



Furor sanandi par Matteo Esteves

Ou comment devenir malade de cette énergie qu'on déploie autour de vous afin de vous guérir...

Ça ferait un bien long, mais pas pire, titre de livre. Ce serait un essai, sans doute. Un essai parce je crois qu'on appelle ça comme ça, ces livres sur un peu sur tout et rien. Et un essai parce que je ne fais toujours qu'essayer, mais je ne fais vraiment jamais rien. Enfin, donc... ce serait un court essai sur cette folie dans laquelle je tombe à force de me faire dire, ou montrer, que je ne "fonctionne" pas comme il faut. Un essai sur cette « rage de guérir » dans laquelle se lancent parfois, souvent, médecins et thérapeutes, quelle que soit leur approche. Et même si j'en suis presque convaincu, depuis tout ce temps, de ce "dysfonctionnement", inadaptation, inadéquation, voire parfois inaptitude, une partie qui doute demeure. Sauf que là, de plus en plus cette partie s'épuise et rétrécit. Pour mon bien, toujours pour mon bien, je devrais guérir, changer. Si je dois toujours corriger, c'est sans doute que j'ai toujours tort. M'adapter? M'ajuster? N'est-ce pas ce que je fais la plupart du temps, même déjà trop souvent? Comment vivre parmi eux sinon, puisque je suis celui qui est inadapté?

Tomber malade de vouloir guérir, alors. Parce que je ne guéris pas assez vite ou pas assez bien. À l'occasion dire "stop!", leur dire que ce n'est pas de ça dont j'ai besoin, qu'il ne faut pas chercher à me guérir puisque je ne suis pas malade. La psychologue que je voyais avant (pourtant d'approche humaniste existentielle) voulait des objectifs clairs, nets, précis, mesurables, dont les résultats seraient palpables, quasiment, parce que pour montrer qu'on guérit, il faut bien qu'il y ait des preuves que l'on peut mesurer. C'est ce qu'elle souhaitait. Tout comme mon médecin de famille. Ce n'est pas un blâme que je porte ici, je les aimais. Je les aime toujours en fait. Et je comprends... c'est rassurant de mesurer, peser, contrôler. Je comprends bien que c'est une façon de travailler, qu'ils sont nombreux à concevoir le mal de vivre ou le mal d'être comme une maladie qu'il faut traiter. Et ce qu'il y a autour de ces difficultés avec soi et le monde sont des symptômes à supprimer, des comportements à corriger. On vous dit qu'il faut valider votre vécu, mais en parallèle on vous dit qu'il faut corriger ce que vous faites, ce que vous pensez, ce que vous êtes, même parfois corriger qui vous êtes. Ils valident quoi, en ce cas? Ils valident que vous êtes une erreur?

« Pathologie, tu sais ce que c'est la définition de pathologie? » » La maladie? Tu sais ce qui caractérise la maladie? C'est quand la personne ne fonctionne pas de façon optimale. Et toi tu ne fonctionnes pas bien! »

Alors, au choix, on veut me guérir ou me réparer, ou plutôt les deux à la fois. Parfois c'est moins drastique, il faut juste me corriger : "*Il faut que tu penses autrement!*" Ils déploient de l'énergie dans ce but, et moi aussi, que ce soit pour faire plaisir (mais moins qu'avant) ou pour être avec.

Je dis souvent que je me sens en morceaux, que je suis comme "cassé". C'est vrai, c'est en ces termes que je décris ces moments où j'ai l'impression de perdre le sens de ce qui m'entoure. Mais on s'entend, ce n'est qu'une métaphore, parler de morceaux et de cassure. En revanche, les actions entreprises ou souhaitées ne sont pas des métaphores. C'est du concret. Ce qui est compréhensible puisque c'est collé à cette notion de mesure et de progrès; encore des affaires pour approuver, valider, noter. Mais ça ne se mesure pas, la vie. Alors quand on veut vous guérir du mal de vivre, quand on veut se guérir parce que, quand même, on se dit qu'ils ont surement raison, on s'habitue à croire que la normalité c'est eux, et que c'est mieux. Mon langage peu à peu en est venu à être teinté de termes qui me mettent pourtant en dissonance avec ce que je vis, ce que je ressens. Je croyais tellement à leur savoir, à leur « savoir mieux », que j'ai nié jusqu'à aujourd'hui cet inconfort, ce désaccord, entre ces mots découlant, à peu de choses près, directement des critères du DSM et mon expérience du monde et de moi-même. Je n'étais pas malade, je le suis devenu par le biais d'un diagnostic. Au moment de le recevoir, on ne vous dit pas que c'est comme une sentence. Pourtant votre parole vraie n'est plus entendue après ce diagnostic. Ce que vous dites ne vaut plus grand-chose, vous n'êtes plus quelqu'un qu'on écoute: vous devenez quelqu'un qui doit écouter et faire comme ils disent. Dès que je décrivais quelque chose qui ne correspondait pas au diagnostic qu'on m'avait collé, je n'avais plus aucune crédibilité. Dès que mon discours sortait du cadre de ce « trouble », on s'empressait de vouloir me faire retourner dans ce carcan médical. En vain. *I don't do boxes...* Ils ont tenté de me mettre en boîte pour me guérir, j'ai cru moi aussi qu'il le fallait, non pas me mettre en boîte, mais au moins guérir. Mais guérir de quoi? Guérir de moi? Je me suis rendu malade de vouloir aller mieux, et de ne pas réussir à rentrer dans la boîte. Parce que oui, j'ai essayé quelques fois de m'y conformer, mais c'est tuant. Plus j'essayais d'aller bien, moins j'avais le goût de vivre.