

AGAT

**Et si
je
n'étais
pas
folle**



couverture : Trouvé 934
© Comme des fous, 2025

à Joan avec qui j'ai partagé un peu de folie.

« Et si je n'étais pas folle... »

La normalité et ma marginalité subie sont pour moi comme pour d'autres une source de questionnements, de réflexions et peut-être même d'angoisses sans fin. Pourtant quoi de mieux en cette première partie de 21ème siècle que d'être folle ?

Certainement, il y a les 5, 10 ou 15 ans de trous noirs que nous traversons tous avant de parvenir à une forme ou une autre de stabilité psychique, intellectuelle, sociale (d'autres diraient rétablissement). Certainement, il y a les épisodes où l'on n'a plus été soi-même et où on a créé des dommages parfois irréversibles. Certainement, nous vivons aujourd'hui dans une forme de précarité professionnelle. Certainement, les 81% de ceux qui ne travaillent pas vivent d'allocations et leurs revenus ne dépassent pas le seuil de pauvreté de 900€... Certainement, nous sommes fortement stigmatisés.

Mais pourtant, à titre personnel, je ne regrette pas d'être folle. C'est parce que je suis ou que j'ai été folle que j'ai commencé des activités créatrices. C'est pour me prouver que je ne vivais pas hors de la raison cartésienne, que j'étais aussi du bon côté du grand partage entre folie et raison, que j'ai commencé à développer des sites web seule, que j'ai écrit un roman, et d'autres bries romanesques ça et là, que j'ai repris des études à 30 ans pour finir par obtenir une licence, un master.

C'est pour me sortir de l'ornière de la liberté qu'il faut apprendre à gérer, que j'ai rencontré de nombreuses belles personnes qui m'ont permis de grandir et de devenir moi-même, que j'ai appris à vivre réellement normalement, avec des relations sociales saines et une vie autonome, et que j'ai trouvé *my way of life*.

Loin des canons de l'ultra-capitalisme, je me suis inventée une vie de sociabilités annexes que d'autres diront marginales, j'ai appris à prendre le temps de vivre, à prendre soin de moi et à rechercher non pas la performance ou la réussite sociale (qui nous sont interdites en ce monde), mais une forme de bonheur de vivre et de ne pas souffrir. J'ai le sentiment que malgré la précarité économique, ce temps disponible pour se découvrir, se connaître, cette opportunité d'avoir le temps de devenir soi et pas un autre, constitue la véritable richesse de nous autres, les fous qui vont mieux voire bien.

Le fou, marginal naturel

Si les rencontres sont celles qui forgent ce que chacun de nous devient jour après jour, certaines plus que d'autres forment, déforment ou transforment ce que nous sommes à long terme, peut-être même à jamais. J'ai eu l'occasion de vivre un moment, des moments avec l'un de ceux qui ont délibérément choisi leur statut marginal, l'un de ceux qui ont fait de cette position en marge de la société telle que la plupart la vivent, un choix, une éthique, une esthétique de l'existence dirait certains philosophes. C'est cette personne qui un jour me dit à peu près dans ces termes que j'étais en tant que "folle" une personne, et une personne qui avait pour qualité "de ne même pas avoir choisi sa marginalité pour la vivre, mais bien d'être biologiquement inadapté voire inapte à un système social et sociétal hiérarchisé et violent qui participe de la destruction lancinante de la part d'humanité et de singularité qui peut exister en nous ". Ce ne sont peut-être pas fidèlement ces termes qu'il utilisa mais c'était bien le sens de ce qu'il exprimait.

C'est sur cette réflexion qu'est apparu chez moi, un processus d'auto-réhabilitation, une mise au jour positive de ma propre personne. Un sorte de mécanisme s'est enclenché par lequel la folie m'apparut alors comme une caractéristique humaine de celui qui résiste et qui ne peut instinctivement pas faire autrement

que se constituer en révolté naturel face à une oppression systémique d'un social écrasant. De ce jour, je suis devenue autre et je suis intimement persuadée que la révolte du fou, préalable comme dans d'autres domaines, à son émancipation et à son autonomie est un élément clé de ce que certains nomment le rétablissement. C'est dans le domaine de la santé mentale et de la psychiatrie dans une moindre mesure, que pointe le concept de rétablissement. Et comme il apparaît pour la plupart de ses défenseurs comme un concept essentiellement de psychologie, de science de l'éducation ou de sociologie de la santé, une acceptation politique, philosophique et sociétal du rétablissement semble éludée au profit d'un versant médicalo-centré.

Pourtant si l'on transforme l'acceptation courante en acceptation profane, on peut instinctivement penser le rétablissement comme la réhabilitation du fou dans la société. On peut imaginer qu'une forme de participation pleine et reconnue du fou ou de la folle dans nos sociétés passerait par une forme de rétablissement de ses droits, de son statut de personne et de citoyen, voire de sa pleine place dans la cité. Et si aujourd'hui, les droits sont trop souvent bafoués, le statut de personne remis en question sous le poids de la stigmatisation, le statut de citoyen en mal de représentation politique et de moyens pour les fous d'exercer leurs pleins droits civiques parfois, la pleine place dans la cité remise en question par la psychophobie ambiante ; il serait probablement intéressant de réflé-

chir au rétablissement de l'homme fou, de la femme folle dans nos systèmes sociaux. Et s'il semble qu'aujourd'hui un fauteuil roulant soit plus society-friendly qu'une boîte de neuroleptiques, peut-être cela vaut-il le coup de tenter de penser le rétablissement en termes de statut humain et de dignité des personnes plus qu'en termes sanitaires ou médicosociaux.

Aujourd'hui, le fou relégué généralement dans des espaces dit "adaptés", fait même souvent de sa folie une profession, un statut social. Pourtant, la révolte contre cette assignation à résidence dans des espaces adaptés me paraît la première étape vers l'acceptation de soi et d'un soi qui s'accorde à admettre sa part de folie, et je le crois de marginalité. Peut-on sortir de l'autostigmatisation sans se révolter contre un monde qui nous relègue ? Peut-on lutter contre ce regard noir et nocif sans révolte contre lui ? Peut-on se construire aussi, sans admettre que la société dans laquelle nous vivons nous juge négativement ? Peut-on grandir humainement sans voir l'inéluctable relégation au rang de marginaux que fait aujourd'hui la société française avec ses fous et ses folles ? Dans ce que les psychiatres nomment le déni, qui est dans la logique du rétablissement en santé le premier dépassement à effectuer pour entrer dans un processus de (re)construction de soi, peut-on se voiler la face sur la place effective du fou dans ce monde ? Est-il possible de nier que les personnes concernées par une forme ou une autre de folie sont en marge d'un monde qui a choisi de les y cantonner ?

À mon sens, sans révolte, sans résistance à l'oppression de la machine, de la mécanique des systèmes et institutions psychiatriques, il n'est pas possible de parvenir à un rétablissement ne serait-ce que sanitaire et individuel. Et sans révolte et résistance collective, il ne sera, je pense, jamais possible de donner une place soutenable au fou dans nos systèmes sociaux. Nous ne pourrons parler de réhabilitation, de rétablissement à l'échelle sociétale que lorsque nos mondes seront à même d'assumer avoir des fous et des folles parmi eux, quand il sauront leur donner une place supportable pour tous et quand ces mondes accepteront la part d'humanité, d'aléatoire et de vivant des hommes qui les composent. La folie révèle fortement et violemment pour soi et pour les autres, une forme de vie déviant la norme moyenne des individus. Cette révélation de l'aléatoire est déjà un élément du rejet de la folie aux marges de notre monde qui refuse par son capitalisme prévisionnel voire prédictif les libertés du comportement humain. Mais avec la folie, ce qui effraie nos mondes, c'est l'imprévisibilité totale, oui, mais aussi et probablement surtout le fait que cet part d'imprévu est lié à la pensée, centre de nos existences pour nos esprits cartésiens.

En ce sens, la relégation du fou aux marges de la société capitaliste semble logique. Exclu du monde du travail, mais comme d'autres populations dites vulnérables, mais surtout reléguée, le fou reste profondément biologiquement résistant au traite-

ment capitaliste que ce monde tente de marquer en nous. Mais paradoxalement, ce n'est pas en tentant d'entrer dans ce moule de la normalité que le fou va mieux, peut-être parce qu'il faut qu'il admette sa part d'anormalité, de résistance biologique à ce monde et donc sa marginalité intrinsèque. Donc oui, la marginalité est peut-être une issue préférable à la normalité qui blesse jour après jour. La vie en marge est probablement subie pour la plupart des fous et folles, mais lorsqu'elle mute en marginalité délibérée, lorsqu'elle devient un choix voire un mode de vie, elle est porteuse de la pleine acceptation, et gestion de sa folie au plan personnel, et lorsqu'elle devient un choix collectif elle peut devenir porteuse d'un changement majeur de la société dans laquelle elle émerge.

