

Psychiatrie et délire mystique

Bachelard Mizué¹

¹ A la demande de l'auteur, son nom ne sera pas rendu anonyme.

Le tic tac de l'horloge résonne dans la pièce de travail. Devant mon ordinateur, je puise dans mes réserves de souvenirs pour écrire un article destiné à un lectorat spécialisé en santé mentale. Il paraît en effet que je suis malade, survivante de plusieurs décompensations psychotiques à caractère mystique. Je ne parvenais plus à interpréter la réalité de façon «normale», j'étais prise dans un délire mystique où le sens de ma vie se résumait à une mission messianique.

J'ai appris avec le temps à élaborer mon histoire de vie selon le point de vue de la personne qui me fait face. Face à des psychiatres, j'utilise leurs propres références et concepts, je me moule dans leur façon de penser, j'abonde allégrement dans leur sens. Pour le dire simplement: je veux la paix. Je n'ai aucun intérêt à divulguer ce que je ressens du fond de mon âme. J'ai essayé maintes fois, mais c'est un dialogue de sourds. Il suffit que je pose le mot «Dieu» et le soignant change de visage, exprime un malaise, un doute, cherche à évaluer le risque concret de ce mot qui sort soudain de ma bouche. La spiritualité est niée, elle est vue comme dangereuse, propice au délire et à la décompensation. Même si le psychiatre apparaît comme neutre et bienveillant, nous les malades, sommes profondément en lien avec notre ressenti. Nous sentons lorsque notre discours ne plaît pas, lorsque notre identité est remise en cause, lorsque l'autre se pose en juge de ce qu'il faut penser ou non de la réalité. Alors souvent, nous nous taisons. Nous laissons la raison médicale avoir le pouvoir sur nous, parler en nos noms, nous définir, nous comprendre et nous expliquer. Ma spiritualité est une blessure intime que je ne dévoile pas à n'importe qui. Question de pudeur et de respect. Pourtant j'ose l'écrire dans ce présent article, car mon public est anonyme et silencieux.

Le milieu de la psychiatrie est une bataille cachée, le lieu où la raison se heurte à ce qui tient de la folie. L'envers du décor quant à la valorisation de ce qui est vu dans la norme: un individu qui a des croyances logiques conformes à ce que la société attend de lui. Si tu te comportes comme tel, si tu te soumets bien gentiment, alors nous te laisserons sortir de cet hôpital. Nous ôterons le placement à des fins d'assistance qui te contraint à l'isolement. Mais il faut, pour cela, que ta parole se dilue, qu'elle cesse de se heurter à notre façon de penser, notre vérité.

Notre façon de penser est la suivante: Il n'existe pas de force transcendante à la nature humaine. Il n'y a personne qui puisse prétendre être envoyé par Dieu, ni être guidé par des esprits. Il n'y a pas de mission divine. Pas de forces

invisibles. Ce ne sont que des croyances subjectives sans fondements scientifiques. La preuve, c'est que les délires mystiques ont un impact négatif sur la personne. Elle perd ses relations sociales, elle ne travaille plus, elle s'isole, elle est angoissée et toute sa structure mentale est bouleversée.

La souffrance: C'est la preuve d'une santé mentale défaillante. La véritable expérience mystique se doit d'être positive, se charger d'une expansion de la conscience et donner un sens à la vie de la personne. Se croire être «choisi» ou «élu», n'est que le symptôme d'une crise maniaque. Un délire de grandeur qui va être automatiquement suivi par une phase de dépression lorsque la personne retourne à la réalité ordinaire. Ce sont ces épisodes que nous allons prévenir afin d'éviter les rechutes. Car pour nous, vous êtes atteint d'une maladie qui a une répercussion sur le fonctionnement du cerveau. Ce n'est pas de votre faute. C'est exactement comme le cancer ou toute autre maladie biologique, même si les effets de causalité sont plus difficiles à cerner.

