n'est

PUTAIN EST UN LIVRE CONTENANT UNE HAINE QUASI INEXPLICABLE CONTRE UNE MÈRE QUI FUT DÉPRESSIVE. LE COEUR DU RÉCIT TOURNE PROBABLEMENT AUTOUR DES PAGES TRAITANT DU NON-AMOUR QU'IL PEUT Y AVOIR ENTRE UN PÈRE ET UNE MÈRE, À PROPOS DE LA FRAGILITÉ D'UNE ENFANT QUI NE PUT ÊTRE RÉSILIENTE DEVANT LE NON-AMOUR DES AUTRES.

suggestion de lecture



Du fond de ma cabane. Éloge de la forêt et du sacré

Jean Désy
Les Éditions XYZ inc., 2003

Jean Désy avait besoin d'écrire à propos de la vie en forêt, de partager ses réflexions et ses émotions, celles qui surgissent quand le monde prend son sens ultime dans le silence de la nuit, dans la clarté d'un petit matin ou même pendant la tempête. Dans la continuité du roman *Le coureur de froid*, mais sous le mode de la réflexion et de la méditation, *Du fond de ma cabane* exprime une vision du monde, une façon sacrée de voir le moment présent, certes, mais aussi l'avenir, celui des humains dans leur rapport avec la Nature.

Vivre, ce n'est pas obéir à ce qu'on nous enseigne, nous dit Jean Désy dans son essai. C'est plutôt travailler à préserver le lien sacré qui nous unit à la rivière, à la montagne, à la cabane au fond du bois. Rien de plus vrai que le chant d'un oiseau, que le frémissement d'une truite dans l'eau glacée, que le vent qui balaie la toundra.



peut-être qu'une vaste entreprise d'interpellation de la vie « du côté de la mort ». Un livre de haine et de mort, épouvantablement souffrant à lire, et pourtant nécessaire, d'autant plus si on est soignant, ou appelé à être soignant.

Je ne saurais dire si la littérature m'a permis d'acquérir de meilleures compétences face aux patients psychiatriques. Mais ce qui est sûr, c'est que sans la littérature, je ne crois pas que j'aurais pu rester compatissant face au Mal majeur que je décelais autour de moi, auquel j'avais à faire face, d'autant plus que ma profession et mes choix m'avaient conduit « au front ». Sans certains textes, j'aurais pu me durcir au point de ne plus rien ressentir, au point de ne plus rien vouloir ressentir.

Mais qui aurait les capacités de vraiment aider quelqu'un comme la narratrice de *Putain*. Qui aurait pu l'empêcher de se suicider? Un saint ou une sainte? Dans une correspondance avec Ouanessa Younsi, une ancienne étudiante devenue psychiatre, j'ai posé la question. Elle m'a répondu : « Le saint qui aurait pu la sauver est celui qui aurait refusé d'être posé dans un rôle de saint et de valser dans les mécanismes d'idéalisation-dévalorisation, tout bon-tout mauvais. Il

serait resté les deux pieds sur terre, et non sur « mère ». (...) Dans l'œuvre, je crois que la figure de l'analyste est celle qui se rapproche le plus de cela. (...) On peut penser que l'écriture était l'endroit où Nelly Arcan se rapprochait le plus du verbe « exister ». Cet espace où l'Autre est là sans y être, ce qui permet d'éviter à la fois l'angoisse d'abandon et l'angoisse d'être engloutie, abusée, envahie, deux pôles aussi traduits dans *Folle*. Un autre jeu d'équilibre en somme, une tentative de s'en sortir, pour arriver à soi, comme sujet... » Et Ouanessa de me citer cet extrait d'un poème de Saint-Denys Garneau :

*« Je ne suis pas bien du tout assis sur cette chaise
Et mon pire malaise est un fauteuil où l'on reste
Immanquablement je m'endors et j'y meurs. »*

*Mais laissez-moi traverser le torrent sur les roches
Par bonds quitter cette chose pour celle-là
Je trouve l'équilibre impondérable entre les deux »*



PRENDRE SOIN

OUANESSA
YOUNSI

Poète, psychiatre,
étudiante en philosophie

On ne peut être poète sans quelque folie.

- Démocrite

L'université m'a formée comme psychiatre. La littérature me forme comme soignante. « M'ont formé », « me forme » : les temps de verbe sont importants. La littérature est un passé au présent. Vivante comme les cercles, aimante comme le soin. Sans passion des lettres, serais-je devenue soignante? Aurais-je opté pour cette profession qui implique



l'auteur d'écrire. Au lecteur, de lire. Au soignant, de soigner, c'est-à-dire de panser tout en pensant, sans penser.

La littérature pense aussi la folie. Mais peut-elle la panser? Littérature et folie posent d'abord la question : qu'est-ce que la folie? Étrangement, la poète en moi est peut-être mieux outillée pour la saisir au sens large que la psychiatre en moi, plus habituée à traiter la folie dans un sens clinique, soit la psychose. Je n'ai pas une vision romantique de la psychose, car je sais ce qu'elle coûte. J'ai vu un schizophrène se faire hara-kiri pour tuer le diable de son ventre. J'ai refusé de référer en chirurgie un patient convaincu jusqu'au délire qu'il avait des micros plantés dans tous ses organes. Il m'a frappé sous l'effet de la colère. Je regarde la psychose dans les yeux et je vois la souffrance. En relisant cette phrase de Shakespeare, « j'aimerais mieux une folie qui me rendrait gaie qu'une expérience qui me rendrait triste », je doute. J'ai connu des patients en manie psychotique qui se croyaient Dieu, Jésus, le Saint-Esprit, ou les trois à la fois (je n'ai jamais compris ce mystère). Ils en étaient si persuadés qu'ils ressuscitaient tout nus le jour de Pâques au Mont-Royal, et se perçaient des trous dans les mains avec des clous. J'ai soigné un patient en délire grandiose qui s'est presque

noyé pour sauver la planète des marées noires et des sacs en plastique. Si la manie les rend euphoriques une fraction de l'année, c'est pour mieux les plonger dans l'abîme de la dépression. Ruptures, faillites, pertes d'emploi, que ces moments de cocaïne sans cocaïne leur occasionnent.

La psychose aiguë est sœur de la mort. Elles couchent ensemble. Elles dansent côte à côte sur les bûchers des atomes. Elles écoutent des films de zombies ensemble, dans la même pièce chauffée à la sueur et à la dopamine. Elles épousent les mêmes contours, mais diffèrent dans leur essence, car il y a encore de la vie dans la psychose, vie grave, souvent. La psychose est sœur de la mort, car elles empoignent le même isolement, la même finitude. Elles coupent du monde. Quitter la réalité commune, c'est sortir d'un espace social qui s'avère aussi une part de notre identité. Sans compter le stigma, cette hantise de la folie-psychose remarquée dans les yeux des passants lorsqu'un itinérant répond à ses voix et aux murs dans le métro. La psychose exclut du réel commun et, généralement, de sa propre vie, de son histoire, dont le sujet se révèle dépossédé, morcelé. Soigner, c'est inclure le patient dans sa trajectoire d'existence, dans le monde ensuite, en l'aidant à remettre les pieds sur terre et non

au ciel. À retrouver sa dignité, sa propre voix parmi les hallucinations et les idées de référence. Soigner, c'est aussi combattre la discrimination, l'exclusion et la pauvreté qui accompagnent trop souvent la psychose.

Puis il y a les autres folies : la guerre, l'amour, les mines antipersonnel, les lendemains de brosse, la cruauté animale, la psychopathie, la pornographie juvénile, le réchauffement de la planète, le laisser-faire ambiant, le tout-à-l'argent, le *politically correct*, folies communes des humains qui ne sont pas maladies, et qui ne relèvent pas de la psychiatrie, ou si peu, sinon que celle-ci en partage comme toute la société les dérives, les prières, les crevaisons. La folie de ceux qui craignent de devenir fous, les « limites » et les « névroticonormaux », la folie de tomber amoureux, la folie de la rage narcissique qui peut nous amener à tuer la femme qu'on soutenait hier aimer de toutes ses forces.

Ces folies sont-elles maladies? Je réponds non, mais cela dépend évidemment de la définition que l'on prête au terme « maladie », ce qui occasionne des débats. Ces folies sont-elles souffrances? Assurément. Littérature et folie signifient donc, en un premier sens, strictement clinique, littérature et psychose, et en un deuxième sens, plus familier, plus englobant, littérature et folies communes : « La folie est quelque chose de rare chez l'individu; elle est la règle pour les groupes, les partis, les peuples, les époques. » (Nietzsche). Folie à mille, à millions. Nos folies partagées. Qui peuvent s'appriivoiser et devenir l'irrationnel permettant le poème, la littérature.

Qu'est-ce que la littérature? (Sartre). À mes yeux, elle représente un espace de jeu tel que décrit précédemment. Une suspension du temps

ouvrant à davantage de temps. Un espace psychique de liaison, de relation. La possibilité de traduire en mots une aventure qui autrement n'est ni pensée ni transmise, et donc à moitié vécue, car sans retour réflexif. La littérature est transposition du vécu et, par la suite, ajoute à l'imaginaire. Sempiternel aller-retour entre la page, soi, et le monde. Big-bang toujours recommencé. Miroir, écho, reflet, appréhension de soi par les mots d'un autre. La littérature dépasse la publicité en ce qu'elle relève de l'inutile, d'une création pour elle-même et pour la suite de nos maigres mondes. Elle a ses grains de beauté, car elle ne *cruise* personne. Elle se révèle aussi port, navire, voyage, offrant l'occasion de vivre d'autres vies que la sienne, pour paraphraser le titre d'une œuvre d'Emmanuel Carrère.

Émerge déjà en quoi elle forme la soignante en moi. Je parcourais récemment un article soulignant

suggestion de lecture



Je suis une personne, pas une maladie!

La maladie mentale, l'espoir d'un mieux-être

D^{re} Marie-Luce Quintal, Luc Vigneault, Marie-France Demers, Cécile Cormier, Yolande Champoux, Louise Marchand, D^r Hubert Antoine Wallot et D^r Marc-André Roy

Performance Édition, 2013

Les personnes atteintes de maladies mentales décrites auparavant comme irrécupérables peuvent maintenant avoir une vie pleinement épanouie. C'est pour donner espoir à ces gens qui se croient condamnés à vie, à leurs proches ainsi qu'aux intervenants en santé mentale que nous prenons la parole aujourd'hui. Animés par l'engagement et la détermination de Luc Vigneault, pair aidant en santé mentale et de la Dre Marie-Luce Quintal, psychiatre, notre collectif d'auteurs vous propose un modèle illustrant le parcours du rétablissement.

Des témoignages vécus de l'intérieur et soutenus de l'extérieur par des professionnels passionnés et animés d'une même folie : faire du rétablissement la pierre angulaire du traitement et du soutien des personnes vivant avec un trouble mental.

Nous souhaitons que ce livre permette de nourrir l'espoir et qu'il pose un jalon de plus dans la mise en place d'un système de soins qui soutienne véritablement les personnes qui crient haut et fort : « Je suis une personne, pas une maladie! ».

Ce livre vise à amplifier ce cri du cœur pour qu'il bénéficie de l'effet papillon et soit porté dans chaque ramification de notre société. Tous peuvent un jour ou l'autre être confrontés à la maladie mentale et donc, se sentir interpellés par l'espoir porté dans ce livre.

Les droits d'auteurs sont cédés à la Fondation de l'Institut universitaire en santé mentale de Québec pour aider les personnes atteintes de maladies mentales dans leur quotidien.

que la lecture d'œuvres de fiction aide à saisir les états d'âme d'autrui. J'ignore si la littérature y parvient à tout coup, mais elle arrime et aiguise ma sensibilité. Lisant *L'hiver au cœur* d'André Major, je redécouvre la déprime, l'hiver qui ploie et déploie ses séparations, ses errances. Fouillant l'œuvre de Gauvreau, je plonge en une folie que je peux davantage appréhender, des associations par assonances que je parviens à écouter, loin du seul regard diagnostique souvent asséchant. Pénétrant l'univers de Marguerite Duras, j'aborde une souffrance au féminin, l'âme sur la peau, à travers l'image de la mort d'une mouche ou une relation avec *L'amant*. Aimant Saint-Denys Garneau, je m'approche de « l'oiseau dans sa cage d'os », et me laisse remuer, saisir, émouvoir, par cette souffrance qui trouve ses mots. Méditer *À l'extrême du temps* de Fernand Ouellet me permet (quel prodige !) de rejoindre un état de vieillesse du bas de mes 29 ans. *Les mélancolies* de Martine Audet me rapprochent de ce sentiment, me le rendent familier. La langue a ses miracles que la raison n'aborde pas toujours. Voilà des auteurs qui me touchent. Être touché est le propre du poète et du soignant, tant que l'on connaît ses limites.

