

Dans les différents articles et dossiers du site Mens Sana, il est question de "maladies mentales", de psychiatrie, du cerveau et de son fonctionnement, de sa structure, de psychologie, de médecine, etc...

Les quelques ouvrages "tous publics" indiqués ci-dessous sont tous plus ou moins directement en relation avec les différents sujets abordés sur le site. Ils ont été choisis parmi bien d'autres livres possibles, parce qu'on a pensé que ceux qui figurent ici pourraient plus spécialement intéresser et aider le lecteur désireux de compléter son information - sans cependant lui infliger une lecture fastidieuse ou rebutante!

*(Les catalogues de librairies en ligne proposent, sur la "santé mentale" et les maladies mentales, des titres aujourd'hui bien plus nombreux qu'à l'époque où la rédaction du présent site a été mise en chantier. On renoncera délibérément à les passer tous en revue ici car, à mon avis du moins, pour la plupart leur niveau et leur rapport [contenu d'information utile] / [superstitions+ idées reçues+ lieux communs répétés de l'un à l'autre à satiété] sont généralement plutôt décourageants. Mais c'est évidemment aux lecteurs eux-mêmes de décider du choix de leurs lectures et de se forger leur opinion à ce sujet).*

Le lecteur attentif remarquera que les livres cités pourraient être classés selon les "qualifications" de leur(s) auteur(s): certains ont été rédigés par des professionnels de la "Santé Mentale" (psychiatres, psychologues, psychothérapeutes, etc.); d'autres ont été élaborés par des "non professionnels" (sociologues, anthropologues, journalistes) s'impliquant dans l'aide apportée aux proches de malades. D'autre part, des malades eux-mêmes ont parfois réussi à apporter le témoignage écrit de leur histoire, des parents ont également témoigné de leur expérience personnelle acquise auprès d'un fils ou d'une fille malade. Exposés séparément, ces différents points de vue ne dépeignent jamais, pour instruire vraiment le lecteur, un tableau assez complet ni assez fidèle ni suffisamment évocateur de tous les aspects possibles que peuvent prendre les affections décrites.

Les professionnels ne vivent que peu de temps et souvent seulement "de loin" au contact des malades. Ils élaborent des théories abstraites sur leurs affections en ne se basant que sur une généralisation toute arbitraire et intuitive des rapports d'observations cliniques accumulés depuis des décennies et répertoriés dans des traités encyclopédiques réservés aux initiés. Bien souvent, les explications apparemment "techniques" censées résumer ces descriptions, quand elles parviennent au grand public, n'ont qu'une très lointaine ressemblance avec la réalité vécue qu'il peut observer et subir lui-même, mais cette fois à partir de chacun de ses cas particuliers, individuels, originaux en quelque sorte.

Les entourages des malades sont composés de profanes en psychiatrie qui, devant faire confiance aux professionnels sans toutefois comprendre toujours le sens véritable de leurs discours, souvent les répètent en les interprétant selon leurs espoirs et leurs désirs plus que d'après leurs craintes; ils ont naturellement tendance à écarter de leur esprit une réalité fort pénible à laquelle ils ne parviennent pas à se résoudre. Ils sont pourtant les seuls qui, en permanence aux premières loges en quelque sorte, ont une véritable connaissance vécue de toutes les conséquences pratiques et quotidiennes que la maladie mentale d'un des leurs entraîne. Leur avis doit donc être entendu: il est indispensable et irremplaçable.

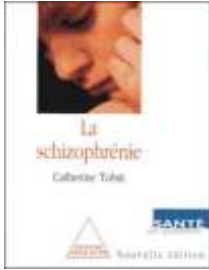
Quant aux malades eux-mêmes et même une fois qu'ils sont "en rémission", bien qu'ils s'y efforcent du mieux qu'ils peuvent, si leur récit présente indéniablement un intérêt certain, ils ne parviennent pourtant qu'exceptionnellement à restituer et n'interprètent pas nécessairement, bien qu'involontairement, leurs souvenirs de maladie de manière aussi fidèle ni aussi fiable qu'on pourrait le souhaiter. De par leur nature, les émotions ressenties et vécues par chacun, même en bonne "santé mentale", restent forcément toujours intimes, personnelles, la communication aux bien-portants de leurs sentiments (leur "vécu") par les malades, ne peut être qu'indirecte, d'imagination et d'interprétation fort sujettes à élaborations "littéraires".