Et moi qui suis-je? Qu'est-ce que je pense? J'ai le sentiment qu'il faut que je pense comme les autres pour être acceptée. Je joue souvent double-jeu. Je suis le renard qui se camoufle. Un simple miroir qui reflète la perception d'autrui. On plaque sur moi toutes les interprétations imaginables et possibles. Mon histoire résonne selon la vision du monde de l'autre. S'il possède un affect négatif par rapport aux concepts issus de la religion, il ressentira du rejet et de l'incrédulité. S'il est ouvert à des expériences non-ordinaires de la conscience, il pourra peut-être pénétrer dans le tunnel et «voir» une certaine lumière. Tout est question d'imaginaire. Notre monde est construit selon un imaginaire collectif et social extrêmement codifié où le mythe est réduit à un individu qui doit s'insérer dans le système sous peine de se voir exclu et marginalisé. J'ai fui et peut-être, ai-je créé mon propre mythe.

Mystérieuse disparition

Janvier 2012. Les médias suisses relaient une missive concernant la disparition inquiétante de Mizué Bachelard et de sa fille de 7 ans. Une pleine page est consacrée dans certains journaux comme «24 heures» ou «le Matin». On y voit ma photographie avec celle de ma fille, le lieu où j'habitais et même une photographie de mon véhicule. Interpol a repris l'affaire et diffuse une alerte mondiale. Tout le monde est contacté par la police: les proches, les amis, les collègues, les voisins. Même le père de ma fille est in-

Correspondence:
Mizué Bachelard,
mizueb[at]bluewin.ch

interviewé. «Blick» s'interroge: «Wo sind Mama Mizué und die Kleine Hanaé?»

«Elle est dans une très grande fragilité psychologique, son état mental s'était aggravé...» disent les journaux à mon sujet. «Elle a été sujette à un burn-out. Elle est partie à Paris pour faire éditer un manuscrit. Un témoin l'a vue effectuer un retrait d'argent. Elle est décrite comme une femme imprégnée de mysticisme».

A l'Haute école pédagogique, l'institution où je travaille, les rumeurs vont bon train. Les collègues y vont tous de leurs hypothèses et les étudiants se délectent de mon absence. Je suis désormais la professeure qui a «pété les plombs». Ce métier rend fou. C'est bien connu.

J'ai pris une décision d'un courage inouï: celle de partir définitivement du jour au lendemain sans prévenir personne, mue par un appel que je n'arrive pas à expliquer. En même temps, cet acte de détachement complet avec ma vie, était le symbole de ma profonde humilité envers cette force qui habite l'univers entier. «Ce n'est pas moi qui vis, mais le Christ qui vit en moi» (Galate 15-20).

J'étais le disciple. J'étais le croyant. J'étais celui qui abandonnait tout sans dire adieu à sa famille. Le héros qui allait traverser toutes les embûches pour parvenir à la vérité. Gilgamesh en quête de la vie éternelle. Le prince Siddharta refusant de rester dans son palais et prenant la voie de la méditation et de l'ascèse pour devenir Bouddha. Les mythes reprenaient vie à travers moi. Le monde était le théâtre d'une magie ignorée, celle du pouvoir de l'imaginaire collectif. Les livres sacrés sont remplis de descriptions imagées, comme «le royaume des cieux», «le voyage nocturne et l'ascension céleste de Mahomet» ou «le combat d'Arjuna» dans la Bhagavad-Gita. Arjuna est un héros qui combat spirituellement au côté de Krishna (divinité hindoue célèbre). Krishna n'est pas réellement distinct d'Arjuna, il fait Un avec le guerrier. En Inde, il est tout à fait normal de croire en cette divinité. Elle existe réellement dans l'esprit des uns et des autres. Qu'une personne dise: «Krishna s'est révélé à moi et m'a dicté ce que je devais faire...» est vu comme parfaitement sain et normal. Tandis que le même discours en Occident provoque stupeur et tremblements, hormis dans les milieux de l'église et dans certains cercles fermés.