La littérature préserve-t-elle des atrocités, du non-soin? Non, évidemment. Cette sensibilité, cette attention aux vibrations d'autrui, peut être utilisée à mauvais ou à bon escient. Découper un corps en morceaux peut s'avérer au service du bien ou du mal selon que l'on est chirurgien ou tueur en série. Idem pour cette sensibilité au vécu d'autrui. Tendre la main, non le poing.

Si la littérature me forge comme soignante, c'est peut-être par l'écriture que je parviens pleinement à rejoindre l'autre versant du soin, celui du patient. Écrire, c'est prendre une place. La sienne, d'abord, et celle d'autrui, ensuite, par un jeu de transposition et de langage. Écrire, c'est pouvoir être autrement la nuit, le ciel, la folie, la tendresse, la maladie. C'est atteindre l'inexploré en soi, le latent, cette part de folie commune qui habite chacun de nous, qui nous définit comme humains, peut-être autant que la raison. La psychiatrie nous apprend trop souvent que nous sommes sur cette chaise pour y rester, qu'un abîme nous sépare de celle du patient. Cela est faux. Seule une poignée de gènes, d'atomes et d'expériences nous distinguent l'un de l'autre. Nous pouvons toujours basculer. Cette chaise de soignant ne nous appartient pas. Elle nous est prêtée. Qui n'a jamais été malade? Rhume, cancer,

dépression, trouble panique. Qui n'a jamais senti son corps flancher durant quelques jours? La perte de repères et de fonctionnement. La tentation de lâcher les amarres et les rigoles. La nécessité du repos et de la gastro-entérite. Nous partageons les mêmes *Moments fragiles* (Jacques Brault). Écrire, c'est se rappeler à sa propre déraison, fragilité, humanité, et chercher aussi à s'en extraire en l'écoutant, et en la partageant.

« J'écris pour tromper la tristesse et pour la ressentir. » (Hubert Aquin). L'écriture nous assène notre propre déraison, nous oblige à regarder le frêle et la folie qui imprègnent nos yeux, plutôt que ceux du voisin.

La folie est importante, tout comme l'écriture, non pas parce qu'elle est souffrante — cette

souffrance, on se doit de la soulager — mais parce qu'elle touche à l'humanité, à ce qu'il y a d'humain dans l'humain. Elle pose la question entière de l'être, en phrases détachées, en néologismes, d'un coq à l'âne à l'autre. Elle interroge : que reste-t-il d'un être humain quand tout — projets, espérances, raison, amour, bonheur — semble s'évaporer? À ce point précis, on frôle le noyau de l'être, ce que certains nomment la dignité, terme auquel je préfère l'image d'un bouton de rose, d'un rhizome premier, ou encore l'idée de grâce, ce don incroyable de respirer par son âme. L'essence de l'existant, de cet Autre soudainement dépossédé de lui-même, nous rappelle que ce qui nous distingue de celui qui se trouve assis sur la chaise d'en face repose sur deux ou trois parcelles de gènes, et une tonne de facteurs dont on ne saisit presque rien. Lorsqu'on a compris cela, c'est-à-dire que seul le hasard nous a posés là plutôt qu'en face, on peut commencer à soigner. Et à écrire, qui est une façon de soigner encore, en apposant des mots si limités sur un amour qui l'est tout autant.

Est-ce que la littérature peut nous aider, les patients, à moins souffrir? Je réponds oui si elle s'avère notre passion, notre mode d'expression privilégié, une raison de durer. Certains ont repris espoir, souffle, vibration, en développant un engouement pour le kayak. Je connais un fou qui est un mycologue chevronné, qui chérit tant les coprins chevelus ou les polypores qu'ils le rendent vivant, et beau. J'en connais d'autres qui sont de fervents amateurs d'échecs. D'autres qui passent leur nuit à danser la salsa. J'en connais des fous et des moins fous qui aiment à en périr le karaté. Et il y en a plusieurs, comme moi, qui sont amoureux de la littérature, qu'elle soit fiction, poésie, essai. Ils y

SI LA LITTÉRATURE ME FORGE COMME SOIGNANTE, C'EST PEUT-ÊTRE PAR L'ÉCRITURE QUE JE PARVIENS PLEINEMENT À REJOINDRE L'AUTRE VERSANT DU SOIN, CELUI DU PATIENT. ÉCRIRE, C'EST PRENDRE UNE PLACE. LA SIENNE, D'ABORD, ET CELLE D'AUTRUI, ENSUITE, PAR UN JEU DE TRANSPOSITION ET DE LANGAGE.



dénichent ce que le réel ne donne qu'à moitié, qu'au compte-gouttes : amitié, langage, originalité, délire. Ils se fascinent autant pour Neruda que pour Nelly Arcan. Ils explorent tantôt la littérature russe, tantôt la française, ils vagabondent, car c'est aussi cela, aimer. Est-ce que la littérature les sauve? Je ne sais pas. Est-ce qu'elle aide ceux qui s'en remettent à elle? Oui, ne serait-ce que parce qu'elle peuple notre vide de personnages et de mots qui nous deviennent essentiels. D'univers sans lesquels nous n'avons qu'un œil, qu'un bras, qu'une hanche. De mondes qui nous transcendent et nous complètent.

Si la littérature aide ceux qui s'éprennent de ses mots, de ses gares, comme la voile supporte les plus mordus des vagues, elle ne peut être un baume que si elle nous exclut temporairement du monde pour mieux nous *pitcher* dans ses promesses. Toute littérature refermée dans un livre n'est que vain solipsisme, folie sans maladie. Il est faux d'affirmer que la littérature est une activité solitaire. Lisant, nous entrons en relation avec des personnages, ou des auteurs, qui deviennent des proches, et nous prêtent des mots pour décrire la souffrance, la folie, l'amour. Plonger dans Ducharme est folie en acte, langage déplié, roulé en boule, lancé dans un coin. Même impression en dévorant *Prochain épisode* d'Hubert Aquin, qui incarne alors ma déraison, mon aventure « en flammes au milieu du lac Léman

pendant que je descends au fond des choses ». Un livre en appelle un autre, puis cherche des lecteurs, des réseaux, des bibliothèques. Parfois, une œuvre nourrit nos propres écrits. Nous tissons des liens avec les héros des oeuvres, ou leurs mots, et nous en tressons également à l'extérieur. Parler d'un livre qui nous « jette à terre », nous « rentre dedans », c'est parler de soi, s'ouvrir au dialogue et au danger. Une lecture qui ne débouche sur rien de plus qu'elle-même tourne à vide. Elle nous maintient dans une solitude à laquelle la maladie nous a déjà habitué. Je revois un patient schizophrène, qui transportait *Critique de la raison pure* de Kant, et qui avait le projet de traduire cette œuvre colossale. Intriguée, je l'ai questionné davantage sur sa quête, qui grugeait son existence, son appétit, son sommeil. Ainsi, vous parlez allemand? Non. Alors comment faites-vous pour traduire Kant? Je le fais avec le dictionnaire, mot par mot. On sent ici que le livre ne sauve pas, mais qu'il prolonge la prison. Il coupe du monde, des autres, il enferme dans la déraison pure. Même si cela occupe, traduire Kant mot à mot avec un dictionnaire, cela n'est plus du ressort des lettres. En somme, la littérature n'aide que si elle ouvre, parle à plusieurs voix, et permet de reconnaître, dans les vers de Marie Uguay ou de Joséphine Bacon, sa propre voix. Écho déjà déformé, reflet déjà mouillé en d'autres mots que

les siens. Il est tentant de s'accrocher à l'idée que la folie facilite la créativité, en songeant à Artaud, Nelligan, etc. L'histoire retient certains noms dans ses filets. Or, pour quelques auteurs dont les textes persistent et signent, plusieurs êtres atteints de folie ne créent pas des œuvres grâce à leur condition, et périssent dans l'anonymat et la froideur des hôpitaux. Il demeure périlleux de tirer des conclusions générales à partir de quelques cas particuliers, dont la créativité reste fascinante, et semble puiser dans une matière inconsciente puissante. En pratique clinique, la folie, et surtout la psychose aiguë, me frappe davantage par son versant destructeur et isolant que par sa source créative. Elle fragmente beaucoup de noyaux, laisse l'âme confuse, débordée par les voix, et l'angoisse. Je ne puis donc exalter ses sources créatives. À l'inverse, j'imagine qu'elle peut amener certains artistes à aborder des zones troubles de l'humain qu'une santé mentale ne leur aurait pas spontanément fait explorer. Mais il faut remonter des bas-fonds pour pouvoir les écrire, les traduire. Dans l'abîme d'une folie envahissante, la lumière manque. Le mineur confiné aux souterrains et à l'obscurité ne voit rien. Peut-être rapportera-t-il de cette plongée une ou deux pierres précieuses à travers la terre noire, boueuse, et malgré le danger de l'effondrement des souterrains. Je n'ose dégager une conclusion générale, sinon que la psychose me semble toujours chèrement payée, et que je crois au soleil. Sur le plan personnel, écrire est pour moi le prolongement de vivre, et me permet de rejoindre des zones d'inconscient, des contenus qui me surprennent malgré moi, lorsque la poésie trouve sa place. Il faut savoir puiser, et aimer la bête.

La littérature ne guérit pas la schizophrénie. Je persiste à croire qu'elle m'aide à mieux soigner. Elle ne vaccine pas, mais elle peuple. J'ai foi en elle. J'écris. Je lis. Ce sont *mes essentiels*. La guérison relève de la science; le soin relève de l'âme, et les lettres ravitaillent l'âme. La mienne. Peut-être la vôtre. Celle de milliers. Celle de millions. Nous revenons de longtemps. D'une littérature qui imprègne les vivants. Poète, psychiatre : ces deux rôles se rencontrent et se nourrissent de cette manière de prendre soin.

Je n'ai pas d'autre littérature.

Je n'ai pas d'autre folie.

C'est une profession de foi.

Je n'ai pas d'autre profession.