Alors oui, le fou, que sont certains, la folle, que je suis et que sont d'autres, peuvent porter en eux les germes d'un changement de regard, de traitement qui leur est réservé en portant cette révolte, cette résistance à nos sociétés d'ultraviolence humaine, psychique et physique. Ils peuvent peut-être même porter en eux les germes d'une société nouvelle où l'homme productif cède la place à l'homme créateur, dans ce qu'il, ce qu'elle peut construire pour ce monde, donner l'exemple des usages qui seraient fait du revenu universel, sorte d'allocation handicap pour un monde où nous serions dès lors un peu tous en marge de ce capitalisme dévorant.

L'AAH

Si certains refusent de percevoir l'allocation adulte handicapé (dite AAH), parce qu'elle les assimile aux fous, parce qu'elle les assigne au statut social de « COTO », parce qu'elle est aussi stigmatisante, parce qu'elle est une étiquette dont on se défaît difficilement, parce qu'elle semble donner en quelque sorte le métier de psychotrisé ; il me semble qu'elle peut être vue aussi comme une opportunité de résistance à cette lourde machine qu'est l'administration psychiatrique.

Percevoir, l'AAH c'est sortir d'une forme de normalité rassurante, c'est peut-être pour certains se résigner à faire partie de ce monde. Parce que l'AAH nous place sur le bord de la route, peut-être qu'elle exclut quelque part. Mais elle est aussi l'opportunité d'une autre vie. Elle permet une autonomie, une sortie d'un diktat du travail. Elle rend possible une vie parallèle, en marge mais néanmoins, elle libère du travail. Et si l'évolution de chaque personne qui la perçoit, la victoire réelle des mouvements d'usagers passe aussi et surtout par l'intégration pleine et entière des fous dans la société en tant que citoyens pleins et entiers, en tant que personne admise dans sa différence, le chemin semble encore long. D'autant plus long qu'une part des personnes concernées par des troubles psychiques (de tous ordres) restent dans la difficulté quand il s'agit de travailler comme tout un chacun.

Alors oui, intégrer les fous dans la cité constitue un enjeu majeur pour les mouvements d'usagers et les avancées demandées à nos sociétés, mais cela paraît compliqué. Je crois impossible de passer par le travail et le salariat pour faire avancer les causes liées à la psychiatrie et à la folie. Gagner sur ce terrain me paraît une stratégie dangereuse pour nous, très dangereuse pour l'image de la folie et pernicieuse politiquement. Il est dangereux de croire que le travail est accessible au plus grand nombre et dangereux de nous salir l'image déjà terne de la folie par des échecs dans un monde du travail devenu d'une violence fatale pour certains hypersensibles. Ce travail déjà toxique pour les non-psychiatrisés, déjà nocif humainement ne me paraît pas être un moyen de faire avancer les regards à une échelle large. Peut-être que certains d'entre nous y parviennent et c'est tant mieux. Mais il s'agit là d'une part des personnes concernées et non leur totalité. Grand est le risque d'en laisser sur le bas côté, grand est le risque d'échec global d'une stratégie d'assimilation du fou ou de la folle par le travail salarié ordinaire.

Le monde du travail et faire entrer les « patients » dans l'entreprise et/ou le salariat me paraît une stratégie de moyen de déstigmatisation et d'acceptation de nos personnes dans nos différences totalement vouée à l'échec. Et si le travail constitue un but en soi, un objectif pour l'intégration des personnes, alors là, nous avons perdu le sens politique de notre combat et de notre lutte pour les droits. La place dans

la cité, dans le monde, dans la vie commune ne doit pas passer par une intégration professionnelle même si elle fait rêver certains. La société doit accepter le fou dans sa différence, dans son incapacité parfois à se conformer aux normes établies et le travail en fait partie. Révélateur des défaillances à intégrer de nos systèmes basés sur l'économie, le fou rappelle par son essence la part de vivant, d'aléatoire de nos êtres et tend à dessiner les limites du possible, de l'admissible sur l'être humain. Oppressé, l'homme résiste face aux systèmes capitalistico-inhumain qu'on nous propose, qu'on nous impose. Il est l'archétype de l'homme résistant, celui qui sans se dresser en résistance dessine les limites de l'inhumanité de ce monde.

Et plus, qu'en sera-t-il si le fou, non seulement par sa forme de résistant naturel et natif de nos systèmes politiques, se dresse volontairement et assume son statut de trublion. Peut-être soulèverait-il les montagnes de la dénonciation d'un système qui finalement rend fou, les fous et les autres. Héros malgré lui d'une résistance à l'inhumanité de nos mondes. Et si en systémique familiale, on dit que le fou se fabrique pour répondre au fonctionnement d'un système où il s'intègre avec une spécificité pathologique en sorte que le système familial continue de fonctionner. S'il se désigne fou de lui-même inconsciemment pour permettre au système de perdurer. Est-il possible de penser que le groupe social des fous soit une réponse sociale à un fonctionnement particulier de la

société et qu'il puisse être considéré comme un rouage essentiel au sociétal, un élément qui puisse rendre compte des failles du mécanisme global de ce monde ?

Survivante de la psychiatrie

Résistance aux traitements.

Est-il possible aujourd’hui ou hier ou encore demain, de devenir Sujet de son existence propre, d’être ou d’advenir enfin ce quelqu’un qui relèverait du soi et non plus de l’individu objectivé par des dispositifs de pouvoir qui enserrent, enferment et broient, geste après geste le petit quelqu’un de nous qui cherche à être juste lui-même ? C’est cette clinique du pouvoir qui s’exerce de l’extérieur qui nous forme chaque jour, nous dresse par de menus actes matériels successifs en objet réifié d’un pouvoir qui impose une fabrique des individus normaux à même d’assurer la survie d’une espèce aussi transgénique que ses abeilles ou son maïs.

Le premier des dispositifs de pouvoir qui s’exerce, de savoir qui s’inspire, de savoir qui s’applique et de pouvoir qui s’exprime, c’est bien cette fameuse famille qui nous suit, nous poursuit. De la naissance à la mort, un groupe de personnes lié à nous de façon indéfectible se rappelle et nous rappelle sans cesse que nous lui appartenons en premier lieu. Si des rapports humains complexes se nouent, probablement que la famille reste et constitue la matrice de pouvoir biopolitique dirait Foucault la plus puissante encore aujourd’hui. Condamnés que nous sommes à rester enserrés dans ce petit réseau humain matriciel de

l'origine qui nous pourchasse et nous lie à une assignation d'identité non désirée, totalement subie de la naissance à la mort, la famille reste l'axe premier du pouvoir biopolitique, du pouvoir sur la vie exercée dans ce monde, lui-même enchaînement de dispositifs disciplinaires à l'approche clinique et violente. Premier élément dans la chronologie d'une tentative irrépressible des dispositifs humains de contraindre l'autre à la soumission au pouvoir extérieur. Premier dresseur du petit individu déjà préparé à devenir objet des pouvoirs qui s'exercent, fabriqué petit être prêt à la clinique scolaire, prêt à dire non de toute ses forces à être sujet de sa propre existence, prêt à tout pour que ses congénères eux-mêmes préalablement dressés, ses parents, soient fiers de leur objet du pouvoir la famille est l'espace pervers par excellence. Là où le sentiment, la manipulation affective font leur plein effet dans le régime biopolitique. Foyer de toutes les perversions, origine des psychoses adultes, la famille est l'espace pathogène par excellence du petit fou résistant en devenir. Contrainte effective, affective, contrainte matérielle, immatériellement irrémédiable pour celui qui ne sait s'en extirper. La famille est le premier pilier de la fabrique du non psychiatriisé, le premier volet essentiel de la trilogie école-caserne-cimetière, de la triade école-usine-prison ou encore du fabuleux triptyque école-entreprise-réussite.