La littérature psychiatrique traditionnelle comprend des articles et des livres discutant des diagnostics cliniques les plus appropriés aux grandes figures de l'histoire spirituelle. Saint Jean de la Croix fut qualifié de «dégénéré héréditaire», sainte Thérèse d'Avila de «psychotique hystérique», et les expériences mystiques de Mahomet furent attribuées à l'épilepsie. De nombreux autres personnages religieux et spirituels, tels Bouddha, Jésus, Ramakrishna et sri Ramana Maharshi furent considérés comme des êtres souffrant de psychose en raison de leurs expériences visionnaires et de leurs «hallucinations». Selon Stanislov Graf, chercheur et fondateur de la psychologie transpersonnelle, les individus qui vivent des expériences directes de réalités spirituelles sont, dans notre culture, considérés comme des malades mentaux.

Munie de deux valises pour seules affaires personnelles, j'ai dit à ma fille: «Dieu me demande de faire Sa Volonté, tu peux me suivre mais tu dois être consciente que tu risques de ne plus voir ton père. Tu dois te détacher de

tout ce qui fait ton monde si tu veux m'accompagner». Elle avait opiné sagement de la tête et avait déclaré qu'elle était prête. Elle acceptait même de ne pas prendre tous ses doulos.

Alors nous voilà, en route pour ce voyage aux confins de la folie et de la foi. Nous expérimentons une foi totale en ce qui nous arrive. Désormais nous ne sommes plus deux, mais trois. Le troisième est un être invisible, impossible à prouver. Nous ne savons pas ce qui va arriver du futur. Nous n'anticipons aucun de nos mouvements. Je suis dans un total lâcher-prise. Je me sens comme une marionnette animée par une force spirituelle qui me fait bouger, parler, enseigner.

Tout homme devrait agir sans croire qu'il est lui-même l'auteur de ses actes. Ses activités se dérouleront toujours, qu'il soit ou non pourvu d'ego. Tout homme est venu au monde, s'est manifesté, pour remplir une tâche particulière. Cette tâche sera accomplie, que l'homme se considère ou non comme étant l'auteur de ses actes (Ramana Maharshi)[].

Je n'ai jamais cru en une entité intelligente et cosmique, jusqu'au jour de mes 35 ans. Précisément un 22 avril 2011, alors que j'avais médité intensément pendant des semaines sans interruption. Je suis arrivée à ce que décrivent certains saints et mystiques: un silence du mental permettant la descente du divin. Une sorte de lumière, une révélation de l'âme et de l'esprit qui fait que vous n'êtes plus le même. Quelque chose a définitivement changé en vous. Vous parvenez à voir et à sentir l'invisible.

«Et êtes-vous parvenu à cette vacance de toute pensée, à cette nuit obscure qui, dans l'expérience commune de nos saints et des vôtres ouvre la voie à la descente du divin?» (Lanza del Vasto, Le pèlerinage aux sources,)

Il n'y a plus ni présent, ni passé, ni futur. Tout cela fait Un. Il n'y a plus ni observateur, ni observation, ni observé. Plus de questions. Vous vous sentez vivre dans une danse de l'Univers, totalement détaché de ce qui arrive, alors que dans les apparences, vous ressentez les émotions avec une puissance inégalée. Les contradictions sont présentes, mais totalement unies. Je me sens complètement désespérée en essayant de décrire ces phénomènes. C'est impossible à comprendre. Impossible à saisir. Comme d'expliquer le goût d'une orange à celui qui n'en a jamais mangé. Les mots n'ont pas de substance.

«Ce qui est ultime est au-delà des catégories de pensées. Est-il ou n'est-il pas? Bouddha aurait dit: «Il est et il n'est pas ; il est à la fois l'un et l'autre et il n'est ni l'un ni l'autre.» Dieu est le mystère suprême de l'être. Il est au-delà de toute pensée.» (Joseph Campbell, Puissance du Mythe).

Je peux raconter mon expérience selon le point de vue bouddhiste, mais aussi selon un point de vue chrétien ou hindouiste. Il suffit de plonger dans la vie de certains mystiques pour trouver une concordance: Hildegard von Bingen, Jean de la Croix, Ibn Arabi, ou Lao Tseu, j'ai tellement étudié les livres sacrés à la suite mon délire mystique, passant des heures à la bibliothèque universitaire: La Torah, le Coran, les Upanishads, l'ancien et le nouveau testament, les Sûtras, sans oublier les évangiles. C'est d'ailleurs à la suite de l'écriture du livre: «Evangile de Mizué» que j'ai disparu. À mon retour en Suisse, Le jour-

nal «l'Illustré» a consacré un article à mon sujet où je divulgue ma mission d'apôtre en mentionnant le fait que «ce n'est pas réellement moi qui ai écrit ce livre, que je ne suis qu'un instrument au service de ce qui est plus grand que moi». Il me semblait que je devais révéler au monde entier l'existence de ce principe spirituel perdu qu'on a appelé de différentes manières suivant les croyances.