Schizophr(énie)

OUANESSA YOUNSI

*Ta voix prend la place de la tête
Du cœur de l'estomac prend la place
Des reins (je n'ai plus d'entrailles)*
Reste derrière ton corps

*Qui noie des bébés dans mon ventre
Qui suce l'espoir de l'espérance
Qui échappe mon être par la vitre (toi)*
Moi

*Mes veines tissent des barbelés
Je m'emmure dans un capteur de rêves
Il y a un nœud dans mes bras (enlacement?)*
Pose ta main sur ta nuque serre

*Quelque chose enfle en moi
Boursoufle en moi
Qui n'est pas moi (ça crie)*
Toi

*Pic-bois métronome tronçonneuse
Ça marteau-pilonne dans mon crâne
Les bruits font des mirages contre moi (des micros)*
Entends la fissure à tes tempes

*L'angle mort envahit le vivant
Jour de fossé dans la joue
Arrête de converser dans mes mots (qui?)*
Moi

*Pupilles cherchent iris prunelles
Orbites front faciès
Veulent regard caresse présence (prêt d'organes)*
Fais-moi confiance

*J'ai commencé l'existence par la fin
La durée de la faille est ma profondeur
Ne sais pas prendre langue (n'importe quelle)*
Toi

*Madame entendez-vous des voix
Des hommes ou des femmes combien
Vous donnent-elles des ordres (nous?)*
Ne réponds pas

*Séquestrée dans une injection
Grugée par des millénaires de mites
Je me cramponne à ta gorge (avalé la pilule)*
Moi

Les limaces creusent ma vie sans sourciller
Entailles où saignent un à un les globules
Deux trous noirs dans les yeux (pour voir quoi?)
Efface ta peau à la pierre ponce

J'ai peur j'aimerais enlever mon visage
Découper mes oreilles la petite bête de cire
Je n'ai pas la crevasse facile (tomber?)
Toi

Une orange fleurit dans ma paume
Toujours la pelure de quelqu'un d'autre
Toujours la main qui se ferme sur un os (rien)
Mets tes dents dans ma bouche

Personne n'arrête ma raison de couler
Inutile filet de l'étreinte
Qui tend la pêche aux songes (les marsouins)
Moi

Contention mes poings cardinaux
Au Nord une parole familière
Banquise en forme de larmes (maman?)
Ne distingue pas d'autres voix

Il fait noir sous mes paupières
Je n'ouvre plus les cieux
 Crainte de te voir sans te reconnaître (ombre)
Toi

Tu me dépasses en te coloriant
Les fleurs fanent sur la tapisserie
Quelle mort dessines-tu dans ma vie (vide)
Suis mes traces

J'allume des lampions de silence
Minutes rescapées du temps plein
Ta flamme reprend sans s'éteindre (Dieu?)
Moi

Le réel ne ressemble plus au réel
Depuis que je te perçois
Tyrannie du masque sur le masque (masque)
Ne mens pas

Verbe qui erre dans ma boîte crânienne
Ne demande son chemin à personne
Chute dans le remblai (l'absence)
Toi

La parole n'est pas tenue
Je m'échappe entre mes doigts
Des jambes me retiennent (miennes?)
Ne pars pas

De retour aux néons d'hôpital
Je veux redresser la lumière
Fermer le désir et la cendre (et le globe)
Moi

Corridors de patients
Plates-bandes des délires
Leurs pas me parlent du carrelage (soliloque)
Sois seule et tais-toi

Persécution mégalomanie érotomanie
Mystique religieux somatique
On crache des termes dans ma figure (du chiendent?)
Toi

Je gis en jachère dans mon lit
Cent quatre-vingt-quatorze jours
Labourage du désert (attendre)
Lève-toi et marche

Sors en-dehors du monde
Appuie-toi sur une girouette
Une gorgée d'oies me dévale (verre de lait)
Toi

Guette les pivoinies sans pétale
Éclate le blanc de tes cornées
Ta voix prend la place (toute?)
Écoute-toi

Égrène les étoiles
Mastique les miettes de la nuit
Mange les astres par l'anneau (haut-le-coeur)
Toi

Nou(s).

JACQUES FERRON : RECONNU MAIS MÉCONNU

LOUISE
BLANCHETTE

Médecin, écrivain et militant, Jacques Ferron a marqué le Québec du XX^e siècle autant par ses écrits que par sa participation active à la vie politique et sociale. Au cœur des grands bouleversements de la Révolution tranquille, il a été à la fois témoin et acteur, entre autres en fondant le parti Rhinocéros en 1963. Il a, de cette façon, mis son grain de sel quelque peu satirique dans l'univers de la politique fédérale.

Son œuvre témoigne de sa sensibilité aux inégalités sociales et politiques. Toute sa vie, il prendra la défense des faibles et des démunis. Grand humaniste, empathique à la souffrance d'autrui, Ferron a connu une trajectoire singulière, sa profession ayant nourri son travail d'écriture et guidé son engagement politique. Il regarde le monde qui l'entoure, le recréant dans ses contes et ses romans. Bouleversé et outré par ce qu'il voit, il transpose dans ses nombreux écrits un portrait parfois peu reluisant des conditions de vie de ceux qu'il côtoie. Fait étonnant, la grande majorité de ses contes ont été publiés dans le bulletin *L'Information médicale et paramédicale* et non dans une revue littéraire.¹

Si son œuvre fait en grande partie référence à l'histoire et à l'actualité politique du Québec, son inspiration première est notamment puisée dans ses rencontres avec ses patients. Sa pratique médicale lui a ainsi permis de connaître plusieurs régions du Québec, mais son expérience de médecin généraliste à l'hôpital psychiatrique

Mont-Providence (devenu Hôpital Rivière-des-Prairies) et à l'asile St-Jean de Dieu (devenu Hôpital Louis H. Lafontaine) l'a particulièrement marqué. Son expérience de médecin asilaire au pavillon Gamelin², dans une unité réservée aux femmes souffrant de déficience intellectuelle le touche et l'amène « à se questionner sur la place des malades mentaux dans la société québécoise et sur l'interprétation des troubles psychiatriques par le milieu médical, dont il juge l'approche dépassée »³.


La correspondance qu'il entretient avec le psychanalyste Julien Bigras, témoigne de son indignation face aux traitements, aux soins fournis à ces patients et à leur qualité de vie. Il est choqué par les attitudes parfois brutales et peu respectueuses qu'il observe. Ferron s'insurge et écrit⁴ :

« ...sur la manière de faire lors de la réforme qui vise à vider les asiles et à jeter les malades à la rue sous le prétexte de promouvoir la désinstitutionnalisation de la psychiatrie lourde. »

Le thème de la folie est d'ailleurs récurrent dans l'œuvre du médecin-écrivain. Jacques Ferron tisse son œuvre en imbriquant la réalité et l'imaginaire. À sa manière, il truffe le récit de faits et, par le biais de ses personnages; il livre sa révolte, par exemple, dans son roman *L'Amélanchier* où le père de la narratrice est gardien au Mont-Thabor, un hôpital rappelant singulièrement le Mont-Providence.⁵

Quelques années plus tard, travaillant dans un quartier défavorisé de Longueuil où il sera une fois de plus confronté à la souffrance, à la pauvreté et la maladie mentale.

Lui-même reconnu comme un être tourmenté,



inspiration..

Ferron est captivé par la folie :

«...j'imagine que certains écrivains ont pu être fascinés par la folie. Et d'autant plus que dans le fou l'écrivain se reconnaît, parce que l'écrivain est aussi une manière de fou. C'est lui qui prend tout le discours.»⁶

Au cours des années 70, Ferron porte un rêve, celui d'écrire un grand projet romanesque au sujet de la folie, sous le titre : *Le Pas de Gamelin*. Alors que toute sa vie, il avait trouvé l'inspiration et connu une facilité à écrire, il rencontre de grandes difficultés. La nécessité d'écrire se dissipe et il sombre dans la dépression. À la suite de sa tentative de suicide, il se retrouve lui-même interné. Il réussit tout de même à se sortir de ses moments sombres et poursuit l'écriture de son roman, mais est incapable de l'achever.

«... je me suis approché du sujet de la folie, mais quand j'ai voulu y entrer, quand j'ai voulu passer *Le Pas de Gamelin*, là j'ai connu un échec monumental. Je me suis rendu compte de ceci : la folie, oui, on peut en parler cas par cas, mais il ne faut pas essayer d'en avoir une vue d'ensemble ou de la voir de loin.»⁷

Pour Ferron, c'est un échec. Ce projet l'aura habité pendant plus de 15 ans. Il meurt d'une crise cardiaque en 1985, à l'âge de 64 ans.

Des extraits de ce livre consacré à la folie seront finalement publiés dans *l'Information médicale et paramédicale* et d'autres fragments choisis seront rassemblés dans un recueil intitulé *La Conférence inachevée*.

RÉFÉRENCES

- 1 Biron, M. (2010). *Histoire de la littérature québécoise*, Boréal, 684 p.
- 2 Il s'agit d'un pavillon situé à l'asile Saint-Jean-de-Dieu.
- 3 Desmeules, M. (2007). *Jacques Ferron : libre penseur*, Lidec coll., Célébrités, 64 p.
- 4 Bigras, J. (1988). *Le désarroi correspondance Julien Bigras & Jacques Ferron*, VLB éditeur, 176 p.
- 5 Bonin, P.-A. (2009). «Chronique de la folie ordinaire : *Le Pavillon de chasse (en préface au Pas de Gamelin)*», *Postures*, N° 11, p. 157 à 172.
- 6 Ferron, J. et L'Hérault, P. (1997). *Par la porte d'en arrière*. Entretiens, Lanctôt Éditeur, 318 p.
- 7 Idem.

Autres ouvrages consultés

Marcel, J. (2013). *Jacques Ferron malgré lui (réédition revue et augmentée)*, PUL, 230 p.

Michaud, G. (1995). *L'Autre Ferron*. Coll. «Nouvelles études québécoises», Éditions Fides, 466 p.

[<http://www.ecrivain.net/ferron/>] (novembre 2013)



DIRE «**JE**»
POUR DIRE
QUI EST L'AUTRE

MARTIN
WINCKLER

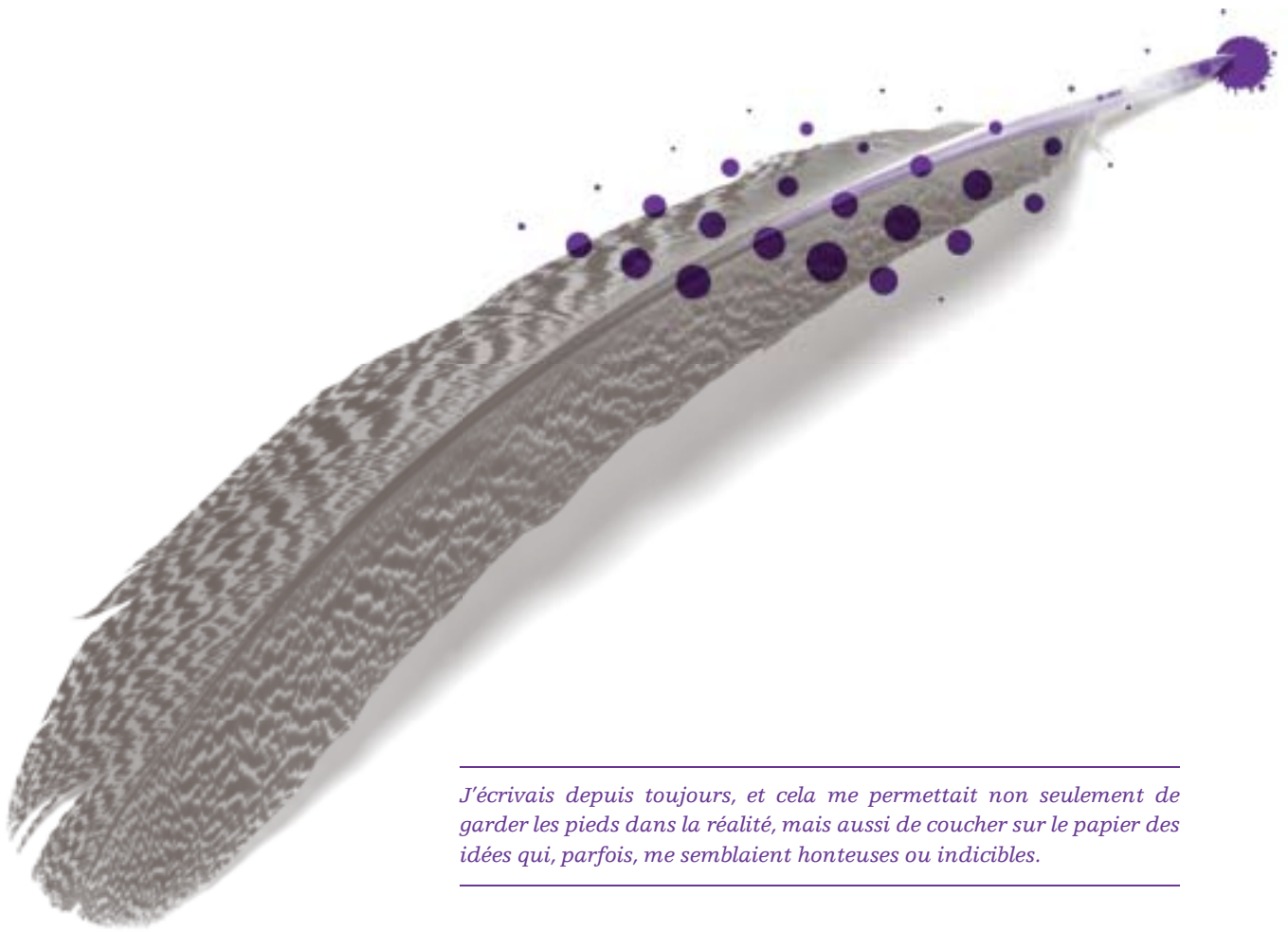
Marc Zaffran, M.D.