Résistante aux traitements familiaux, la clinique scolaire non plus n'eu pas ma peau et je parvins à rester

dans cet environnement de savoir apposé, formant et informant le petit être que sans consentement à la fabrique d'un petit travailleur de demain point de salut, point de récompense, point d'issue hors de cette soumission à ce dressage minutieux des gestes, des paroles et des postures du petit être en mouvement appelé à devenir objet docile d'un capitalisme au cycle vêreux. Résister au traitement biopolitique n'est-il pas finalement la réussite dans ce combat qui se mène jour après jour, de ne pas laisser ce savoir clinique, créé lentement par sédimentation de sciences humaines analysant siècles après siècles le fonctionnement de l'être humain, de ne pas laisser ce pouvoir sur la vie agir par dressage clinique basé à l'évidence sur les sciences de l'homme, construire peu à peu cette fabrique de l'objet humain dressé et psychologiquement mutilé de son statut de sujet acteur de sa propre vie. Résistante biologiquement aux traitements de ces dispositifs de savoir et de pouvoir exercé sur le petit être humain, résistante à cet usage inhumain de l'être humain, à cette gouvernance de l'autre entravant toute gouvernementalité effective, me voilà petit être fou, petit sujet fou résistant, cherchant à entraver cette clinique qui s'impose qui m'in-forme et tente de me créer petit objet normopathé du dispositif. C'est cette école de laquelle je suis rejetée une fois pour précocité, à 11 ans, une fois pour révolte inavérée, à 17 ans, qui me laissera le choix de réussir sans l'institution disciplinaire, sans l'exercice du pouvoir et juste l'accès à

cette information brute, juste l'accès aux données et sans l'exercice de ce contrôle disciplinaire sur les corps, en me disant : « Si vous êtes si maline que ça, votre bac passez-le par correspondance ! ».

Et me voilà, en juillet 1998, avec un bac obtenu par correspondance, un an de salaire de baby-sitter et une petite vie de squatteuse chez les petits consommateurs de haschich de la jeunesse argentée parisienne. Pour une petite naissance dans la petite banlieue d'Aubervilliers à la maternité de la Roseraie. A 18 ans, me voilà sur le chemin du devenir soi, d'une éthique de l'existence que le pouvoir biopolitique contemporain ne cessera de tenter de casser. C'est peut-être cette tentative d'exercice d'un pouvoir et d'un savoir qui lui est associé qui explique qu'à ce moment, un choix délibéré de résistance aux traitements cliniques de l'institution scolaire et de l'institution familiale et le départ loin de ces deux dispositifs disciplinaires majeurs par choix biologique de résister à leurs injonctions d'autorité. Les enserrments futurs promis par l'école parviennent à me convaincre que la vie par soi-même, la liberté d'action et de micro-actions permettent peut-être d'advenir soi là où tous ont choisis d'advenir l'objet, le sujet normal, normalisé, usiné dans la fabrique des individus contemporains, de petits être qui ont admis que ce refus d'eux-mêmes, que ce contrat entre le déni de soi, le refus du Sujet constituait le prix à payer de la survie en société organisée par des dispositifs de pouvoir auxquels les savoirs sédimentés des

sciences humaines ont légué des systèmes entiers de contraintes micro calculées qui tout en faisant perdre leur liberté d'action aux petits êtres humains insérés dans ces dispositifs où les savoirs successifs ont permis cette mise au point de techniques de contrôle des gestes humains et de création d'êtres vivants modelés selon la forme voulue dans un comportements pré-programmé, programmable et prévisibles et prévisionnels d'un environnement humain extérieur où le petit être ainsi fabriqué saura s'insérer et se modeler pour être utilisé dans le dispositif de pouvoir suivant. Peut-être par volonté ou par courage d'être moi, peut-être par refus de l'aveu d'une faute interne que je sais non à apposer à ma responsabilité personnelle mais à mon caractère d'être pensant et à même de créer sans forcément reproduire et résister biologiquement par la folie exprimée au désir de ce monde de m'en-serrer dans une fabrique des individus normalisante et normalisatrice où toute capacité à créer s'avérait niée pour moi et pour les autres. Ce choix de rester dans la marge d'une société usinant des êtres amputés de leur liberté créatrice est retrospectivement celui d'un être résistant biologiquement et consciemment à des dispositifs de pouvoir désireux d'entraver l'être pensant créateur que j'étais devenue trop jeune.

Des années de pédagogies alternative des années 1970 avaient permis l'apparition d'un être agissant et pensant de façon autonome à 5 ans, en 1986, et tout un système de dressage des consciences s'est opposé

d'un coup d'un seul à cette volonté créatrice et a tenté de l'enfermer dans une opposition à la conscience et aux actes à laquelle une résistance de fait s'est exprimée. Biologiquement, éthiquement, et consciemment inadapté à une agrégation de dispositifs de pouvoir qui par leur usage du savoir et des techniques qui y sont associées ont tenté de violer la liberté de pensée et d'action de la petite Agat normale mais pas normalisable face à des institutions normopathisantes. Le déclic de la résistance biologique au traitement sociétal a peut-être débuté là pour prendre réellement forme humaine à l'âge adulte quand, à 18 ans, je fais ce choix de la vie en marge dans les petits marchés noirs des drogues parisiennes. Survivante d'un système réticulaire et organisé d'oppression dépouvoirisante et désenserrée de ce totalitarisme étatique qui tente de s'imposer sur les petits êtres pensant et agissants, je refuse d'avouer ma faute originelle de la pensance par soi pour soi et pour les autres et choisis de vivre en parallèle de cette usine à travailleurs de bois.

Survivante d'un système psychiatrio-asilaire à ciel ouvert, biologiquement inadapté au biopouvoir s'exerçant sur les consciences, à l'isolement sans contention dans un environnement humain déraillant, la petite Agat de 18 ans a choisi la vie et l'espace de la liberté de pensées quitte à vivre dans la marge du système oppressif refusé initialement. Résistante au traitement sociétal, à 21 ans il faut partir sur les routes pour la vie, la marginalité biologique commence à se décla-

rer. Voyage pathologique de quelques mois, de Bordeaux à Marseille, de Bruxelles à St-Nazaire, de Blois à Paris, dans une ambulance psy. Me voilà à présent intégrée au système psychiatrio-asilaire sans ciel ouvert : l'hôpital Maison Blanche de Neuilly-sur-Marne.

Février 2001 : la petite résistante aux électrochocs de savoir et de pouvoir, fait une entrée sans fracas dans la résistance aux électrochocs du pouvoir psychiatrique en pleine hospitalité générale parisienne.

Le devenir sujet ou objet d'un dispositif psychiatrique qui se pose à moi, cette quête d'une liberté de pensée réelle et effective, devient violence psychologique de l'institution qui cherche à redresser l'être maléfique que je suis devenue par mon départ de la civilisation des travailleurs de bois. Le petit lutin s'est rebellé et le système psychiatrio-asilaire du biopouvoir à ciel ouvert est bien décidé à le remettre dans ce droit chemin des petits travailleurs de bois où le petit lutin commence à faire trop de dégâts chez ses congénères destinés à faire perdurer cette usine internationale alimentée par la fabrique des normopathes locaux. Petit lutin éjecté de façon automatique par la fabrique des normopathes quitte d'emblée l'usine internationale psychiatrio-asilaire et doit à présent bien faire, dire faux pour réintégrer ou quitter réellement l'usine où petit lutin a généré assez de sédition comme ça ! Mais petit lutin Agat est bien décidé à rester loin de cette usine internationale et fera son chemin loin des petits

travailleurs de bois dont la grande espérance de faire perdurer l'usine locale et internationale au péril même de leur bois natif et constitutif d'eux-mêmes, quitte à retrouver sur son chemin du hasard de la vie quelques petits travailleurs égarés dans les méandres de la pause syndicale de l'espérance des lendemains heureux loin de notre fabrique des normopathes de bois et loin de notre usine internationale où le petit lutin résistant à la normopathie ambiante arrive à suffisamment être lui-même pour mettre quelques pansements sur les travailleurs de bois égarés sur le chemin de la marginalité choisie. La résistance au traitement biopolitique de la fabrique de travailleurs de bois, générerait-elle des lutins biologiquement inadaptés au fonctionnement de l'usine internationale « monde contemporain » qu'elle relèguerait dans un système de redressement des consciences de bois où les petits lutins marginaux seraient à même avec leur fabrique à pansements à les coller parfois sur les jambes de nos petits travailleurs de bois ? Mais l'usine internationale et la fabrique des travailleurs de bois n'ont pas dit leur dernier mot et cherchent encore à redresser petit lutin Agat ! Et la voilà encore à travailler dans le numérique, dans le poker, dans les bibliothèques, à vivre de squats en hébergements libertaires de 2005 à 2015... C'est au cours de ces dix ans de chemin sinueux que des rencontres viendront affirmer deux nécessités : la compréhension de soi et du monde, l'écriture de soi et du monde et le besoin de comprendre les autres, leurs trajectoires de vie et l'urgence de dire vrai sur le caractère fou de

soi-même. Assumer ma part de folie pour en faire un pouvoir sur les autres et les emmener à la rencontre d'eux-mêmes devient depuis 2015 ce qui fait de moi aujourd'hui une survivante de la psychiatrie et une réelle activiste en santé mentale, l'élément perturbateur du système qui le révèle à lui-même, ce qui fait que cette liberté offerte par la folie et son statut en Occident rendent possible la liberté de la pensée tant recherchée initialement et la réelle part de vie que je conserve pour redonner le pouvoir d'agir sur soi et sur les autres aux pairs mais aussi aux autres personnes non concernées par la psychiatrie et le système social et sanitaire. Quand on réalise à quel point on ne peut se changer que soi-même et partiellement les autres, il ne reste plus que des personnes aux trajectoires de vie qui valent ce qu'elles sont, et ce qu'elles ont fait dans un rapport entre leur action réelle et l'environnement humain qui s'est depuis toujours imposé à elles. Si la vie est une suite de choix, d'essai-erreur-apprentissage, la seule marge de progression est soi-même. L'action sur l'environnement humain est la réelle marge de manœuvre que chacun ait pour changer réellement quelque chose dans ce monde. En devenant et en restant survivante de la psychiatrie, il s'agit de se changer soi pour parfois parvenir à changer quelque chose en les autres pour leur permettre d'advenir à eux-mêmes et marginalement changer les choses. Devenir sujet extirpé des dispositifs peu à peu me pousse à extraire ce qui chez d'autres bloque cette extirpation et cette reprise de pouvoir sur eux-mêmes et sur les autres.