Décompensation, messages du ciel ou synchronicités

Le terme «synchronicité» a été évoqué par Jung comme une association de phénomènes due au hasard qui fait sens. Ce mot est régulièrement repris par les tenants des théories spirituelles pour valider leurs expériences de la réalité. Il y a comme une volonté sous-jacente de «rationaliser» un principe physique qui n'est pas rationalisable. Si j'utilise le terme «messages du ciel», qui est davantage une image, cela pose un problème métaphysique. S'il y a un message, cela sous-entend qu'il y a «Quelqu'un qui envoie des messages» ou même que «le ciel possède une intelligence». On m'accusera de faire de l'anthropomorphisme. Or, en Chine, on parlait bien à une époque lointaine de «mandat du ciel». L'empereur tirait directement du ciel le droit de gouverner et il se devait d'être sage et vertueux. C'est le même principe qui avait cours du temps des pharaons en Egypte. Pharaon était un chef religieux qui avait pour mission d'assurer la Maât (déesse de la paix, de l'équité, de la justice et de la vérité) sur terre, c'est-à-dire d'assurer l'harmonie entre les hommes et les dieux. De tout temps et dans toutes cultures, on retrouve un principe spirituel lié au ciel qui est supérieur à l'homme. Or de nos jours, la Maât n'est plus qu'un concept, une croyance naïve des temps reculés à l'instar de la descente de l'Esprit Saint sur les apôtres commémorée par la fête de la Pentecôte.

Durant ces deux semaines de disparition où ma fille et moi étions traquées par Interpol, j'ai vécu une phase grave de décompensation où les synchronicités ont afflué. Je n'aime pas en parler. En général, tous les psychiatres que j'ai rencontrés ne s'étendent pas sur cette phase de ma vie qui n'a, à proprement parler, aucun sens. J'évite d'aborder le sujet car sinon, j'entre en pleurs. Ils me disent: «C'est difficile d'en parler car vous revivez ces états émotionnels, mais ce n'est pas important. Vous étiez en état de décompensation et vous n'étiez pas vous-même». Je pense: «Non, vous avez tort. Je ne veux pas en parler car faire face à l'incrédulité d'autrui me blesse. Je pleure car je sais que vous ne me croyez pas». C'est donc bien moi, la femme en pyjama, déambulant dans les rues d'un village perdu en France accompagnée de sa fille de 7 ans en pleine nuit! Je suis guidée par une force divine surnaturelle et je marche sans savoir ce que je vais faire dans la seconde qui suit.

Préférez-vous que j'écrive: «... persuadée d'être guidée par une force divine, je marche ...» ou «je suis guidée par une force divine et je marche ...»? L'effet n'est pas le même. Dans le premier cas, la patiente montre une conscience de son état hallucinatoire. Dans le deuxième cas, la patiente nie sa psychose. À vous de choisir ...

Je me dirige comme un automate devant un petit immeuble au deuxième étage. Je sonne. Une jeune femme ouvre. Je lui dis: «Je ne sais pas si vous allez me croire mais j'ai été guidée jusqu'à vous». J'attends. Rien ne se passe. Je commence à rire et à rebrousser chemin tout en m'excu-

sant auprès de la jeune femme de l'avoir dérangée. Elle m'arrête. Me dit: «C'est étrange que vous soyez là maintenant. Je suis en pleine indécision et pleine de tourments intérieurs. Est-ce que... «cette force» aurait un message pour moi?»