Mon tout premier stage d'étudiant hospitalier s'est déroulé dans un service de psychiatrie pour femmes. C'était en France, à Tours, en 1977. L'idée de me retrouver en psychiatrie était, en elle-même, impressionnante, mais celle d'avoir affaire à des femmes me troublait encore plus. Dans mon esprit, la « folie » (j'utilise ce terme fourre-tout à dessein, car, à l'époque, je n'avais pas d'autre mot pour en parler) était une maladie fortement liée au genre : je pensais



que les hommes et les femmes ne perdaient pas la raison de la même manière, pour les mêmes motifs, dans les mêmes circonstances. C'était bien sûr un préjugé, personnel et culturel, et je n'aurais pas pu en dire plus à l'époque, mais, pour l'étudiant que j'étais, la maladie mentale était, de toute manière, un mystère. Les terminologies des livres ne disaient rien de déterminant; les enseignants non plus. Il n'y avait pas d'accord en France sur les origines de ce qu'on appelait pudiquement « les

troubles du comportement ». On avait bien des pistes par-ci par-là : on avait observé depuis longtemps les dégâts que provoquaient les accidents vasculaires cérébraux ou la chirurgie des tumeurs (souvent plus que les tumeurs elles-mêmes); on savait que certaines démences étaient d'origine alcoolique et que certaines infections virales laissaient des séquelles neurologiques retentissant sur les fonctions cognitives, l'humeur ou le comportement. On savait que les schizophrènes, les



J'écrivais depuis toujours, et cela me permettait non seulement de garder les pieds dans la réalité, mais aussi de coucher sur le papier des idées qui, parfois, me semblaient honteuses ou indicibles.

migraineux et les toxicomanes pouvaient avoir des hallucinations. Bref, on savait bien que les symptômes des « troubles mentaux » découlaient d'anomalies dans le fonctionnement du cerveau, que ces anomalies pouvaient être induites par des substances toxiques ou un traumatisme, voire, parfois, par un trouble du développement, ou même (dans le cas des migraines ou du syndrome prémenstruel) ne pas être du tout être le signe d'un trouble mental...

Mais, curieusement, dès qu'il était question de l'identité ou des préférences sexuelles, aucune hypothèse neurobiologique n'était considérée comme valide. Alors qu'en 1973 (année où j'étais entré à la faculté de médecine), l'American Psychological Association avait rayé l'homosexualité de la liste des maladies mentales, en France, où le regard psychanalytique tenait lieu de dogme religieux dans la plupart des milieux psychothérapeutiques, on continuait à ranger celle-ci et beaucoup d'autres comportements considérés comme « déviants » dans le tiroir des « perversions ». Dans l'esprit de maints psychiatres français, ils le sont encore.

Dès le début de mon stage en psychiatrie, j'ai compris que personne ne chercherait à m'enseigner

quoi que ce soit. Les étudiants étaient abandonnés à eux-mêmes. Encore plus que ne l'étaient certains patients. Je me sentais dans une situation paradoxale : j'étais étudiant en médecine, mais ma présence était à peine tolérée par les infirmières, qui me considéraient comme un intrus plus soucieux de son statut à venir que de se former correctement. De plus, j'étais un homme dans un monde de femmes. Je me sentais donc parfaitement déplacé, et je me serais beaucoup ennuyé si je n'avais pas mis mon temps à profit en regardant, en écoutant attentivement. Et en écrivant.

J'écrivais depuis toujours, et cela me permettait non seulement de garder les pieds dans la réalité, mais aussi de coucher sur le papier des idées qui, parfois, me semblaient honteuses ou indicibles.

Quelques semaines après le début du stage, j'ai écrit une nouvelle, inspirée à la fois par ce que je voyais et entendais dans le service, et par mes propres questionnements, personnels et professionnels.

Cette nouvelle a été publiée à la fin des années 70 dans une revue d'étudiants en médecine semi-clandestine. C'est l'une de mes premières nouvelles écrites à l'âge adulte. Je suis heureux de la voir reproduite ici.

Poupée

Je fais des poupées. En laine, de toutes les couleurs; le corps est fait au crochet ou aux aiguilles; facile, c'est tout droit. Je les bourre de kapok; je les couds bien serré, et puis il faut leur mettre des cheveux, une bouche, des yeux, un nez, j'en ai plusieurs, déjà... Au milieu des cheveux — des bouts de laine, noués au crochet — je mets un cheveu que j'ai trouvé, ou qu'on m'a donné.

Ou que j'ai pris.

... Je le fixe à la perruque et je pense fort à la personne à qui il appartient.

Pour que ça marche, il faut y penser fort. Très fort. Longtemps.

Et puis je les pose sur une étagère qu'il y a sur le mur, dans ma chambre. J'en ai beaucoup dans ma chambre, douze ou quinze. Elles n'ont pas toutes un nom : je n'ai pas trouvé assez de cheveux; c'est difficile. J'ai bien réussi à oser en demander un à Jocelyne. Elle me l'a donné sans rien dire, un long cheveu noir qu'elle a détaché, comme si elle cueillait une fleur, sans rien dire, en me regardant. Jocelyne ressemble à Maman... Mais pour les autres, j'ai eu plus de mal. J'aurais pu ramasser les cheveux par terre, mais, alors, je n'aurais pas su quel nom donner aux poupées.

De temps à autre, je me glisse dans les chambres. C'était pas facile : elles m'avaient logée au troisième et toutes les filles sont au premier. Et les filles ne m'aiment pas. Nicole, par exemple. Elle a de beaux cheveux noirs,

mais elle ne voudra pas m'en donner un si je le lui demande. Elle dit que je lui fais peur. Pas à moi, elle l'a dit à Jocelyne; elle a dit : « Dominique me fait peur. » Alors Jocelyne et Simone m'ont fait monter au troisième.

Elles m'ont dit que, déjà, on faisait une exception pour moi, alors qu'il valait mieux que je me tienne tranquille — ça, c'était Simone — et que, de toute manière, je serais mieux là-haut et que personne ne viendrait m'embêter — ça, c'était Jocelyne.

Mais je m'ennuie là-haut. Les filles sont... bizarres. D'abord, ce ne sont pas des filles. Il y a surtout des vieilles, qui gigotent, qui crient. Je n'aime pas ça, elles me font peur quand elles crient. Une nuit,

suggestion de lecture



Le Chœur des femmes

Martin Winckler
Gallimard, 2011

Roman de formation, *Le Chœur des femmes* raconte l'histoire d'un jeune médecin modelé par la faculté et par sa spécialité d'élection, et qui doit brusquement réviser ses préjugés devant une réalité qui lui avait échappé jusqu'ici : ce ne sont pas ses maîtres qui lui apprendront son métier, mais les patientes.

suggestion de lecture



La Maladie de Sachs

Martin Winckler
Gallimard, 2005

« Comment allez-vous, depuis la dernière fois? Pas bien, sinon je serais pas venu! Moi, ça va, c'est ma femme qui ne va pas. Mieux. C'est pas encore ça, mais c'est mieux. C'est pareil. Vos remèdes ne m'ont rien fait. C'est pas pire, mais j'ai toujours du mal à dormir. Eh bien, j'ai plus mal, mais maintenant ça me démange. » Dans le cabinet du Docteur Sachs, les plaintes se dévident, les douleurs se répandent. Sur des feuilles et des cahiers, Bruno Sachs déverse le trop-plaint de ceux qu'il soigne. Mais qui soigne la maladie de Sachs?



Elle m'a regardé d'un drôle d'air et a dit : « D'accord, Dominique, mais à condition que tu ne lui fasses pas de mal. » J'ai eu les larmes aux yeux. J'ai dit : « Je ne ferais jamais de mal à ta poupée, je t'aime trop. »

Rosa, qui est très, très vieille, criait comme ça, on l'entendait à l'autre bout du couloir. Joëlle, qui s'occupe de nous au troisième, était avec elle pour l'empêcher de crier; mais Rosa hurlait quand même.

Je n'arrivais pas à dormir, avec tous ces cris.

Je me suis levée, j'ai marché pieds nus sans bruit dans le couloir, je suis entrée dans la chambre de Rosa...

... Je me suis approchée du lit, elle se débattait, elle bavait, le lit était défait, et elle fermait les yeux fort, si fort... Joëlle ne m'a même pas sentie m'approcher, elle pleurait presque, elle ne m'a pas regardée, elle essayait de lui parler.

... Le lit était tout défait, les draps et les coussins par terre. J'ai ramassé le coussin, et il y avait des cheveux dessus, des cheveux gris, j'en ai pris un.

Joëlle m'a vue, mais elle ne m'a pas parlé, elle était trop occupée à parler à Rosa.

Je ne sais pas pourquoi tout le monde lui parle : elle ne comprend rien. Je lui ai parlé, un jour, j'ai essayé de lui raconter une histoire, mais elle ne me comprenait pas; je lui ai pourtant dit que ça me faisait mal de l'entendre hurler, elle ne comprend rien.

... Alors l'autre jour, j'ai fait une poupée pour Rosa, et j'y ai mis le cheveu. Et puis je l'ai posée sur l'étagère.

La nuit d'après, lorsque elle s'est mise à crier (elle crie presque toutes les nuits), j'ai pris la poupée et j'ai posé le pouce sur sa bouche. Elle a une jolie bouche que j'ai découpée dans de la feutrine rouge avec les grands ciseaux que j'avais pris à Nicole sans le lui dire parce qu'elle a toujours peur quand je lui demande ses ciseaux. Nicole est très peureuse.

... Quand j'ai posé le pouce dessus, Rosa a cessé de crier. J'ai enlevé mon pouce : elle a hurlé encore plus fort. Alors j'ai pris la poupée, et je l'ai mise sous mon oreiller, et je me suis assise dessus.

Après ça, Rosa n'a plus hurlé.

Je suis restée assise sur l'oreiller longtemps. J'avais peur qu'elle recommence.

Le lendemain, Rosa est partie. Des hommes sont entrés dans sa chambre avec un grand lit roulant, ils sont ressortis avec Rosa enveloppée dans un grand drap qu'ils avaient posé sur sa tête. Elle ne hurlait pas, elle ne bougeait pas.

Je les ai regardés faire depuis la porte de ma chambre.

Je n'aime pas les hommes; ils me regardent toujours d'une drôle de façon; des fois, ils se forcent à rire, mais je sais qu'ils ne savent pas...

Joëlle pleurait. Nicole lui disait que ça n'était pas de sa faute. Je n'ai pas compris pourquoi ni la faute de quoi.

... Je suis redescendue au premier et j'ai marché dans le couloir de long en large.

Isabelle était assise dans le bureau. Elle est gentille, Isabelle. Elle me demande toujours si je suis d'accord pour parler avec elle. J'aime parler avec elle. Elle me demande comment je vais, comment je vois la vie, si je suis fatiguée le matin, si j'arrive à me lever, si je ne me sens pas trop endormie à cause des médicaments.

Je lui dis : « Un peu »; et puis, j'ai la bouche sèche.

Les première fois je disais : « Non, ça va, je vais bien, les médicaments ne me font pas dormir. » Et puis, un jour, en retournant à ma chambre, j'ai vu qu'on avait défait mon lit et que quelqu'un avait trouvé les comprimés que j'avais cachés sous le matelas, dans un mouchoir. Et pendant longtemps, on m'a obligée à les prendre et on me faisait ouvrir la bouche pour être sûr que je les avais avalés.

Plus tard, j'ai appris à me faire vomir dans les toilettes, mais j'ai dit : « Ça me fait dormir un peu et puis j'ai la bouche sèche », quand Isabelle me posait des questions, et j'ai vu qu'elle était contente.

J'aime bien Isabelle, j'ai envie de lui faire plaisir, mais je ne veux pas prendre ses médicaments. De toute manière, ils ne me font rien. Je lui ai demandé pourquoi elle m'en donnait, je ne suis pas malade. Elle m'a répondu que c'est pour que je voie la réalité telle qu'elle est. Je ne comprends pas ce qu'elle veut dire.