C'est dans ce sens que survivre à la psychiatrie peut rendre possible un mode de survivance de quelque chose qui serait de l'ordre de l'être humain affranchi au maximum des contraintes libre de redonner espoir et pouvoir d'agir à ceux qui les entourent. En ce sens rester survivante de la psychiatrie peut rendre possible une forme d'espoir qu'un autre environnement humain est possible. C'est la résistance aux traitements du biopouvoir qui me rendent aujourd'hui survivante d'une psychiatrie qui en croyant redresser des individus, forme des objets du pouvoir psychiatriques à peine à même de réintégrer les autres dispositifs de pouvoir de son système biopolitique et à jamais non-sujet de leur propre existence. A cette alternative de rester condamnée au statut d'objet du pouvoir psychiatrique, j'ai tenté la réintégration des autres dispositifs pour finalement rester survivante naviguant en direction de mon propre sujet de pouvoir, forgeant sa propre gouvernementalité par la retroaction entre la construction de moi en tant que Sujet recouvrant son pouvoir d'agir et la construction des autres en tant que Sujet en passe d'être dans le devenir soi constant nécessaire.

Finalement, la résistance au traitement du pouvoir biopolitique ne serait-elle pas la clé d'une subjectivation réussie, la seule voie pour devenir soi en considérant et acceptant réellement que la condition de marginalité désirée et non subie est le seul moyen de devenir soi et non un étranger à soi-même.

Transmettre le vécu intérieur

La littérature a cette force de transmission du vécu intérieur, que peu d'arts peuvent revendiquer. En entrant dans la psyché humaine, l'écrit propose un immersion dans un univers psychique. La littérature c'est l'art des mondes intérieurs et la folie celui des désordres et chambardements intérieurs. Alors, si les fous écrivent souvent c'est probablement pour parvenir un jour à faire passer leur vécu, à faire savoir ce que peut être de vivre par moments avec des créations psychiques intérieures, parfois envahissantes, parfois présentes, parfois non et pour faire savoir aussi ce qu'est le vécu de cette concomitance de vie intérieure forte et de vie extérieure. C'est aussi peut être pour faire savoir, encore plus que de ce que ça produit en soi, que le fou est généralement conscient de sa folie et de sa vie extérieure dans une simultanéité, et une prégnance qui l'envahit. Il veut dire ce qu'est de vivre avec des créations psychiques qui se surimpose au vivant, qui "entrave la communication" diraient les psychiatres. C'est le récit de ce qu'est cette vie avec à la fois une explosion intérieure de créations oniriques et à la fois un monde extérieur qui continue à fonctionner comme toujours il le fait, que je tente de faire.

J'ai commencé à écrire pour répondre à des amis sur cet avant et cet après. C'est à la sortie de ma première hospitalisation que certains m'ont demandé

dé : “Mais qu’as-tu vécu à ce moment-là ?” ; que j’ai décidé d’écrire. Pour faire savoir ce que j’avais vécu, j’ai trouvé ce médium comme le plus approprié à la description fine de ces périodes de vie parallèles. L’idée de la transmission de ce que peut être cette vie avec ce parallélisme de vie onirique et commune en simultané et dans la durée me poussa alors à écrire.

Commence alors une période de plusieurs mois où j’écris sur le contenu même de mes créations psychiques. J’écris tout ce qui m’a traversée, passé par l’esprit. Des perceptions auditives, visuelles voire olfactives et physiques, à l’énergie que je mettais à entrer dans une démarche mystico-chamanique. J’ai écrit un récit brut de mes psychoses. 90 pages de créations psychiques et oniriques. Faisant uniquement appel à ce qui est coutume de relever de la folie, je laissais de côté encore la dimension de vie extérieure. Je voulais couper sur le papier le contenu de ma folie pour ne pas l’oublier. De peur qu’il disparaisse totalement, ce qu’il faisait peu à peu, j’écrivais frénétiquement ma démarche, mon chemin par lequel je m’étais volontairement infiltrée, engouffrée dans la folie.

Aujourd’hui, ce texte que je reprendrais un jour, a intéressé artistes et psychologues. Mais j’aimerais le reprendre même si bien des souvenirs se sont effacés. Pour mieux accéder à moi-même, pour mieux comprendre le sens de mon onirisme aujourd’hui enfui. Mais quoi qu’il en soit, avoir une trace de cette vie

parallèle reste quelque chose dont je suis heureuse. Expulser ces créations pour leur donner un sens, retrouver la démarche par laquelle on choisit par moments de donner place à la folie de s'y engouffrer, retrouver le sens de cette démarche dans notre vie au sens large reste un moteur d'un aller mieux. Comme regarder une vieille cicatrice, relire ce texte fait de moins en moins mal et permet de voir le réel tel qu'il a été sans les langues de bois et doux euphémismes du “quand j’étais mal”, au moins vis-à-vis de soi-même.

L'aveu par l'écriture de soi : l'autobiographie en psychiatrie

Il semblerait que l'aveu autobiographique du fou, constitue une forme de « super-aveu » spontané et exhaustif qui requalifie le fou en « fou-pas-si-fou » pour l'institution et la société et qui peut constituer un sésame pour l'insertion sociale. Dans mon cas spécifique de sujette « folle », peut-on parler d'une forme d'aveu ?

L'écriture autobiographique est une pratique très répandue chez les personnes atteintes de pathologie psychiatrique. Que ce soit à travers des ateliers d'écriture réalisés au sein des structures médico-sociales ou par un exercice libre du récit de soi par l'autobiographie, de nombreux malades psychiques se prêtent à cet exercice de retour littéraire sur soi.

Aujourd'hui, ce phénomène de l'écriture de soi des personnes connaissant ou ayant connu une schizophrénie, un trouble bipolaire, des états limites, ou d'autres pathologies psychiatriques graves, prend une autre ampleur avec la publication de leurs récits autobiographiques. Ainsi, une dizaine d'autobiographies de ce type paraissent chaque année en France et ce, depuis une dizaine d'année. Ces écrits autrefois confinés au seul domaine de l'intimité de leur auteur deviennent des livres édités. Accompagnent ce mouvement, des révélations de la part de personnalités se déclarant malades psychiques.

Ces deux faits posent la question de la fonction pour ces auteurs et personnalités de cette démarche de récit de soi. Pourquoi écrire son autobiographie lorsque l'on est atteint d'une pathologie psychiatrique ? Est-ce là une action politique visant à faire reconnaître comme acteur de la société les personnes atteintes de pathologie ? Est-ce une action cathartique visant à alimenter un processus de rétablissement ? Entre tentative de gouvernement de soi et tentative de gouvernement des autres, ces questions, qui se posent pour l'ensemble des personnes atteintes auteures de leur autobiographie, se pose également pour moi, malade psychique passée par plusieurs écrits de soi.

C'est par l'analyse de ma propre démarche que je vais chercher à élucider le rôle de l'écriture de moi dans mon parcours que celui-ci soit perceptible un parcours de rétablissement ou comme un processus de subjectivation. Le rétablissement et la subjectivation sont deux éléments en interaction et ne peuvent réellement se distinguer dans une (re)-construction de soi. Ce sera donc à ma démarche d'écriture que je vais m'intéresser et des liens de cette écriture de moi avec ma subjectivation.

Pour observer ce phénomène d'autobiographie, je me demanderai s'il est possible de considérer ces écritures autobiographiques d'un sujet « fou » comme une forme de l'aveu, tel que décrite par Foucault dans “Mal faire, dire vrai”.