Il se passe quelque chose. J'entre en transe comme déposée de moi-même. Ce n'est plus moi qui parle. Une autre voix sort de ma bouche, infiniment plus douce et enfantine. Elle parle un langage très simple. Mais les propos importent peu. Il y a une autre énergie derrière la voix. La jeune femme me regarde longuement comme figée sur place. Puis, elle hoche la tête et revient à mon regard. Nous échangeons une communication invisible. Comme si nous savions de l'intérieur qui a parlé.

Je sais. Je délire. Placez-moi illico dans une chambre de soin pour me remettre les pendules à l'heure ou peut-être est-il temps d'accepter qu'il y a des choses qu'on ne comprend pas. En termes psychiatriques, j'ai vécu «une phase de dépersonnalisation», en termes religieux «un dépouillement de l'ego» et selon les chamans «un état de possession par un esprit» (Mircea Eliade).

Je n'ai pas suffisamment d'espace pour raconter toutes mes expériences que je qualifie d'initiatiques. Entre autres: la fois où j'ai tapé de manière automatique un code d'accès pour entrer dans un immeuble, le moment où je me suis dirigée dans un lieu que je ne connaissais pas et que je me suis assise au milieu d'un cercle de méditants en disant des paroles en anglais, la fois où «j'attendais quelqu'un» dans un endroit sombre et complètement isolé et où effectivement, quelqu'un est arrivé. Lorsque je me suis rendue à un endroit précis, pour rencontrer une inconnue. Je lui ai touché le ventre et lui ai dit «Il vous aime» récoltant des larmes de reconnaissance. D'autres expériences plus absurdes et symboliques: le fait de me voir et me sentir comme une fontaine éternelle, d'où la lumière jaillit de manière ininterrompue... Dans les faits: je me suis prise pour une fontaine magique. Il est impossible d'être une fontaine tout en étant humain, n'est-ce pas? Et bien, j'ai expérimenté ce que c'est que d'être cela. J'ai vraiment été une source d'eau vive. Quand Jésus dit: «Je suis le pain de vie», il ne fait pas vraiment référence à du pain ordinaire et quand il dit: «Il est plus facile à un chameau de passer par le trou d'une aiguille qu'à un riche d'entrer dans le royaume de Dieu» (Mt. 19.24), il ne parle pas d'un vrai chameau. Nous savons tous qu'un chameau ne passe pas par le trou d'une aiguille. Or pour moi, le chameau passe par le trou d'une aiguille. Je le sais. Il s'agit de mon monde. Celui auquel personne n'a accès alors que nous y sommes tous. Ce champs quantique, où le temps n'existe pas, où la matière n'est plus la matière.

«Lorsque vous ne pratiquez pas le zen, les rivières sont des rivières et les montagnes sont des montagnes. Lorsque vous pratiquez le zen, les rivières ne sont plus des rivières et les montagnes ne sont plus des montagnes. Lorsque vous réalisez le zen, les rivières redeviennent des rivières et les montagnes redeviennent des montagnes. Lorsque vous atteignez l'éveil, les rivières deviennent des montagnes et les montagnes deviennent des rivières» (Proverbe du bouddhisme zen).

«Et tu verras les montagnes, tu les crois figées alors qu'elles passent comme des nuages. Telle est l'œuvre d'Al-

lah qui a tout façonné à la perfection» (Les fourmis, le Coran).

«Un être humain est une partie d'un tout, que nous appelons <Univers>, une partie limitée dans le temps et l'espace. Il se vit lui-même, ses pensées et ses émotions comme quelque chose de séparé du reste, une sorte d'illusion d'optique de sa perception. Cette illusion est une sorte de prison pour nous, nous restreignant à nos désirs personnels et à l'affection de quelques personnes près de nous. «Notre tâche doit être de nous libérer nous-même de cette prison en étendant notre cercle de compassion pour embrasser toutes créatures vivantes et la nature entière dans sa beauté» (Albert Einstein).

«Connais-toi toi-même, et tu connaîtras l'univers et les Dieux» (Oracle de Delphes).

«Quand vous aurez reconnu que le monde est irréel et éphémère, vous ne l'aimerez plus, votre esprit s'en détachera; vous y renoncerez et vous vous libérerez de tous vos désirs» (Sri Râmakrishna).