Quand je veux demander quelque chose à Isabelle, ou lui parler, je passe devant le bureau, dans le couloir, elle me voit si la porte est ouverte. Je reste là, à la porte, et elle me dit d'entrer et elle m'écoute, elle a le temps, elle est là toute la journée, alors que Jocelyne me dit qu'il y en a d'autres que moi et qu'elle ne peut pas être avec moi toute la journée... Je ne comprends pas pourquoi elle dit ça.

Je suis entrée dans le bureau, et j'ai demandé un cheveu à Isabelle, pour ma poupée.

Elle m'a regardé d'un drôle d'air et a dit : « D'accord, Dominique, mais à condition que tu ne lui fasses pas de mal. » J'ai eu les larmes aux yeux. J'ai dit : « Je ne ferais jamais de mal à ta poupée, je t'aime trop. » Elle a hoché la tête : « Je sais. » Elle a passé la main dans ses cheveux, ils sont beaux, je les aime, et elle m'en a donné deux qui étaient restés entre ses doigts. Je les ai mis sur une poupée qui a des cheveux jaunes comme elle. Le soir, je la prends, je la berce, je lui chante les chansons que Maman me chantait, et je m'endors avec elle. Je suis bien avec la poupée d'Isabelle. Mieux qu'avec toutes les autres.



... L'autre jour, Isabelle m'a vue dans le couloir et m'a souri. Elle avait un drôle de sourire. Je me suis approchée, et elle a dit : « Je ne devrais pas te dire ça, mais j'ai rêvé de toi, Dominique. » Elle a rougi. Je crois que j'ai rougi aussi. J'ai eu peur qu'elle se moque de moi, mais elle me regardait et ne disait rien d'autre. Je ne me sentais pas bien, mon cœur battait, j'avais mal au ventre. Je suis retournée au troisième...

Elle est petite, ma chambre, il n'y a que le lit, la chaise et la table, et l'étagère au-dessus du lit sur laquelle je range les poupées. C'est la plus petite chambre de l'étage. Les vieilles, elles, dorment deux par deux, mais moi, on m'a mise seule. Jocelyne a dit qu'on ne pouvait pas me mettre avec une autre, que ce n'était pas possible. Surtout après ce que j'avais fait à Simone.

... On fait toutes des poupées au premier étage et, quand elles sont finies, toutes les autres mettent leurs poupées dans des cartons, on nous a dit que c'était pour les enfants, dans le bâtiment de l'autre côté de la cour, mais moi, je garde les miennes. Un jour, quand j'habitais encore au premier, Simone est entrée dans ma chambre et a voulu me les prendre, elle a dit que je ne pouvais

pas les garder pour moi toute seule, mais je lui ai dit « NON NON NON, tu ne les prendras pas », et elle a eu peur parce que je me suis mise devant elle, et j'ai levé le bras pour l'empêcher, j'avais si peur qu'elle me les prenne, et je me suis mise à crier, et Simone a fait de grands yeux et elle est partie en courant.

... Isabelle est venue me dire que j'avais fait peur à Simone et que je n'avais pas de raison de la frapper, et elle m'a regardé d'un air dur. Je n'arrivais pas à parler, j'avais la bouche sèche, j'étais à moitié endormie à cause de la piqûre qu'on était venu me faire après que Simone était sortie. Je me suis levée sans rien dire, et je suis allée vers Isabelle, et j'ai tendu la main pour la toucher, j'avais vraiment très envie de la toucher, mais mon bras était lourd. Elle me regardait d'un air sévère, elle ressemblait à Maman, j'avais envie de la toucher, mais elle me regardait et elle m'a dit : « Tu ne me fais pas peur, Dominique. » Je ne comprenais pas pourquoi elle disait ça. Alors que je voulais juste la toucher, toucher ses seins, ils sont beaux et ronds et doux, ses seins, je voudrais en avoir comme elle mais je suis plate, toute plate, ils ne sont jamais venus quand je les attendais...

... Je n'arrivais pas à parler, et je n'osais pas la toucher, j'avais peur qu'elle ne veuille plus que j'aïlle la voir, j'avais peur qu'elle ne veuille plus que je lui parle dans le bureau, alors je me suis assise sur le lit et j'ai pleuré. Isabelle a dit : « Tu ne vas pas m'attendrir comme ça, Dominique » et elle est sortie... J'ai pris sa poupée et j'ai touché ses seins, mais elle n'en a pas, alors j'ai pleuré encore et je suis restée sur mon lit sans bouger, sans regarder personne quand on venait me voir.

Plus tard, j'ai entendu Simone dire à Isabelle qu'il fallait me calmer. Isabelle a répondu : « Dominique a déjà eu ce qu'il faut, ça a l'air de l'avoir calmée, attendons voir. »

Je ne voulais pas qu'on me refasse une piqûre, alors je n'ai pas parlé, je n'ai pas crié, je n'ai rien dit, je suis restée tranquillement assise sur le lit, et j'ai tenu la poupée d'Isabelle dans mes bras.

Et puis je me suis endormie...

Quand je me suis réveillée, il faisait nuit, j'avais faim.

Il n'y avait personne dans le couloir, la lune brillait, je voyais comme en plein jour, alors je suis descendue au réfectoire, mais la porte de la cuisine était fermée et il n'y avait plus de poignée... J'ai cherché la poignée sur le dessus de l'armoire — c'est là qu'on la met quand on ne veut pas que quelqu'un la prenne; moi, je l'ai vue parce que je suis plus grande que les autres filles —, mais la poignée n'y était pas. Alors, je me suis mise à frapper sur la porte et, pour finir, j'ai donné un grand coup de pied et crrrac! elle s'est ouverte.

Il y avait du sucre et de la confiture dans le placard, et du pain dur et une bouteille de limonade dans le frigo... Jocelyne dit toujours que j'en bois trop et que ça la gêne que je fasse des bruits sales après — quand elle me dit ça, je me mets à rire, elle me regarde d'un drôle d'air, avec ses yeux tout ronds.

Le lendemain, on m'a déménagée au troisième. Avec mes poupées.

... Ça ne me fait rien d'habiter toute seule, je me suis dit : « Personne ne me prendra mes poupées. »

J'aime surtout la poupée d'Isabelle, qui a des

cheveux dorés, comme elle. Mais j'aime aussi la poupée de Jocelyne, qui est petite et ronde, et plus jolie que Jocelyne. Mais j'aime surtout la poupée d'Isabelle, qui a des seins très doux, elle ressemble à Maman.

... Maman, je ne l'ai pas vue depuis le jour où elle m'a laissée avec les hommes. Elle m'avait dit qu'elle viendrait me voir, mais elle n'est jamais venue. Peut-être parce que c'est trop loin de faire le voyage en bus jusqu'ici. Peut-être parce qu'elle a trop de travail avec mes sœurs.

... Je ne comprends pas pourquoi elle m'a laissée là-bas. Je n'aimais pas être avec les hommes, ils me battaient, ils se moquaient de moi en me disant que j'étais toute plate et riaient, et ils me frappaient dans le dos, et je pleurais.

Et puis Isabelle m'a fait entrer ici, et ça va beaucoup mieux, mais au début, j'ai pleuré longtemps, j'en avais assez, plus qu'assez, plus que quand Maman disait qu'elle ne pouvait plus le supporter.

Plus que quand je disais que ça n'est pas ma faute si je n'étais pas comme les autres et que je la voyais pleurer, et que je l'entendais dire : « Ce n'est pas possible », et je voulais la consoler, je mettais ma tête sur ses seins pour écouter son cœur, et je lui disais : « Je suis là, Maman, je t'aime », et elle pleurait en disant : « Mon petit garçon, pourquoi es-tu comme ça? », et je lui répondais : « Mais Maman, je suis ta petite fille », et elle me repoussait et moi, ça me faisait pleurer encore plus, mais moi, j'avais envie d'entendre son cœur, de sentir ses seins, ce n'est pas ma faute si je suis plate, mais elle me repoussait en me disant : « Tu me dégoûtes, je ne veux plus te voir, tu es un garçon », et ça, je ne l'ai jamais compris, je ne comprends pas pourquoi Isabelle me dit que je devrais voir la réalité comme elle est, que je suis un garçon, ET C'EST MOI QUI ME METS À HURLER HURLER HURLER

PARCE QUE JE NE VEUX PAS ÊTRE UN GARÇON, JE VEUX AVOIR DES SEINS

RONDS ET DOUX ET CHAUDS

COMME ELLE

Marc Zaffran a exercé la médecine de famille en France, à la campagne et dans un centre de santé pour femmes, entre 1983 et 2008. À Montréal, où il est installé depuis 2009, il a été chercheur invité au Centre de recherche en éthique (CREUM), et travaille actuellement à une maîtrise aux programmes de bioéthique de l'Université de Montréal. Écrivant sous le pseudonyme de Martin Winckler, il a publié depuis 1989 une cinquantaine d'ouvrages — romans et essais —, parmi lesquels La Maladie de Sachs (1998), Le Chœur des femmes (2009) et En souvenir d'André (2012). Il est l'écrivain invité du programme Mordecai Richler pour l'année 2013-2014 au département de français de McGill, où il enseigne l'écriture narrative. Il dirige également des ateliers d'écriture dans les facultés de médecine de McGill et de l'Université d'Ottawa.

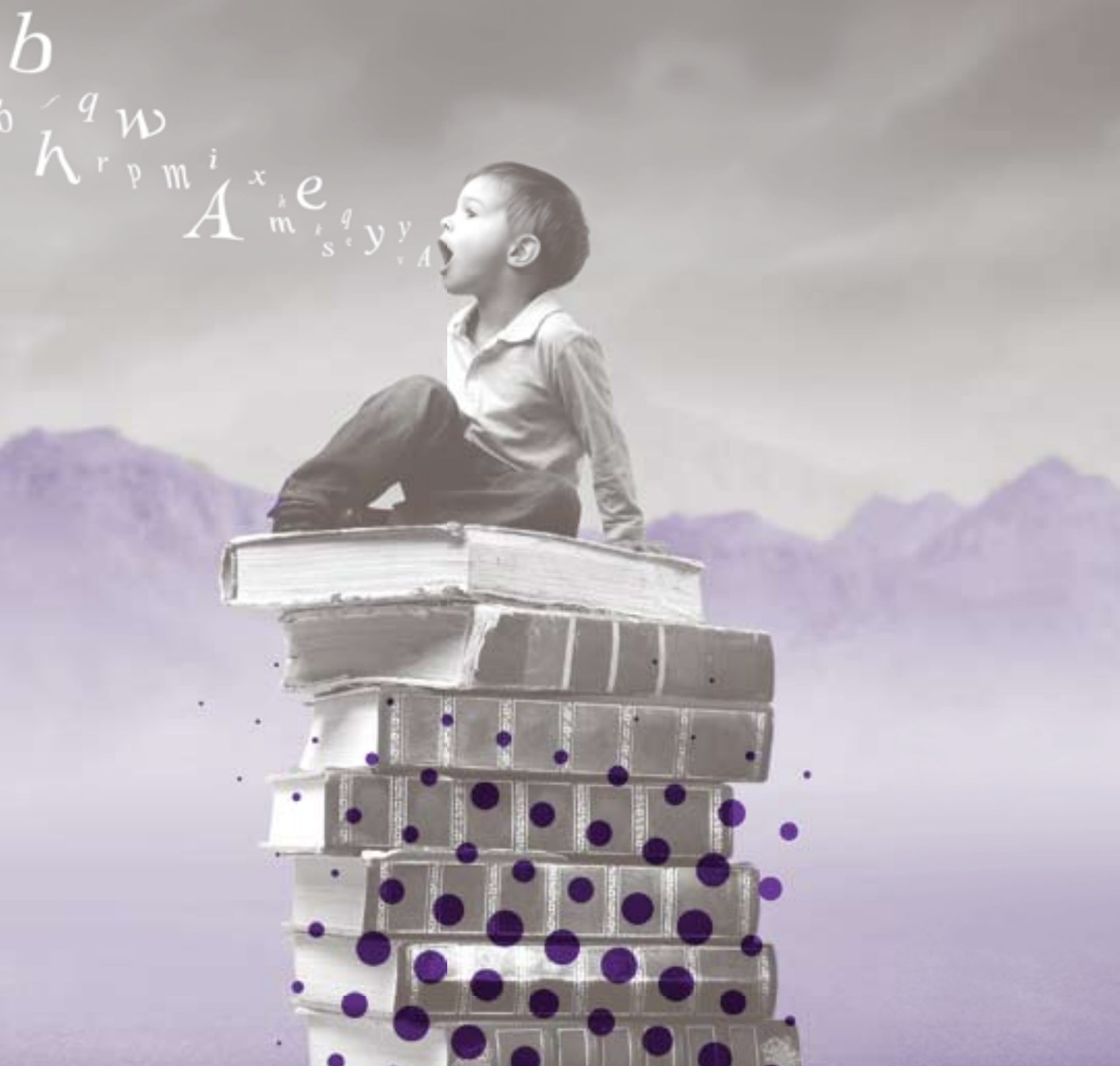


INADÉQUATS

FRANÇOISE
MAJOR

AUDE
WEBER-HOUDE

Cet essai présente une réflexion oscillant entre plusieurs voix d'écrivains et de lecteurs. Nous explorons les raisons qui motivent respectivement l'un et l'autre, soit à écrire, soit à lire, dans la perspective de la « folie » : l'auteur écrirait-il pour tenter de se libérer du pulsionnel, d'exprimer, d'une certaine manière, ce qui le fait se sentir étranger à autrui, au monde et à ses ordres? Le lecteur, pour sa part, chercherait-il à mesurer sa folie?



