

ALORS COMMENÇA UN LONG CALVAIRE

Francis Després

raconter la vie

Je m'appelle Francis. Je suis né il y a 65 ans en Normandie dans une famille très modeste. Je suis le seul garçon de la famille, j'ai deux sœurs. J'ai grandi sans trop d'encombres jusqu'au divorce de mes parents. A 15 ans, j'ai quitté l'école, brevet en poche et j'ai commencé à travailler au Crédit Lyonnais de Pont-Audemer, ma ville natale. J'ai été exempté de service militaire, à cause de ma myopie et de mon appartenance à la génération des baby-boomers.

Ma sœur aînée s'est installée à Strasbourg en 1967 avec sa famille. En février 1968, je venais la rejoindre avec ma mère et ma « petite » sœur. L'emploi dans la région était très ouvert, et je commençai à travailler dans une agence immobilière comme aide-comptable. Un an après, j'étais embauché comme aide-comptable mécanographe dans une entreprise qui vendait des chariots élévateurs.

Ma sœur Jocelyne me fit connaître une de ses amies, Dominique, que je trouvais très sympathique. Moi qui étais un garçon timide, j'appréciais sa présence. Nous nous sommes fréquentés deux ans et puis j'ai fait ma demande en mariage. A 21 ans tous les deux, nous étions mariés. Deux ans après est né notre fils. Petit à petit ma santé se dégradait mais je n'en avais pas conscience à cette époque. N'arrivant pas à exprimer mon mal-être, notre couple battait de l'aile.

J'ai alors rencontré une jeune femme, dont je suis tombé amoureux. La double vie pour moi était quelque chose d'inconcevable et nous avons divorcé. Je m'installai avec Sophie, qui me donna deux enfants, une fille et un garçon. Au départ, la vie s'écoulait agréablement et je trouvais un nouvel emploi de comptable dans une grande multinationale américaine. Petit à petit, les disputes ont commencé, j'étais devenu fort désagréable, susceptible, autoritaire, et ne supportais plus d'être contrarié.

Je m'accrochais à mon travail, y passant plus de temps que de raison, je devenais lent dans l'exécution des tâches. Il me fallait de plus en plus de temps. J'ai consulté un médecin pour mes crises d'angoisses et mes changements d'humeur incessants. Celui-ci m'a prescrit du Lexomil que je prenais à la demande. Petit à petit, j'ai augmenté la dose de médicaments, et j'en suis devenu « accro » au point d'en consommer jusqu'à 6 par jour. Je

n'arrivais plus à maîtriser mon corps et mes sens. Cela devenait pénible pour mon épouse. J'ai sombré progressivement dans la dépression et mon médecin m'envoya chez un psychiatre.

Mon état s'est plus ou moins stabilisé pendant deux ans puis brusquement, au travail, je me suis effondré en larmes... Retour à la maison puis visites chez le psychiatre. Après quelques semaines mon état se dégrada encore, la vie devenait infernale pour toute la famille. Je devenais violent et ne voyais plus mes enfants tellement j'étais mal.

Puis un jour d'octobre 1993, on m'hospitalisa à la clinique psychiatrique pour un état mélancolique profond. Je me retrouvai enfermé derrière des barreaux. Le médecin qui me reçut trouva que je prenais trop de médicaments et me les supprima tous, d'un coup. Alors commença un long calvaire. Pour moi, être en psychiatrie était honteux, il s'ajoutait à cela le fait d'être sevré brusquement de Lexomil ; je souffrais du manque psychique et physique de cette molécule, engendrant des crises d'angoisses d'une intensité extrême.

Ma femme venait me voir tous les jours. C'est au cours d'une de ses visites qu'elle rencontra le médecin qui lui annonça son diagnostic : je souffrais de « psychose maniaco-dépressive » connue maintenant sous le nom de « bipolarité ».

Je ne comprenais pas ma maladie, je me sentais mal et pour moi, dans un premier temps, tout bascula. Après cinq semaines en soins à l'hôpital, mon retour à la maison était possible. Mais je n'étais plus le même homme. Je sentais que tout m'échappait et l'indifférence de mes enfants me rendait agressif.

J'aurais eu un cancer, je pense que tout le monde m'aurait compris. Cette maladie de l'esprit et la dépression qui s'y rapporte fait plutôt fuir les gens. Souvent, je pense à mes enfants en me culpabilisant encore maintenant de ne pas avoir été un bon père pour eux et de ne pas les avoir vus grandir ; j'étais tellement « drogué » par les médicaments.

Quelques années après, mon épouse demanda le divorce et je m'installai dans un village voisin. Je faisais aussi des dépenses excessives et commençais à boire de plus en plus. Alcool et médicaments ne font jamais bon ménage.

Je suis resté seul pendant près de sept ans, me nourrissant mal, allant souvent au restaurant. Un jour, ou plutôt un après-midi, j'ai déjeuné au Mc Do en lisant le journal. Une charmante dame que je n'avais pas remarquée de prime abord, s'adressa à moi en me demandant le journal. Je l'ai invitée à s'asseoir à ma table, elle venait de se faire opérer d'une prothèse et elle se sentait assez seule. J'étais heureux de parler à quelqu'un.

A l'époque je pesais 106 kg. Nous nous sommes revus de temps en temps, c'était une femme avec une personnalité très forte. Je dormais beaucoup et me levais souvent après 10h. Elle m'appelait de temps à autre en me disant : « Je vais me promener à la montagne, si tu n'es pas là à 11h, je pars seule. » J'ai vite compris qu'elle avait du caractère. Nous nous sommes beaucoup heurtés, mais elle n'a pas lâché prise.

En deux ans, j'ai maigri d'une trentaine de kilos, j'ai changé de psy, j'ai accepté ma maladie et je vois régulièrement une psy pour mon traitement plus léger que je prends tous les jours.

Je sais que je reste quelqu'un de fragile, mais je sais aussi qu'on peut vivre normalement avec cette pathologie.