La reconnaissance de «l'autre rive» comme voie de guérison

À la suite de mes décompensations à caractère mystique, j'ai vécu le processus habituel. C'est-à-dire, une phase de dépression aigüe qui a duré plus d'une année. Rien n'avait plus de sens et je voyais mes expériences comme une perte de temps. J'avais sacralisé ce qui n'existait pas. J'avais inventé des esprits, Dieu ou que sais-je. J'avais perdu mes amis, plusieurs membres de ma famille, mon travail et même ma maison pour rien. Je me retrouvais chez mes parents, complètement détruite, sans goût pour la vie, ne sachant que faire de moi. Je restais sur le canapé, assise toute la journée, le regard vide. Ma psychiatre voulait que je parte pour un foyer. J'étais devenue un fardeau inutile.

Je vivais dans une grande tristesse que je ne parvenais pas à exprimer. Je n'étais pas triste à cause de ma vie, car pour moi, elle n'avait aucune importance. Je ne savais pas d'où venait ce chagrin incommensurable, mais il fallait que je puisse le matérialiser sous une autre forme que la parole. L'art de la peinture m'a sauvée et m'a réconciliée avec le monde spirituel que j'avais expérimenté. J'ai pu peindre tout ce que j'avais ressenti et je l'ai vécu comme un processus de renaissance. Cet acte de création ressemblait à mon

vécu psychotique: je laissais faire le pinceau sans intervenir, laissant mon corps exprimer ce dont il avait besoin, sans jugement, ni intervention du mental. Une de mes peintures représente une femme avec des cornes de cerf (symboles de connexion avec le spirituel). Du lierre descend du ciel pour s'emmêler autour de ces cornes (lien entre la terre et le ciel). Elle est représentée de face, les yeux verts. Elle vous regarde comme si elle détenait un secret. (Étymologie: Délire: exaltation poétique, égarement de l'imagination, «Sortir du Sillon». La terre évoque le réel et ses contraintes. Mystique: qui a un sens caché, relatif aux mystères (Encyclopaedia Universalis).)

C'était une jolie peinture, mais elle ne reflétait pas exactement mon vécu. C'est alors que j'ai commencé à pleurer. J'ai pris mon pinceau et j'ai crucifié mon tableau. J'ai peint une flèche fichée dans le cœur de la femme et j'ai ressenti toute la douleur que j'avais enfouie sous des couches d'armure. Les hommes m'ont crucifiée. L'envoyée de Dieu que j'étais est morte. Aux yeux du monde, je m'appelle Mizué, je suis atteinte d'une maladie psychique et je suis à l'assurance-invalidité.

Cet article est écrit en l'honneur de tous les fous de tous les univers. C'est moi, le cerf, la fourmi. Je suis l'éléphant rose perché sur un vélo et je vole dans le ciel. Je suis la réincarnation de tous les hommes de la terre et je suis aussi bas que le ver de terre qu'on foule au pied. Je suis celle que vous voulez voir à travers le prisme de vos croyances.

Il est temps de prendre une tasse de thé vert japonais. Et là, je ne suis plus personne...

Références:

- 1 Bachelard M. Transformation et Formation, entre symboles et mythes. Mémoire de Licence. UNIGE 2006.
- 2 Bachelard M. Evangile de Mizué. Paris: Altess; 2013.
- 3 Delacroix J. La nuit obscure de l'âme. Paris: Points; 1984.
- 4 Durand G. Structures anthropologiques de l'imaginaire, Paris: Dunod; 2016.
- 5 Eliade M. Le chamanisme et les techniques archaïques de l'extase, Paris: Bibliothèque historique Payot ; 2007.
- 6 Grivois H. Naître à la folie. Paris: Les empêchés de penser rond ; 1999.
- 7 Grof S. Quand l'impossible arrive. Paris: Guy Tredaniel, 2007
- 8 Herbert J. L'enseignement de Ramana Maharshi. Paris: Albin Michel, 2005
- 9 Herbert J. L'enseignement de Shrii Râmakrishna. Paris: Albin Michel, 2005
- 10 Ibn Arabi. Les illuminations de la Mecque. Paris: Albin Michel, 2008.