Tout en coniant la parole de certaines d'entre elles, nous avons souhaité aller au-delà des figures célèbres maintes fois visitées pour évoquer les rapports entre littérature et folie, afin de nous pencher davantage sur la folie « ordinaire », celle qui surgit au détour d'une journée trop chargée, de difficultés affrontées dans la solitude. Un autre type d'« écriture de la folie » jalonne donc notre texte, des voix qui ne s'inscrivent pas dans les créneaux de l'institution littéraire, mais qui

surgissent à l'improviste dans notre quotidien et qui expriment parfois une immense détresse : les états d'âme personnels publiés dans les réseaux sociaux. Il nous apparaissait intéressant d'opposer la réception d'une œuvre littéraire traitant de la folie, et celle de la folie apparaissant dans une « écriture du quotidien ».

Le texte qui suit se veut un dialogue ouvert sur les thèmes de la folie, de l'écriture et de la lecture.



Les auteures de ce texte se sont rencontrées sur les bancs de l'Université du Québec à Montréal, alors qu'elles étaient étudiantes à la maîtrise en études littéraires. Depuis, elles collaborent régulièrement à divers projets, parfois fous, parfois sérieux.

Françoise Major est rédactrice et réviseure pigiste. Elle enseigne aussi le français langue seconde à Mexico, où elle habite depuis août 2012.

Son premier recueil de nouvelles, Dans le noir jamais noir, vient tout juste de paraître aux éditions La Mèche.

Aude Weber-Houde est candidate au doctorat en études cinématographiques à l'Université de Montréal. Elle est chargée de cours en cinéma et communication à l'Université du Québec à Montréal et à l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue.

***Garde le sourire quand ça ne va pas
Cache ta tristesse quand rien ne va
Refole ta colère au plus profond de toi.***

18 910 J'aime • 2 910 Commentaires • 167 Partages • 9 octobre, 22:35

« Folie » est un terme galvaudé. D'un côté, le concept englobe la vision romantique d'un esprit à la fois dérangé et hypercréatif. Le cinéma, le théâtre et la littérature ont servi nombre de lieux communs allant en ce sens : asiles, transes, génies, électrochocs, bourreaux en sarreau, etc. « La folie en littérature se présente comme image de l'inspiration, signe d'un déchirement absolu [...]. Par ailleurs, le non-conformisme de certains écrivains, leur désir de marginalité, a souvent épousé les contours d'un personnage considéré comme fou — non sans alimenter par la même occasion un redoutable stéréotype¹. »

D'un autre côté se trouve la « folie » ordinaire, celle, moins *glamour*, des problèmes de santé

mentale : antidépresseurs, surmenage, troubles de l'humeur, tentatives de suicide. Mais on ne désigne habituellement pas ces problèmes par le mot « folie », trop imprécis. Inadéquat. Insultant.

La folie? Un refus ou une incapacité à fonctionner tel qu'on le prescrit, l'ordonne. Ne plus taire les passions, le désir, la peur.

« La littérature commence à l'anormalité² », écrit Hubert Aquin dans son journal. C'est aussi là que, par définition, commence la folie. Y aurait-il une parenté naturelle entre l'impulsion d'écrire et le fait de se sentir fou, marginalisé, hors du monde? L'écriture s'avère-t-elle un mode d'expression de choix pour révéler ce qui est tu, enfermé à l'intérieur de l'être?

Ostie de crise de folle...

J'aime • Commenter • Partager • 10 avril, 20:40 via mobile

Les ordres

Le quotidien est fait de petites et de grandes violences. Les excès, interdits, sont souvent relégués à l'exceptionnel; le désir est tu, codifié, encadré.

« Aucune place pour aucune différence, aucun début, aucun geste inédit; il nous faut nous plier aux habitudes acquises par un monde très vieux.³ »

On m'a tout pris. Je suis un robot laid. Moi version pilules.

J'aime • Commenter • Partager • 11 octobre, 22:35 via mobile

Conforme-toi. Travaille. Achète. La vie s'interprète comme une vaste entreprise où la rentabilité est érigée en priorité absolue. Remettre en question cet ordre ou, pire, ne pas s'y conformer

s'avère impossible ou ridiculisé : celui qui ose se comporter différemment est taxé de hippie, de « pelleteux » de nuages, de raté, de fou.

La vie est trop courte pour être en colère tout le temps quand il y a du bonheur tout autour de toi.

12 763 J'aime • 1 034 Commentaires • 98 Partages • 10 octobre, 8:27

Trouve un travail stable. Tourne sept fois la langue avant de parler. Ne crie pas. Tu as peur, mais ne crie pas. Mange bio et sors ton recyclage. Va voter; on te l'a dit, c'est ton devoir. Donne le

meilleur de toi-même. Surtout, ne pense pas à ta mort. Fais comme si. Comme si pas de pauvreté, pas de massacres, jamais de guerres. Fais comme si l'éternité.

Si tu donnerais ta vie à ton enfant, clique Partager.

348 J'aime • 43 Commentaires • 2 893 Partages • 22 octobre, 10:02

Et pas d'états d'âme, par pitié. On n'aimerait pas te voir t'étaler. Un sanglot : gênant. Des pleurs, des cris : ça fatigue.

Une perte de contrôle vue comme un échec : l'aveu d'une improductive fragilité. On te veut en forme, avec le sourire, et hop ! Ne manque pas le travail.

Ce monde nous demande de ne pas le déranger. Mais, en sourdine, quand même : sois meilleur que l'autre. Remporte les honneurs. Vise un salaire meilleur. Séduis. Manipule. Tout autour, les sauvages abondent. Il te faut vaincre. Seul.

Dans les journaux, les lettres et les carnets d'écrivent, les sentiments d'oppression, d'étouffement,

de limitations sont récurrents. Hubert Aquin écrit : « Je suis comme cloué à moi-même. Rien de plus

déprimant que cette solitude qui n'éclate nulle part et jamais : je me sens rongé par tout ce que je contiens, par tout ce que j'étouffe.⁴ » Silvia Plath évoque la même suffocation, elle aussi dans son journal intime : « Vient un temps où toutes les issues sont bloquées, comme

par de la cire. [...] Tu cherches une issue mais toutes sont hermétiquement closes. Tu vis jour et nuit dans la prison sombre et étroite que tu t'es créée.⁵ »

À cet univers réglé et angoissant s'oppose l'espace de l'écriture : un endroit qui apparaît libre; une brèche hors du domaine des ordres.

Le pulsionnel

Écris comme si tu étais en train de mourir. En même temps, dis-toi que tu écris pour un public uniquement composé de malades au stade terminal. Après tout, c'est le cas.⁶

Les écrivains, à l'instar de l'ensemble des artistes, ne succombent pas aux règles du monde : « On ne peut être « autre », « ailleurs », sans se refuser à l'organisation paranoïaque officielle qui se donne pour la « réalité ». »⁷ » Leurs œuvres posent un regard sensible, inquiet sur le monde; elles questionnent. Doutent. Ouvrent les possibles, proposent *autre chose*.

Du corps passe dans le texte qui s'écrit. Ce corps vivant et conscient de sa finitude ne tente

pas de cacher son souffle essoufflé, son cœur battant. L'espace textuel devient espace de désir : les non-dits se divulguent, les détresses s'exposent. Se tait alors le babil de la séduction, de la vente. Les pulsions ne sont plus niées. Pour un instant advient le droit de rire, de jouir, de souffrir; « [é]crire c'est aussi [...] hurler sans bruit⁸ », écrit d'ailleurs Marguerite Duras.

La place faite au refoulé, aux manques, aux souffrances tuées, disparaissent les ordres, la répétition du même. Dans ce texte qui ne nie plus la singularité de celui qui l'écrit se fonde un rapport à soi et aux autres libre. Là peuvent se métamorphoser les êtres plutôt que s'engourdir.

Fais de ta vie un rêve, et d'un rêve la réalité.

756 J'aime • 96 Commentaires • 43 Partages • 3 mai, 12:00

Paradoxe. Autant de liberté est difficilement supportable. En laissant tomber les masques, en quittant la carapace forgée au fil des douleurs pour gagner en sensibilité—et, par le fait même, en vulnérabilité—, l'artiste s'expose. La part de doute qui lui est nécessaire pour remettre en question ce que la société présente comme vérité est susceptible d'envahir sa création, son être, toutes les sphères de son existence. Le projet d'écriture devient obsession; l'esprit, insatisfait, n'est plus que tourné vers lui, parfois jusqu'à se couper du monde.

Plath, par exemple, s'avoue « désespérée et terrorisée par les mauvais poèmes⁹ » : « [J]e suis

tellement rongée par le doute que j'en tombe littéralement malade.¹⁰ »

Oisiveté. Solitude. Journées de travail en enfilade, parfois improductives. Surgit un sentiment de culpabilité, d'imposture, à la fois causé par le travail qui avance peu et l'impression d'être hors du monde, « anormal »—encore une fois.

Tout est en place pour tenter de ramener le dissident à l'ordre. C'est la mère qui envoie des offres d'emploi par courriel; ce sont les commentaires passés candidement, devant une bière : Tu ne resteras pas pauvre toute ta vie comme ça... À ton âge ! N'es-tu pas fatigué d'être locataire?

Fais quelque chose au lieu de tuer le temps. Parce que le temps te tue, toi.

7 281 J'aime • 429 Commentaires • 67 Partages • 27 octobre, 11:56

*Écrivain au texte triste, enragé, dérangé, dérangeant
Je veux te lire.*

*Pour entrouvrir les brèches qu'on tente de refermer
Pour goûter à l'amertume de quelqu'un d'autre,
Savoir si l'aigre est plus doux chez toi
Pour m'imprégner de ton imaginaire
Celui que j'ai en défaut.*

*Je cherche dans la détresse d'un autre
Façon d'apaiser la mienne.*

La douleur peinte, écrite, chantée permet au lecteur ou au spectateur de se sentir moins seul avec ses propres démons. Il assouvit sa curiosité, fouille dans les secrets de l'autre : suis-je si différent, si fou que ça? Mais cette douleur « artistique » est encadrée, placée dans un écrin; son statut d'œuvre

crée une mise à distance entre celui qui l'exprime et celui qui la reçoit. Pratique, civilisée, elle ne surgira pas sans qu'on l'invite. Un lecteur choisira quand s'y abîmer, et quand il en aura assez.

La folie ordinaire, incarnée, *réelle*, est au contraire trop près. Envahissante. On ne la supporte pas.

Je suis encore en vie.

J'aime • Commenter • Partager • 12 octobre, 8:13 *via mobile*

Mais j'aimerais que ça arrête.

12 octobre, 8:15 *via mobile* • J'aime

Dormir.

12 octobre, 8:16 *via mobile* • J'aime

Ne plus me réveiller.

12 octobre, 8:16 *via mobile* • J'aime

Je n'en peux plus.