Et plus loin, le système psychiatrique et plus largement la société néolibérale pousseraient-ils la personne ayant connu la maladie et l'institution psychiatrique à se livrer à un retour sur soi dans une forme d'aveu proche de celle théorisée par Foucault ? Pour répondre à nos deux questions nous examinerons notre expérience personnelle de l'écriture autobiographique, et chercherons dans la compréhension subjective de celle-ci à déterminer s'il s'agit d'une forme nouvelle d'aveu que la société imposerait à ses sujets « fous », en la confrontant à la notion d'aveu de Foucault principalement développée dans son cours donné à l'Université de Louvain en 1981 : *Malfaire, dire vrai*.

Ma démarche d'écriture

C'est en 2001, à 22 ans que je suis internée pour la première fois en psychiatrie. Le diagnostic de psychose tombe assez rapidement et se crée alors un fossé entre mon moi rêvé d'avant l'internement et mon moi réel de malade psychique alors enfermée. Se crée à ce moment une sorte de problème d'accès à la vérité et au réel vécu par sa trop grande brutalité pour être alors audible pour moi. Je deviens un être inconnu de moi-même car inacceptable dans son nouveau statut de « folle ». Commence alors un long cheminement qui permet une conscientisation progressive de ce la société fait ou veut faire de moi en tant que personne atteinte d'une pathologie psychiatrique.

Puis, viendra plus tard après l'admission de cette assignation, une résistance à cette unique perception de moi comme sujet « folle » et parallèlement pourra se matérialiser quelque chose de l'ordre d'un processus de rétablissement. Ce parcours de subjectivation brièvement décrit et ce processus conjoint de rétablissement, tous deux imbriqués, sont émaillés de période d'écriture sur moi qui me permettent de me former mon identité. **L'écriture a eu pour fonction pour moi de faire sens aux expériences vécues et de « faire de l'individu, un sujet »,** comme le souligne Lainé (Lainé, 1998). C'est à travers l'écriture que j'ai pu me réapproprier mon être et me transformer en sujet de mon existence. Comme le signale Bruner, « la construction de soi est un produit du récit biographique » (Bruner, 1991), **l'écriture sur soi permet l'avènement du sujet.**

Le premier écrit d'une centaine de pages que je produis est réalisé en 2003. Sorte de voyage onirique dans le domaine de la folie et du délire, *Une petite voix* est le récit détaillé de la psychose qui m'enveloppe en 2003. La première fonction de ce récit oniroco-délirant est de fixer des souvenirs de contenus psychotiques qui semblaient s'envier chaque jour un peu plus. De peur de ne plus accéder à ces contenus psychiques, je décide de les couper sur papier avant qu'ils n'aient totalement disparus de mes souvenirs.

Ce texte est une forme littéraire brute du délire.

Malgré la mise en intrigue propre au contenu même de la psychose, le texte est assez décousu et peu lisible pour qui est extérieur à l'univers de la folie. Cette écriture a une fonction cathartique mais aussi la fonction de faire vivre ce qui était interdit de s'exprimer dès lors. Comme pour garder une trace de quelque chose interdit à vivre, j'expulsais les éléments délirants que les traitements faisaient disparaître et que l'institution m'interdisait de faire vivre. Il s'agissait aussi de comprendre ce qui s'était passé en moi dans cette période, et de donner du sens à une expérience brute que le système psychiatrique contraignait à oublier et à rejeter comme non-porteuse de signification.

Le deuxième écrit date de 2005 et est un roman auto-fictionnel. *Je ne l'ai jamais revu* est une autofiction qui sera publiée 10 ans plus tard. Il s'agit tout d'abord, d'un hybride entre récit d'une vie psychique « délirante » et récit d'une vie psychique « normale ». Signifiant par là la possibilité de la psychose dans l'univers du récit, cette forme de perception, délirante, pose question sur l'origine des éléments du récit dans le réel, dans la psychose ou dans l'imagination non-psychotique.

Pour tenter d'être fidèle à ce qui m'a animé au moment de l'écriture, il apparaît que le recours à l'autofiction et non à l'autobiographie « fidèle », se soit imposée par le fait que les souvenirs de la période m'apparaissaient par bribes, qu'il me semblait impossible de rester fidèle à un réel difficilement accessible dans

sa vérité et que l'imagination créait un lien entre des faits de l'histoire de ma vie pour lesquels il m'apparaissait impossible de trouver un sens directeur global. J'ai donc opté pour l'autofiction qui a permis de retrancrire une démarche, un sens du récit, une construction narrative proche du ressenti de mon vécu. Il s'agit donc plus d'un récit d'une intériorité à travers des événements parfois réels, parfois fictionnels mais produisant sur cette intériorité l'effet réellement ressenti à l'époque.

En taisant la psychose chez moi dans le récit mais en faisant revivre la vie psychique vécue à cette époque par ce jeu entre événements réels et fictionnels, cela permettait de partager mon expérience de la folie tout en éludant le caractère psychotique chez moi. Sorte de démarche de partage de ma vie psychique, partage qui m'apparaissait impossible à réaliser pleinement quand l'on dresse le mur du normal et du pathologique entre les expériences humaines.

Il s'agissait d'une démarche de présentation de soi comme sujet. Sorte d'étape de présentation de soi à soi, car je n'ai pas cherché à publier dans un premier temps, préalable à une étape de présentation de soi aux autres. Avec toujours à l'idée de ne pouvoir présenter abruptement la folie au lecteur parce que cette énonciation aurait créé un fossé entre lui et moi, difficilement dépassable, cet écrit a eu une fonction dans mon regard de moi sur moi. Il m'a permis de voir où je devais introduire de la fiction

pour ne pas étaler la folie, et donc où se situait la folie chez moi. Ceci m'a permis d'en faire une part de moi-même et de ne pas me résumer à elle, élément important pour mon rétablissement à venir alors.

Alors il est possible de se demander pourquoi vouloir transmettre son vécu psychique à d'autres ? Pourquoi ne pas chercher à transmettre des faits réels mais un vécu psychique ?

Je pense que je voulais deux choses : répondre à une injonction sociale qui me demandait qui j'étais, et ce que j'avais fait, en lien direct avec ma disparition, mon hospitalisation et la pose d'un diagnostic. Une sorte de question des proches de l'époque qui demandaient indirectement et tacitement à me justifier sur cet épisode, et que je transposais sur le corps social dans son ensemble comme demande globale de justification sur moi-même. Et ensuite, si j'ai choisi de transmettre un vécu psychique et non des faits réels c'est bien parce que la réalité n'est perceptible et n'existe que par la perception que nous en avons. Qu'importe au fond les faits, l'important était de dire ce que j'avais vécu et ce n'est pas par des faits bruts que cela s'avérait possible, mais par des faits travestis.

Le troisième écrit est une nouvelle : « Anton ». Il date de 2006 et fait environ 15 pages. Il ne s'agit plus là d'un récit de soi dans le passé mais d'une projection de soi dans le futur. Sorte de démarche d'écriture de

ce que je pourrais être si je persistais dans l'écriture. L'histoire repose sur une romancière qui utilise les éléments délirants de sa psychose comme éléments fictionnels du roman. On voit bien là encore le jeu entre délire et fiction qui est en question dans les écrits.

Peut-être peut-on penser que l'écriture de la fiction permet au sujet fou de faire vivre son délire psychotique hors de lui-même dans un jeu de communication de celui-ci à ceux pour qui il est inaccessible, mais aussi dans un jeu de survivance de cette psychose qui meurt chaque jour un peu plus sous l'effet des traitements médicamenteux et dans un jeu de valorisation du délire en quelque chose de positif : l'écriture littéraire. Ce texte posait donc les questions de mon avenir comme sujet fou, de la communication des éléments délirants à l'autre, de la survivance de cette part de moi-même que l'institution psychiatrique rejette totalement et de son utilité pour moi et pour d'autres.

Le quatrième écrit aujourd'hui inachevé est la matérialisation de l'ambition précédente de faire vivre les éléments de psychose dans des récits. Inspirée par des personnages fictifs issus de mes épisodes délirants, ce roman visait à les faire vivre sur papier, ne sachant comment gérer le deuil de ces « amis imaginaires » que la médecine me volait. Il s'agissait également de travailler mon aptitude à la création littéraire telle que je la percevais, pur produit d'une imagination non-délirante.