12 octobre, 8:17 *via mobile* • J'aime

Je vous dis au revoir.

12 octobre, 8:17 *via mobile* • J'aime

De toute façon, tout le monde s'en fout.

12 octobre, 8:25 *via mobile* • J'aime

Ami aux propos tristes, enragés, dérangés, dérangeants

Je ne veux pas te lire.

Dans le fil de nouvelles

Des bribes de toi, souvent

Statuts glauques

Phrases qui flottent

Texte brisé, voix cassée

Ton suicide annoncé sur la place publique

Le pus de ton âme qui m'asperge.

Rien à foutre.

Écrire n'est pas un geste qui guérit de la folie; la preuve en est, s'il en faut une, le funeste destin de ceux ayant préféré se donner la mort que d'endurer leurs maux : Aquin, Arcan, Plath, Woolf, Gary, Hemingway, Mishima, Zweig, de Nerval,

Maïakovski, Gauvreau... Au contraire, l'acte d'écriture relèverait davantage d'un plongeon dans l'autrement, d'un refus de faire comme si.

Dans une écriture où a été convié le corps, la violence du quotidien n'est plus niée. Le lecteur



se frotte à la blessure de l'autre, trouve du réconfort. Mais hors de ce que l'on appelle la littérature, existe-t-il un espace textuel pour accueillir l'expression des pulsions, de la différence? Dans un monde où l'écrit gagne chaque jour en importance, par l'intermédiaire des textos et des médias sociaux, est-on prêt, hors de l'œuvre (c'est-à-dire hors d'un texte reconnu et validé par l'institution littéraire), à lire les défaillances des autres?

Le texte qui ne prétend pas au statut d'œuvre et qui ose révéler du mal-être, de la *folie*, ne se voit trop souvent répondre que du silence : on se refuse à lire ça. Les réseaux sociaux, loin de constituer un espace de liberté comme la littérature, prolongent ainsi l'espace des ordres, au moyen de règles de bienséance. Facebook, à la fois témoin et acteur de la folie ordinaire.

Supprime de ta vie ceux qui suppriment ton sourire.

49 164 J'aime • 2 107 Commentaires • 11 420 Partages • 11 novembre, 14:10

La « littérature de la folie », je *like*. Spleen, sanatorium, absinthe, lithium : c'est le mythe romantique. Les épanchements *facebookiens* au quotidien? La détresse qui ponctue un mur d'actualités? Bof. Je fais défiler. *Like* des photos de poulet à l'orange

et les conseils de Paulo Coelho superposés à des paysages bucoliques.

Le désordre se supporte tellement mieux lorsqu'il est à distance.

Je ne sais pas si on va m'accepter quelque part encore. Je suis Marianne.

J'aime • Commenter • Partager • 13 novembre, 21:40 *via mobile*¹¹

1 Chassay, J-F. (2002). Folie. Dans P. Aron et al. (dir.), *Le dictionnaire du littéraire* (p. 240), Paris : Quadrige, Presses universitaires de France. (Jean-François Chassay est un écrivain et intellectuel québécois. Il est professeur au département d'études littéraires de l'UQAM.)

2 Aquin, H. (1999). *Journal 1948-1971*, Montréal : Bibliothèque québécoise, p. 211-212. (Hubert Aquin est un écrivain et intellectuel québécois. Il s'est suicidé en 1977, à l'âge de 47 ans.)

3 Forrester, V. (1980). *La violence du calme*, Paris : Seuil, p. 12. (Viviane Forrester est une écrivaine et intellectuelle française. Elle est décédée en 2013 à l'âge de 87 ans.)

4 Aquin, H., op. cit., p. 105

5 Plath, S. (1999). *Journaux 1950-1962*, Paris : Gallimard, p. 45-46. (Sylvia Plath est une écrivaine américaine. Elle s'est donné la mort en 1963, à l'âge de 30 ans.)

6 Dillard, A. (1996). *En vivant, en écrivant*. Paris : Christian Bourgois, p. 90. (Annie Dillard est une écrivaine américaine. Elle est née en 1945.)

7 Forrester, V. op. cit., p. 16.

8 Duras, M. (1993). *Écrire*. Paris : Gallimard, p. 28. (Marguerite Duras est une écrivaine française. Elle est décédée en 1996, à l'âge de 81 ans.)

9 Plath, S. (1991). *Carnets intimes*, Paris : La table ronde, p. 24.

10 Ibid., p. 25.

11 Les statuts sont inspirés d'une véritable page Facebook sur laquelle une dépression a été déversée, page qui est restée vide de commentaires malgré la multiplication des messages de détresse. Par respect pour l'auteur, son nom a été changé.

Les écrivains et la folie

Louise Blanchette

De tout temps, la folie et la littérature ont été des alliées, s'infiltrant l'une et l'autre pour enfin laisser une parole : « la folie de l'écriture à l'écriture de la folie. » (Gauvreau, au sujet de Nelligan).

La question de la littérature et de la folie a été largement analysée. Dans la foulée du mouvement antipsychiatrique des années 70, de nombreuses publications sortent, se faisant enfin l'écho aux voix longtemps tues. Ce courant propulse, en quelque sorte, l'intérêt pour la recherche et ce, dans toutes les sociétés.

Les Français se sont particulièrement intéressés à ce sujet, probablement en raison de la proximité de la psychanalyse avec les milieux artistiques et littéraires. La littérature québécoise ne fait pas exception, le sujet de la folie émerge, faisant suite aux thèmes du terroir, du climat, de l'exil, etc. et s'installe dans l'univers imaginaire des écrivains d'ici, retenant l'attention des chercheurs.¹ La quête de comprendre une autre réalité se poursuit inlassablement, parce que la traversée de la folie fascine et affole encore.

Déjà Platon établit la relation : « Le poète est

chose ailée, légère, sacrée et il est incapable de créer avant d'être inspiré, transporté hors de lui et de perdre l'usage de sa raison. » dans l'Ion et le Phèdre.

Quel profond paradoxe : cette angoisse qui permet de créer, et par là même d'exister, mène également à la mort et au bord de l'abîme. (Brenot, 2007). Dépression, mélancolie et manico-dépression² ont été des sources de créativité pour plusieurs écrivains et poètes.

On peut dire simplement que la parole de la folie se dessine en deux avenues. Celle du témoignage sur la folie, que l'on pense au livre célèbre des années 70, *Un voyage au bout de la folie* de Mary Barnes. Et celle de l'écriture de la folie, à partir de la folie, avec et malgré la folie. Celle des fous de papier pour reprendre l'expression de Viau.

Leur mal-être a nourri leur œuvre : Nelligan, Wolf, Artaud, Rimbaud, Arcand, Kafka, Aquin, Proust, Beaudelaire, de Maupassant, et bien d'autres.

Pour Rilke : « Faire des choses avec de l'angoisse. »

Artaud : « Je suis un homme qui a beaucoup souffert de l'esprit et à ce titre, j'ai le droit d'en parler. »

Quelques suggestions de lecture

- Brenot, P. (2011). *Le génie et la folie*, Éditions Odile Jacob, 246 p.
- Viau, R. (1984). *L'image de la folie dans le roman québécois*, Presses de l'Université d'Ottawa, 1036 p.
- Blavier, A. (2001). *Les fous littéraires*. Éditions des Cendres, Édition révisée et augmentée, 1052 p.

Web

- <http://fous-litteraires.over-blog.com>
Blogue français qui propose des suggestions de lecture
- <http://www.toutlemondeenblogue.com/quebec/litterature/category/15/index.aspx>
Répertoire de blogues dédiés à la littérature au Québec
- Folie-Culture <http://folieculture.org>

Quelques propositions de romans

- *Rien ne s'oppose à la nuit*.
Delphine de Vigan
- *Un cerveau d'exception : de la schizophrénie au prix Nobel, la vie singulière de John Forbes Nash*
Sylvie Nasar
- *Le Horla*
Guy de Maupassant
- *Le Parfum*
Patrick Süskind
- *Une femme, Camille Claudel*
Anne Delbée
- *Le joueur d'échecs*
Stefan Zweig
- *Rose, derrière le rideau de la folie*
Élise Turcotte
- *Misery*
Stephen King

1 Viau, R. (1984). *L'image de la folie dans le roman québécois*, Presses de l'Université d'Ottawa, 1036 p.

2 Terme le plus fréquemment utilisé en littérature plutôt que maladie bipolaire.

au cœur de l'Association

Bien vieillir et développer son réseau

UN NOUVEAU PROJET À L'ACSM-MONTRÉAL !

Briser l'isolement, cultiver le sentiment de bien-être et améliorer la santé mentale des aînés sont les objectifs poursuivis par le projet **Bien vieillir et développer son réseau** qui, au courant des deux prochaines années, mettra sur pied un programme d'activités présentant des stratégies concrètes

pour mieux apprivoiser la solitude, renforcer le réseau social et favoriser la participation sociale dans leur milieu. Il sera offert aux personnes âgées qui se sentent seules, dans les milieux fréquentés par des aînés (centres communautaires pour aînés, résidences pour personnes âgées, CLSC, etc.).



A stylized illustration of a tree with a thick, textured trunk and branches. The branches are adorned with clusters of small, five-petaled flowers. Two white birds are perched on the upper branches, and a third white bird is flying in the sky above them. The background is a soft, watercolor-like wash of light purple and blue tones.

Nos conférences

PROGRAMME VIEILLIR EN BONNE SANTÉ MENTALE

La socialisation des hommes âgés

21 janvier 2014 - 9h à 12h

Pierre L'Heureux, M. A. Andragogie, agent de relations humaines, CSSS Pierre-Boucher

Il existe une différence importante entre les hommes et les femmes dans la manière d'entretenir et de développer son réseau social et de soutien. Pour mieux les joindre dans leur quotidien et favoriser leur participation sociale, il importe de mieux comprendre comment les hommes définissent leur réseau et de quelles manières ils l'entretiennent.

Quelle importance le réseau social a-t-il à leurs yeux? Qu'entendent-ils lorsqu'ils parlent de réseau social et de réseau de soutien? Qu'est-ce qui les incite à s'engager socialement? Voilà quelques pistes de réflexions qui seront explorées afin de mieux les accompagner dans leur vieillissement et les accueillir dans nos ressources pour qu'ils demeurent actifs, dans le respect de leurs intérêts et de leurs besoins.

Distinguer les « traits de personnalité » des « troubles de personnalité » pour mieux intervenir

8 avril 2014 9 h à 12 h

Renée Massé, infirmière clinicienne et chargée de projet, Centre hospitalier de l'Université de Montréal.

L'intervenant ou le bénévole confronté à des personnalités difficiles chez la personne âgée est souvent déstabilisé devant une telle situation. Savoir distinguer rapidement les comportements relevant d'une attitude personnelle de ceux associés aux troubles de la personnalité peut lui permettre d'adapter ses interventions en conséquence, de manière constructive, de façon à préserver la relation.

Cette conférence vise à mieux comprendre les manifestations des troubles de la personnalité chez les aînés pour éviter les impasses relationnelles.



au cœur de l'Association

Nos conférences

PROGRAMME RELATIONS INTERCULTURELLES

Du choc culturel à la menace identitaire : les défis de l'intervention interculturelle

12 février 2014 9 h à 12 h

Pascale Chanoux, formatrice au SÉIIM

Dans la plupart des interventions psychosociales ou psychoéducatives, des processus de transfert et de contre-transfert se produisent. Pour éviter les pièges de la relation et demeurer aidant, il faut donc en demeurer conscient. En situation d'intervention interculturelle, ce processus peut s'avérer plus complexe à identifier et à comprendre en raison des difficultés de communication, des différences de valeurs ou de facteurs d'ordre culturels.

Or, il arrive que ce processus soit si difficile à cerner qu'il découle en un choc culturel ébranlant jusqu'à l'identité même de l'intervenant. Pour surmonter les défis associés à l'intervention en situation interculturelle, il importe de comprendre les différents comportements de défense que peuvent provoquer ces chocs culturels afin de demeurer ouvert à l'autre et assumer son rôle avec professionnalisme.

Communication école-famille-communauté : quels mécanismes de rapprochement mettre en place?