On voit bien là le rôle de la psychiatrie qui en nommant mon imagination psychotique comme pathologique me la fait entrevoir comme sans valeur et l'exclut comme source légitime de l'écriture littéraire. Je perçois alors les éléments de la psychose comme des objets non-créatifs, non-artistiques, alors qu'ils constituent au même titre que les éléments tirés au forceps à l'imagination bridée du romancier, des éléments de fiction littéraire créatifs. **Il y avait là aussi pour moi l'idée de sortir de l'étiquette de « folle », pour accéder à celle d'écrivain uniquement.**

Cette tentative d'écriture fictionnelle pure, alimentée par les éléments de délires psychotiques échouera pour la simple raison que j'ai vécu la réalimentation de ma psychose comme une mise en danger. Le recours même à l'imagination sera vécu sur un mode où je me sentais à tout instant au bord du précipice de la psychose. Ceci m'amènera à aller, en bonne occidentale, vers la raison et vers des études à vocation de recherche scientifique, vers la rationalité, la vérité etc. Cette démarche de recherche sera également motivée par une volonté de comprendre le monde après avoir compris une part de moi-même.

L'aveu psychiatrique chez Michel Foucault

« L'aveu est un acte verbal par lequel le sujet pose une affirmation sur ce qu'il est, se lie à cette vérité, se place dans un rapport de dépendance à

l'égard d'autrui, et modifie en même temps le rapport qu'il a à lui-même » (Foucault, 2012).

Par cette courte citation se dégagent les enjeux de l'aveu. Celui-ci a pour Foucault **cinq dimensions principales** que nous allons explorer pour le domaine de la psychiatrie.

Tout d'abord, l'aveu est la déclaration d'une faute commise. Quelle faute a donc commise une personne atteinte de maladie psychiatrique pour que tout au long de l'histoire de la folie, il y ait cette présence de l'aveu face au psychiatre, psychologue, psychothérapeute, psychanalyste etc. ? Est-elle sa folie ou sa non-reconnaissance de sa folie ? **Si comme nous le dit Foucault en 1981, « tout au long de l'histoire de la psychiatrie, on ne peut être fou et avoir conscience qu'on est fou », la reconnaissance de sa folie vaut guérison ou tout au moins cheminement vers la guérison.** Ceci fait qu'en psychiatrie, l'aveu est « une pièce décisive dans l'opération thérapeutique », il signale le malade comme guéri ou guérissable. La faute commise et que le fou doit avouer et donc sa folie, ce qui lui permettra de guérir. L'écrit de soi a donc ici valeur de reconnaissance de sa folie et de sa guérison avérée. Il s'agit pour le fou qui s'écrit de ne plus être fou.

L'aveu pour Foucault c'est aussi le passage du non-dit au dit, avec un non-dit porteur d'une certaine valeur autre que son statut de vérité, quelque chose de l'ordre du caché, du moralement répréhensible.

Là aussi, l'aveu psychiatrique : la reconnaissance de sa folie, suppose (et pose) les manifestations psychotiques dans l'ordre du moralement répréhensible, dans l'ordre du mal. **Mais si le malade doit avouer sa folie, il ne doit pas avouer ses folies et en étailler le contenu au grand jour. Créant une distorsion, une injonction paradoxale du type : il faut avouer sa folie mais taire, nier, rejeter le contenu de sa folie** ; la psychiatrie place le malade en situation de devoir se dire factuellement, concrètement, réellement en niant sa vie psychique, en limitant son discours au réel rationnel, 脿 la vérité extérieure, et en reléguant le contenu psychotique au domaine du moralement mauvais. On voit là le passage du non dit au dit par l'exposition de soi de l'autobiographie qui dans son modèle littéraire cherche 脿 tre exhaustive, transparente et 脿 traquer la part inconnue de l'auteur constitue 脿 plein une forme d'aveu.

L'aveu est 茅g  l  ment porteur d'un engagement au vrai. Il s'agit pour le malade de dire vrai sur lui, tout en restant dans l'injonction paradoxale pr  c  it  e. Ceci crée une position difficilement tenable où le vrai doit 脿tre dit tout en taisant l'irrationnel. Le dire vrai dans la religion chr  tienn  , comme nous le rappelle Foucault, purifie et 茅loigne de cette vérité. Il s'agirait par l'aveu paradoxal du fou de l'éloigner de cette vérité, et de la purifier, de le soigner en somme. On rejoint bien là, la logique 脿 l'oeuvre dans l'opération thérapeutique de l'aveu qui en faisant dire vrai sort le « mal » du fou.

La vérité du délire a par ailleurs, longtemps été en débat en psychiatrie et ce n'est que récemment que les manifestations psychiques délirantes sont considérées comme vraies par le corps médical après avoir été longtemps rejetées. Se pose là, la question du réel et du vrai. Ces manifestations psychiques sont réelles et vraies pour le malade, elle le sont aussi dans l'absolu pour le monde et donc pour le psychiatre. Pourtant bon nombre de patients de la psychiatrie actuelle sous la pression de l'institution désignent encore ces manifestations comme fausses et irréelles, alors qu'elles sont plutôt de l'ordre de l'irrationnel mais pas dans leur essence mais bien dans leur sens, dans leur signification.

L'aveu en psychiatrie est donc un discours porteur d'un engagement au vrai mais dans les limites de ce que l'autre-psychiatre admet comme vrai. Il s'agit presque plus de s'engager à dire vrai alors qu'on est fou que de réellement dire vrai. C'est en psychiatrie à l'inverse de la justice pénale, l'engagement qui est central aux côtés d'une vérité finalement secondaire. Par l'autobiographie, le patient réitère son engagement au vrai, il se signale comme volontaire à avouer et même spontané dans la démarche d'aveu.

D'autre part, l'aveu est porteur d'une relation de pouvoir et en ce sens coûteux pour celui qui avoue. Par l'aveu de sa folie, le patient « signe le contrat asilaire », l'acceptation de l'enfermement. Des stigmates de ce fonctionnement sont encore déce-

lable dans nos institutions psychiatriques actuelles sous la forme des modes d'hospitalisation : libre (avec consentement) ou contraint (à la demande de proches, médecins psychiatres ou représentants de l'État). Il est ici clair que l'aveu (ou consentement) va déterminer un mode d'enfermement plus ou moins répressif.

On peut se demander dans quelle mesure la conscience et la reconnaissance de la psychose la rend moins « dangereuse » pour soi ou pour les autres. Toujours est-il que l'hospitalisé « libre » bénéficiera de possibilités de sorties, de communications avec l'extérieur élargies. En ce sens, l'aveu est « récompensé » encore aujourd'hui dans l'institution psychiatrique, comme il l'est dans les institutions pénales. **L'autobiographie en ce sens participe d'une démarche de soumission à l'autorité institutionnelle et sociale, une réponse à une injonction particulièrement forte sur les personnes atteintes, un élément qui pourra en faire des sujets pour le reste de la société.**

De plus, l'aveu est porteur d'une requalification de celui qui avoue. L'institution psychiatrique incarnée entre autres par le psychiatre, requalifie le fou en homme ou en femme sain(e).

Par l'aveu au psychiatre, le fou se libère du « mal » et est requalifié pour la société. L'institution psychiatrique objective l'individu et le considère comme responsable ou non de ses actes, en fait un citoyen libre ou

captif, le cantonne à être objet de l'institution ou sujet de la société par son jugement basé entre autres sur l'aveu. L'aveu a un rôle décisif dans le jugement porté par l'institution qui outre les diagnostics purement cliniques, considère avec plus ou moins de respect l'individu selon qu'il ait ou non avoué sa folie. Or le fonctionnement en société de l'individu atteint de maladie psychique n'est pas forcément indexé sur son regard sur lui-même et sur le fait qu'il se considère comme fou.

Plus largement, dans nos sociétés chrétiennes occidentales de gouvernement par la vérité, où on assiste à une « croissance massive de l'aveu » et où, « cette croissance tend [...] à de plus en plus lier l'individu à sa vérité ([...] l'obligation de dire la vérité sur lui-même), à faire fonctionner ce dire vrai dans ses rapports aux autres, et à s'obliger par cette vérité dite » (Foucault, 2012), la pratique de l'autobiographie apparaît comme une injonction sociale forte pour qui veut se poser en sujet. Il apparaît que l'aveu autobiographique du fou, constitue une forme de « super-aveu » spontané et exhaustif qui requalifie le fou en « fou-pas-si-fou » pour l'institution et la société et qui peut constituer un sésame pour l'insertion sociale. **Dans mon cas spécifique de sujet « fou », peut-on parler d'une forme d'aveu ?**

Ma démarche autobiographique : un aveu fouldien ?

En reprenant écrit par écrit ma démarche autobiographique, peut-on parler d'aveu au sens foucaldien? *Une petite voix* a été conditionné par le refus tacite de la part de l'institution d'entendre le contenu de la psychose et par l'idée que quelque chose s'y jouait quand même pour moi. Sans tentative de publication par sensation que ce vrai-faux n'intéresserait personne, malgré le tournage d'un court-métrage sur la base de cet écrit, la dévalorisation du contenu du délire par l'institution rejoignait sur ma perception alors hautement négative de l'expérience psychotique. Il s'agissait d'un mal presque à expurger dans une démarche de purification mais pas de communication, ce qui nous ramène là totalement à l'aveu chrétien.