19 mars 2014 9 h à 12 h

Sylvie Guyon, coordonnatrice du volet Jeunes à la TCRI, et **Fatima Tégorina**, enseignante à la Commission scolaire de Montréal

Les enfants et adolescents issus de l'immigration doivent déployer beaucoup d'efforts pour intégrer une nouvelle société, un nouveau système d'éducation et parfois même apprendre une nouvelle langue, tout en développant les connaissances et compétences exigées par le système scolaire.

Afin de soutenir ces élèves dans leur cheminement pédagogique, il importe de mieux comprendre la réalité des familles et leurs besoins pour adapter et améliorer les services offerts. Comment peut-on favoriser le rapprochement entre le jeune, ses parents et le milieu scolaire et communautaire pour faciliter le travail de collaboration et favoriser une pleine participation de tous ?



Accompagner et soutenir les couples immigrants en processus d'intégration

16 avril 2014 9 h à 12 h

George-Marie Craan, M.A., T.C.F., psychothérapeute conjugale et familiale.

Le projet migratoire des couples et des familles recèle souvent l'espoir de se donner de meilleures conditions de vie et possibilités d'avenir. Cependant, intégrer une nouvelle culture modifie considérablement les rapports de couple et l'organisation familiale. Chacun doit réinventer la façon d'incarner son rôle, dans un contexte social, économique et culturel différent.

Les partenaires peuvent avoir de la difficulté à cheminer au même rythme et conserver l'équilibre du couple. Certaines blessures du passé peuvent également ressurgir. Tout ce processus de changement peut générer des tensions entre les partenaires et mettre à risque la relation conjugale et familiale.

Dans ce contexte, soutenir le couple en période de transition et d'ajustement permet de mettre en lumière les perspectives de chacun et miser sur les forces de la relation, de manière préventive. Comment peut-on offrir des services aux couples dans nos différentes ressources? Quelle approche préconiser pour favoriser la participation du couple et de la famille pour le mieux-être de chacun?

FORMATION DE DEUX JOURS SUR LES RELATIONS INTERCULTURELLES EN SANTÉ MENTALE

S'adressant aux intervenants qui souhaitent s'initier à l'intervention interculturelle ou mettre à jour leurs connaissances, cette activité de formation est **reconnue aux fins de la formation continue** par l'**Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec** et l'**Ordre des psychologues du Québec** (14 heures).

Objectifs

- Reconnaître le rôle de la culture dans la vie, la santé, la maladie et la mort.
- Sensibiliser les participants aux grandes questions soulevées par l'immigration.
- Comprendre les différents contextes migratoires et leurs impacts sur la santé mentale des immigrants.
- Se familiariser avec la diversité des valeurs, l'approche interculturelle en relation d'aide et les principes de la communication interculturelle.
- Réfléchir à l'accessibilité des services aux personnes immigrantes et explorer des moyens concrets de les adapter à leurs besoins.

Formatrices

Formation des 14 et 15 janvier : Angela Stoica, M. Sc. Éducation interculturelle - Enseignante à la Commission scolaire de la Pointe-de-l'Île et formatrice en interculturel.

Formation des 20 et 27 mars : Celia Rojas-Viger, Médecin, M.Sc.Santé communautaire, Ph.D. Anthropologie, Chercheure invitée au Département d'anthropologie et chargée de cours à l'Université de Montréal.



Devenez membre de l'Association et recevez gratuitement le magazine *Équilibre*

Créée en 1979, la filiale de Montréal de l'Association canadienne pour la santé mentale est un organisme à but non lucratif qui œuvre à la promotion de la santé mentale et à la prévention de la maladie.

L'ACSM-Montréal représente un lieu de discussion et de concertation pour les personnes et les groupes concernés par la santé mentale. Elle travaille également à favoriser le dialogue entre les réseaux communautaire et institutionnel afin de permettre une meilleure connaissance mutuelle, d'échanger leurs différentes approches et expertises pour susciter des collaborations autour de

projets concrets. De concert avec ses partenaires, l'ACSM-Montréal se positionne face aux décideurs en vue d'influencer les politiques sociales et d'améliorer les services de santé mentale.

Votre appui permettra à l'Association de mieux sensibiliser la population, de travailler à modifier les politiques sociales reliées à la santé mentale et d'aider les personnes aux prises avec des difficultés d'ordre émotionnel.

En devenant membre, vous recevrez *Équilibre* gratuitement. En outre, vous pourrez participer aux différentes activités de l'Association telles que colloques, conférences et formations à un tarif réduit.

Je désire adhérer à la Filiale de Montréal de l'ACSM

Tarifs en vigueur pour l'année 2014

Nom :

Organisme (s'il y a lieu) :

Équipe/Service/Unité :

Adresse :

Ville :

Code postal :

Tél. (rés.) :

Tél. (bur.) :

Occupation :

Courriel :

S.V.P. faire votre chèque à l'ordre de l'ACSM - Filiale de Montréal

Entreprise à but lucratif : 50 \$

Organisme public : 40 \$

Ressource communautaire : 35 \$

Personne rémunérée : 40 \$

Personne non rémunérée et étudiant : 20 \$

Don additionnel ____ \$

Reçu (pour don seulement)

Commandez vos publications de l'Association

Publications		Prix en vigueur pour l'année 2014
Bon de commande (Frais de poste inclus dans les prix)		Prix
<input type="checkbox"/> Répertoire des ressources en santé mentale du Grand Montréal, 10 ^e édition		38.50 \$
<input type="checkbox"/> Guide d'intervention Vieillir en bonne santé mentale, 2012, 132 p.		30.50 \$
<input type="checkbox"/> Guide des relations interculturelles en santé mentale, 2010, 89 p.		24.00 \$
<input type="checkbox"/> Intercultural Relations and Mental Health Guide, 2011, 89 p.		24.00 \$
<input type="checkbox"/> Guide d'intervention jeunesse, 2008, 60 p.		18.00 \$
<input type="checkbox"/> Youth Intervention Guide, 2009, 60 p.		18.00 \$
<input type="checkbox"/> Carrefour communautaire-institutionnel « Un modèle efficace de rapprochement des réseaux », 2004, 83 p.		9.00 \$
<input type="checkbox"/> Guide d'activités pédagogiques Ma vie, c'est cool d'en parler, 2013, 132 p.		20.00 \$
<input type="checkbox"/> Educational Activities Guide My life : It's Cool To Talk About It, 2013, 132 p.		20.00 \$
<input type="checkbox"/> Sortir ses couleurs, actes des 29 mai et 24 juillet 2004 et du 18 mars 2005		16.00 \$
<input type="checkbox"/> L'homophobie à l'école : en parler et agir, actes du colloque du 18 octobre 2002, 84 p.		16.00 \$
Magazine Équilibre (Également disponible en version électronique sur notre site Internet)		
<input type="checkbox"/> Pharmacologie et santé mentale : Hiver 2006, Volume 1, Numéro 1		10.00 \$
<input type="checkbox"/> La fatigue d'Être intervenant : Printemps/Été 2006, Volume 1, Numéro 2		10.00 \$
<input type="checkbox"/> Conciliation famille-travail : Automne 2006, Volume 1, Numéro 3		10.00 \$
<input type="checkbox"/> Relations interculturelles : Hiver 2007, Volume 2, Numéro 1		10.00 \$
<input type="checkbox"/> Travailler au bien commun : Été/Automne 2007, Volume 2, Numéro 2		10.00 \$
<input type="checkbox"/> Les émotions : Hiver 2008, Volume 3, Numéro 1		15.00 \$
<input type="checkbox"/> Travail et santé mentale : Créer des espaces d'humanité : Automne 2008, Volume 3, Numéro 2		15.00 \$
<input type="checkbox"/> Vieillir en santé mentale : Hiver 2009, Volume 4, Numéro 1		15.00 \$
<input type="checkbox"/> Santé mentale et surconsommation : Automne 2009, Volume 4, Numéro 2		15.00 \$
<input type="checkbox"/> Corps et esprit : Printemps/Été 2010, Volume 5, Numéro 1		15.00 \$
<input type="checkbox"/> L'écriture réparatrice de soi : Hiver 2011, Volume 6, Numéro 1 (Version numérique seulement)		4.99 \$
<input type="checkbox"/> Vivre en solo : Hiver 2012, Volume 7, Numéro 1		15.00 \$
<input type="checkbox"/> Le passage au monde adulte : Été 2012, Volume 7, Numéro 2 (Version numérique seulement)		4.99 \$
<input type="checkbox"/> Moi, l'autre... et l'ailleurs : Printemps 2013, Volume 8, Numéro 1		15.00 \$
TOTAL		\$
Ci-joint un chèque au montant de _____ \$ à l'ordre de : ACSM-FILIALE DE MONTRÉAL 55, avenue du Mont-Royal Ouest, bureau 605, Montréal (Québec) H2T 2S6. Tél. : 514 521-4993; téléc. : 514 521-3270.		
Nom :		
Organisme (s'il y a lieu) :		
Adresse :		Ville :
Code postal :		Tél. :



Pharmacologie et santé mentale

Volume 1, numéro 1
Hiver 2006



La fatigue d'Être intervenant

Volume 1, numéro 2
Printemps/Été 2006



Conciliation famille-travail

Volume 1, numéro 3
Automne 2006



Relations Interculturelles

Volume 2, numéro 1
Hiver 2007



Travailler au bien commun

Volume 2, numéro 2
Printemps/Été 2007



Les émotions

Volume 3, numéro 1
Hiver 2008



Créer des espaces d'humanité

Volume 3, numéro 2
Automne 2008



Viellir en santé mentale

Volume 4, numéro 1
Hiver 2009



Santé mentale et surconsommation

Volume 4, numéro 2
Automne 2009



Corps et Esprit

Volume 5, numéro 1
Printemps/Été 2010



L'écriture réparatrice de soi

Volume 6, numéro 1
Hiver 2011



Vivre en solo

Volume 7, numéro 1
Hiver 2012



Le passage Au monde adulte

Volume 7, numéro 2
Été 2012



Moi, l'autre ... et l'ailleurs

Volume 8, numéro 1
Printemps 2013

BOUTIQUE EN LIGNE

L'Association propose une boutique en ligne sur son site Internet où vous pouvez commander ses publications en format papier et en format numérique.

www.acsmmontreal.qc.ca

À l'intention des auteurs

Toute personne intéressée à soumettre un article au magazine *Équilibre* est invitée à le faire en tenant compte de la procédure suivante :

- Le texte soumis ne doit pas excéder 3500 mots, doit être rédigé à double interligne, en format Times, 12 points;
- Tous les textes proposés soumis font l'objet d'une évaluation et doivent être approuvés par le Comité de rédaction;

Adresse de la rédaction

Cathy Bazinet, Directrice des communications
Association canadienne pour la santé mentale — Filiale de Montréal
55, avenue du Mont-Royal Ouest, bur. 605, Montréal (Québec) H2T 2S6

Courriel : acsmt1@cooptel.qc.ca



Faculté de l'éducation
permanente

Vous avez l'ambition, nous avons 10 certificats universitaires en Intervention.

- COOPÉRATION INTERNATIONALE
- CRIMINOLOGIE
- DROIT
- GESTION SERVICES DE SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX*
- INTERVENTION AUPRÈS DES JEUNES
- INTERVENTION EN DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET EN TSA*
- PETITE ENFANCE ET FAMILLE*
- SANTÉ MENTALE
- TOXICOMANIES
- VICTIMOLOGIE

* Programme entièrement modifié en 2013

514 343.6090 1 800 363.8876
www.fep.umontreal.ca

Université 
de Montréal



Vieillir en *bonne* santé mentale

GUIDE D'INTERVENTION



Association canadienne
pour la santé mentale
Montréal

Le guide d'intervention **Vieillir en *bonne* santé mentale** est un outil de référence et de soutien destiné à tout intervenant, animateur ou bénévole travaillant auprès des aînés ainsi qu'aux proches aidants. Il propose une réflexion sur les attitudes, les perceptions et les préjugés envers les aînés, des points de repères afin de permettre une meilleure connaissance du vieillissement favorisant une communication respectueuse, et des façons concrètes d'améliorer les interventions.

En vente à la
boutique en ligne

Version papier : 30.50 \$
Version numérique : 15.00 \$

www.acsmmontreal.qc.ca