Je ne l'ai jamais revu, est l'expression du contenu de la folie mais sans l'aveu de la folie. S'y exprime une coupure forte entre l'aveu de la folie et l'histoire de la manifestation de cette folie. Ces deux éléments m'apparaissent alors inconciliables. Cette coupure se manifeste également par la recherche d'une vérité du vécu psychique à travers un réel travesti sans que l'héroïne que j'étais de cette autofiction ne soit désignée comme psychotique. Tout se passe comme si je transformais le réel pour atteindre le vrai de la folie sans toucher au précepte institutionnel du refus d'entendre le contenu de la folie au prix d'un travestissement des faits.

Le discours de cette autofiction respecte également le précepte de dire un discours rationnel. Le conte-

nu de la folie devient discours rationnel et vrai au prix d'une transformation du réel. Ceci est une forme de résolution de cette injonction paradoxale. **Le paradoxe est alors renversé : je dis que je ne suis pas folle mais je dis vrai sur le contenu de ma folie. Je respecte là totalement la dissociation prescrite et me crée une forme d'aveu qui répond aux exigences de l'institution.** En un sens, je ne respecte pas la loi, ne pas parler de ses folies, mais je respecte l'esprit de la loi, dire vrai.

Anton intervient plus tardivement lorsque je suis reconnue comme sujet ayant admis sa folie, ayant dépassé le déni, je suis autorisée à devenir autre chose et à ne plus me justifier. **Je peux envisager de devenir quelqu'un d'autre qu'une « folle ».** Ceci m'amène à envisager le métier d'écrivain et de m'y projeter tout en ne rejetant pas ma part de folie que l'institution me rappelle.

Ceci fait d'*Anton* un aveu programmatique. *Il ne m'a pas parlé de toi*, est un moment où même si l'activité littéraire est recherchée, les éléments de la psychose sont disqualifiés par moi-même comme non artistiques, comme non légitimes et comme non littéraires. La qualité d'écrivain alors recherchée est en lien avec une capacité à développer une imagination hors de la psychose. Comme si la psychose ne pouvait contenir que du mauvais et que l'imagination psychotique n'avait pas la valeur artistique légitime à l'activité créatrice. Commence alors à

s'éloigner l'aveu des folies pour entrer dans l'aveu de la folie, elle-même par le renoncement à ces dernières. De ce fait, intervient une recherche et un aveu de la vérité par la démarche scientifique qui me fait passer mon temps à tenter de dire vrai...

Apparaît dans ma démarche globale d'écrits une construction de moi comme sujet, un processus de réponse à l'injonction paradoxale primaire de la psychiatrie à ses patients qui se manifeste dans l'aveu : dire que je suis fou sans jamais dire ce que contient ma folie. Ainsi, à travers ces écrits j'ai exprimé d'abord le contenu de la folie dans l'intimité restreinte à moi-même de l'écriture non publiée.

Puis, j'ai écrit ce qu'était ma folie sans admettre être folle, respectant ainsi l'injonction paradoxale de l'institution. Puis, j'ai essayé de devenir ce sujet qui se dit fou sans décrire sa folie tout en la conservant, mais extirpée de son statut de psychose pour entrer dans celui de l'imagination artistique et littéraire. Puis, j'ai admis ma folie sans plus aucun recours au contenu psychotique par l'écrit à vocation de vérité sur les sujets fous avec l'idée d'une thèse de doctorat à venir sur la Subjectivation du « fou » qui me ramène à une intention de dire vrai sur la folie, aussi sur ma folie, mais pas sur le contenu de cette folie.

Ce parcours de l'aveu de mes folies à l'aveu de ma folie, est révélateur du travail de l'institution psychiatrique

sur le sujet fou et ne saurait ni y être réduit ni en être émancipé. Il est en quelques sortes une réponse à cet aveu psychiatrique imposé en psychiatrie qui pose un paradoxe qu'il s'agit de comprendre et auquel le fou doit répondre pour pouvoir se construire en tant que sujet.

On voit bien là comment se constituer en sujet fou suppose la conformation à cette injonction de dissociation entre l'idée d'être fou et l'idée d'avoir des folies en soi. Ma subjectivation est passé par la conformation au modèle de l'institution psychiatrique, et ce en dépit des résistances réelles que j'y ai opposé : on constate aisément le passage du choix de l'écriture de la folie-manifestation en niant la folie-maladie, au choix de l'écriture de la folie-maladie en niant la folie-manifestation.

Se dessine tout au long du parcours d'écriture de soi ce jeu subtil de coexistence impossible entre la folie-maladie et la folie-manifestation et les détournements complexes en lien avec cette injonction paradoxale. Pourtant à chaque étape, en moi, coexistaient ces deux formes que l'institution me contraignait à séparer. Pour en revenir à l'aveu, de mon expérience, on pourrait dire que l'injonction à l'aveu de la folie-maladie est purement sociale et institutionnelle et que l'injonction à l'aveu de la folie-manifestation est quant à elle une démarche personnelle presque cathartique, en tous cas une démarche de construction de soi voire de résistance.

Et si l'aveu foucaldien possède par ailleurs un fonction de triage entre bonnes et mauvaises pensées, c'est bien dans le domaine psychiatrique le tri entre les pensées autour de la folie-maladie qui s'avèrent bonnes pour l'institution médicale et les pensées autour de la folie-manifestation qui sont mauvaises et à taire ou au moins à rejeter. L'autobiographie a ce rôle de triage et dans mon cas, cherche principalement à résoudre cette injonction paradoxale de l'aveu en psychiatrie. Et même si d'autres éléments ont pu jalonna ce parcours d'écrivant, la résolution de ce paradoxe reste un des fils conducteurs flagrant de la démarche.

Le fou comme icône de la résistance à la réification

Être fou est-ce être soi ? Si, être fou s'avère bel et bien être hors des normes d'une société qui s'est historiquement donné les moyens de réifier l'être humain. Si, le fou s'avère non plus être le magicien dans son onirisme effrayant. Si, le fou n'est plus l'idiot non doué de raison logique noyé dans un pathos sans horizon intellectuel. Si, le fou est devenu l'artiste méconnu et mal connu, il semble bien être celui qui résiste biologiquement, instinctivement, viscéralement à la réification qu'impose des sociétés trop grandes aux petits êtres que nous sommes. En ce sens et si on admet ça, le fou est bel et bien celui qui cherche à se défendre par sa nature résistante à une programmation historique, civilisationnelle et spatiale à une réification inévitable dans les groupes humains étendus.

Biologiquement résistant au traitement sociétal, le fou par nature contre-réifié, est l'un des rares à avoir cette opportunité de vie de devenir lui-même sans se construire dans une usine à individus semblables. En acceptant son statut de marginal de ce système groupal étendu, le fou a le temps, parfois l'argent dans certains pays, d'agir pour devenir lui, permettre aux autres de devenir eux-mêmes en leur redonnant estime d'eux-mêmes dans leur condition marginale, pouvoir d'agir et envie d'action sur ce qui l'entoure.

Et même si on ne peut agir que sur ce qui nous entoure directement, le fou s'est dans son histoire de vie l'opportunité biologique de résister aux oppressions systémiques. Reste à sa charge l'opportunité intellectuelle de résister volontairement à ce système qui l'a mis en marge par excès de clairvoyance.

Et si, on admet tout cela, on arrive à la folie comme l'un des paradigmes de la santé mentale. Le bien-être psychique s'apparente à la capacité qu'ont les uns et les autres de rester dans la vie réelle et non de se réifier existentiellement comme simple outil-rouage d'une mécanique systémique, pour un salaire ou une fortune, mais bien d'admettre ce choix de la vie biologique de l'exclure réellement de la mécanique d'un système sociétal qui fabrique des individus semblables et admettre comme choix dans son esprit conscient ce choix de son inconscient, de sortir d'une vie sociétale inadmissible parfois, et d'être résistant à un ordre qui nous sort tous de la vie réelle. Tel l'enfant, tel le trop vieux, tel l'adolescent sans place sociale, l'artiste, le génie connu ou méconnu, le boulanger, la nounou, la femme de ménage, évoluant tous dans de petits univers de vie de proximité. Le fou a su rester dans une forme de réalité du « Small is beautiful », dans la réalité d'un mode de fonctionnement du monde matériel et humain accessible et admissible pour notre petit esprit. En conséquence, le fou est dans la réalité de ce qu'il est, quand le normalopathe est dans une forme de réification mortelle

de son être. Le fou reste résistant à l'oppression systémique quand le normopathe s'est matérialisé lui-même en outil d'une mécanique sociétale.

En conséquence, faut-il adapter les hommes au fonctionnement d'un système en les fabriquant par des institutions réifiantes d'outils humains qu'ils pensent encore ou non ? Ou, faut-il réifier un système capistocalico-productif par les personnes qui y sont enserrés ? Peut-on imaginer un monde où le fonctionnement sociétal serait une production humaine d'un groupe et non la recréation constante du même phénomène abêtissant de fabrique d'individus en conserve ayant pour objectif la conservation de leur fabrique ? Peut-on encore penser qu'hors de la marginalité du fou, la perception du monde tel qu'il est réellement s'envisage encore ? Si oui, le fou est bel et bien l'idiot. Si non, il est bel et bien le prophète sans pays.

Sortir du trou noir

Les troubles psychiques ont souvent leur lot de trous noirs. Ces moments où l'on se sent happé par quelque chose hors du monde. Ces moments où l'on aimerait ne plus être là, vivre mais hors du monde. Si le départ, le voyage et ce que certains appelleront la fuite fonctionne, c'est parce qu'ils semblent nous sortir de nous-mêmes. Ils paraissent pouvoir nous emmener dans une autre vie que la nôtre. Alors on prend la route, les rues pour quelques heures, quelques jours ou quelques mois. Le présent, le "à vivre" est trop difficile pour être vu en face comme on peut y être confronté parfois dans l'inaction ou l'attente. Peut-être que ceux qui partent ne rêvent plus. Ils ne rêvent peut-être plus d'un lendemain meilleur et préfère quitter leur réel actuel.

Comme un film insupportable, comme un cauchemar qui ne quitte plus au réveil et qui nous absorbe dans sa noirceur, la vie concrète peut s'avérer tellement inaudible qu'il nous faut partir. Ce vrai de la vie que l'on mène, cette réalité trop sensible et pourtant pas encore intelligible, on est parfois obligé de partir pour ne pas la voir, pour ne pas la sentir et la ressentir. Mais un jour, il faudra.

Alors on espère ne grappillant parfois que des bouts de vérité sur soi et les autres que l'on parviendra

un jour à se voir, à accepter ce que l'on est et ce que les autres renvoient sur nous. Chaque seconde de conscience sur soi est une victoire de reconquête de qui nous sommes. Parfois, on se sent soi, on parvient à s'aimer même un peu dans le regard de l'autre, dans le sien même. Mais souvent, ce mur qui se dresse avec inscrit en énormes lettres qui l'on est, terrasse et effraie jusqu'à devenir infranchissable. Et il faudra avec le temps le dépasser pour cesser de le contourner, pour cesser de faire demi-tour, pour cesser de partir.

Réaliser ses rêves quand on est fou

Souvent quand un psychotique se prend à rêver, les gens autour commencent à paniquer. Comme si se projeter dans une autre vie dans un ailleurs, dans un lendemain autre pouvait être le signe que le mal arrive. Comme si rêver c'était déjà délirer. Pourtant la psychose est aussi peut-être la réponse à cette fracture initiale des rêves et des aspirations profondes.

C'est peut-être ce monde qui a dit non à ces ambitions pas forcément démesurées mais profondément ancrées qui a suscité des sorties du réel temporaires. La folie, ce petit mécanisme du trop-plein d'émotions, de l'éclatement de soi, de la sortie du réel par le fracasement, c'est aussi la réponse du corps à l'inadmissibilité du réel. Et cette inadmissibilité elle est forcément intimement liée à nos rêves pour nous-mêmes. C'est à mon sens, le noeud essentiel de cette sortie du monde et cette entrée dans les créations psychiques. C'est ce décalage trop grand entre ce que l'on voudrait pour soi et ce que le monde nous réserve aussi qui fait sortir du réel. En ce sens, la psychose est la maladie de l'inconformité de ce que l'on veut pour soi et de ce que l'on peut pour soi-même. Alors on quitte ce monde, temporairement, violemment, avec la même violence que celle qui s'est imposée à nous.

Puis, après ces rêves déçus, il y a l'aspiration à être dans ce monde qui est contrariée par une société qui nous a relégué à l'institution psychiatrique, qui nous a confié à des soignants qui nous conseillent d'abandonner le peu de rêves qu'il nous reste. Comme si, s'oublier allait nous permettre d'aller mieux. On tombe dans une survie émotionnelle à ce que l'on est ; certains s'y perdront. A titre personnel, j'ai toujours tenté de réaliser quand même mes rêves, même si j'étais psychotique, même si il ne fallait pas. Et ces petites réalisations sont de ces petits moments bien-faisants qui composent le bonheur. Pas un bonheur idéal et absolu mais juste l'addition de ces moments où l'on se sent bien. Il ne faudrait jamais abandonner ses ambitions pour soi, celles que la psychiatrie et sa société criminalisent. Non, il faut les laisser se vivre pour peut-être par moments accéder à une forme de joie même fugace. Malgré les risques que cela implique selon l'environnement des fous, tenter de s'accrocher à leurs rêves est aussi important que pour tout-un-chacun. Pour vivre du bonheur momentané, pour devenir soi quitte à se brûler parfois. Cesser de vivre ne doit pas être une option même pour nous.

Faut-il se révolter pour se rétablir ?

Souvent, les professionnels, les pairs, les personnes intéressées par la question du rétablissement me demandent comment j'ai fait pour me rétablir de ces voyages répétés dans les univers parallèles de la folie. Alors bien sûr, j'ai acquis une forme de conscience de moi-même, j'ai appris à pratiquer une forme d'observance de moi-même aussi, j'ai écrit sur moi-même, j'ai parlé et me suis vue entendue dans les yeux de personnes qui m'inspiraient énormément de respect et d'amour et qui m'aimaient et me respectaient en retour. Mais sur un plan plus identitaire, je crois que je suis sortie de toutes formes de déni quand j'ai compris que me rétablir était une forme de victoire sur moi mais aussi sur le monde.

Un monde, des institutions qui m'avaient produite comme femme folle, qui avaient réifié un concept d'individu déviant malgré lui en moi, qui avaient matérialisé mon être comme un être fou. Et cette assignation si forte, puisqu'émanant de la société et de mon environnement dans son ensemble, je l'intégrais peu à peu. J'étais dans une forme de marginalité subie, dans un de ces espaces où l'individu est nié dans son essence, un de ces espaces où ce n'est plus lui qui dit qui il est mais les autres et leur norme oppressante.

Et finalement, pour sortir du refus d'avoir vécu des moments de vie parallèle, pour sortir de la négation de

mes créations psychiques, il a fallu que j'accepte cette marginalité subie pour me l'approprier et pour mieux la dénoncer. Il a fallu que je me dise que j'étais bel et bien biologiquement marginale, et que ce fait faisait de moi une personne hors système. Et finalement, ce fait d'assumer cette dimension d'outsider, de personne hors des normes, m'a permis de me créer en tant que personne. Il ne s'agit pas là de promouvoir une forme ou une autre d'auto-stigmatisation, mais bien d'assumer la stigmatisation dont nous, les fous et les folles, faisons l'objet, pour mieux la dénoncer, pour la mettre en lumière et s'en départir, pour ne plus s'embourber dans les oppositions de normalité et d'anormalité, pour ne plus se voir comme individu pathologique, mais bien cerner à quel point, même rétablis, nous sommes l'objet d'une oppression, par l'appareil psychiatrique bien sûr, mais aussi par la société dans son ensemble.

Et il me semble que vivre au milieu des outsiders de ce monde, des marginaux sous toutes leurs formes, rejetés ou s'étant eux-mêmes éjectés de la société, m'a permis de me rétablir, d'entrevoir mon identité, de comprendre ma force, d'avoir le courage de me battre, etc. Et pour finir, je pense bien qu'on ne peut se rétablir réellement sans prendre en compte le regard du monde sur nous et s'y opposer fermement.

Table

« Et si je n'étais pas folle... »	4
Le fou, marginal naturel	6
L'AAH	11
Survivante de la psychiatrie	15
Transmettre le vécu intérieur	25
L'aveu par l'écriture de soi : l'autobiographie en psychiatrie	28
Le fou comme icône de la résistance à la réification	47
Sortir du trou noir	50
Réaliser ses rêves quand on est fou	52
Faut-il se révolter pour se rétablir ?	54



Et si je n'étais pas folle

**"La normalité et ma marginalité subie
sont pour moi comme
pour d'autres une source
de questionnements, de réflexions et
peut-être même d'angoisses sans fin.**

**Pourtant quoi de mieux en cette
première partie de 21ème siècle
que d'être folle ?"**



AGAT