C'est pourquoi la lecture de ces différentes sortes d'ouvrages est nécessaire: leurs visions partielles se complètent mutuellement. En bonne logique, les plus parlants et les plus complets de ces livres, les plus utiles au profane devraient être ceux où l'auteur serait en même temps un professionnel et parent ou proche de malade. Jusqu'à présent repris ici, seul un titre en français et trois en langue anglaise répondent à ce critère. Les lecteurs devraient les reconnaître sans peine.

- ◆ La schizophrénie *C. Tobin*
- ◆ Vivre avec la schizophrénie *R. van Meer*
- ◆ Comment faire accepter son traitement au malade *X. Amador*
- ◆ Si loin, si proche *M. De Hert, G. Magiels, J. Peuskens et M. Ferauge*
- ◆ La schizophrénie *B. Granger & J. Naudin*
- ◆ Génétique de la schizophrénie *F. Thibaut, T. d'Amato, D. Campion*
- ◆ Brave new brain *N. Andreasen*
- ◆ La schizophrénie *Pr. N. Franck*
- ◆ Schizophrénie et cognition *C-S. Peretti, P. Martin, et F. Ferreri*
- ◆ La schizophrénie de l'adulte *M. Saoud & T. d'Amato*
- ◆ Les troubles schizophréniques *D. Gourion et A. Gut-Fayand*
- ◆ Comment vivre avec un malade psychique *Ouvrage collectif de l'UNAFAM*
- ◆ L'homme de vérité *J-P. Changeux*
- ◆ Mensonges freudiens *J. Bénesteau*
- ◆ Les illusions de la psychanalyse *J. Van Rillaer*
- ◆ Psychologie de la vie quotidienne *J. Van Rillaer*
- ◆ L'erreur de Descartes *A. Damasio*
- ◆ Le sentiment même de soi *A. Damasio*
- ◆ Spinoza avait raison *A. Damasio*
- ◆ Comment fonctionne l'esprit *S. Pinker*
- ◆ L'instinct du langage *S. Pinker*
- ◆ Comprendre la nature humaine *S. Pinker*
- ◆ Le fragile équilibre *R. Langlois*
- ◆ La voie des maux *F. le Bihan*
- ◆ Mon fils, schizophrène *D. Laporte*
- ◆ Un rayon de lumière *D. Steel*
- ◆ Le fantôme intérieur *V. S. Ramachandran & S. Blakeslee*
- ◆ Idées folles, idées fausses en médecine *P. Skrabanek & J. McCormick*
- ◆ La fin de la médecine à visage humain *P. Skrabanek*

Voyez aussi la liste des livres en anglais, en page 16

*(Comme déjà dit plus haut, d'autres titres évidemment existent, que nous ne citons pas: soit parce que nous ne pouvons pas tout lire, soit parce que nous nous sentirions obligés de les déconseiller).*



Ed. O. Jacob, 1998.  
ISBN 2-7381-0637-4

## La schizophrénie

par Catherine Tobin

*Selon la présentation en 4ème de couverture:*

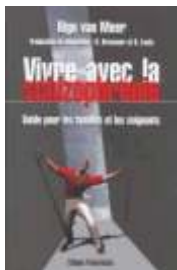
"Être schizophrène, c'est être différent des autres, c'est vivre autrement sa relation au monde. Mais la souffrance qui naît de cette singularité est insupportable et s'exprime tantôt par le repli sur soi, tantôt par la violence. C'est pourquoi aux tourments du malade s'ajoute le désarroi des proches.

Quels sont aujourd'hui les traitements les plus efficaces? Que peut-on attendre du médecin traitant, du psychiatre, des pouvoirs publics? Comment vivre le quotidien? Pour répondre à ces questions, Catherine Tobin a enquêté auprès des patients, des familles, des spécialistes et des institutions soignantes."

*Ce livre vaut plus par la qualité des témoignages qu'il rapporte que par les renseignements sur les traitements et les médicaments. Sur ces derniers, une mise à jour par des neuro-pharmacologues serait la bien venue.*

*Le livre a été réédité sous le titre "Les schizophrénies" en 2004.*

*Je n'ai pas eu la possibilité de comparer les versions ancienne et nouvelle.*



Ed. Frison Roche 1997.  
ISBN 2-87671-267-9

## Vivre avec la schizophrénie

par Rigo van Meer

Ce petit livre d'un psychiatre hollandais a d'abord paru en 1987 en langue néerlandaise. Edité à nouveau et augmenté en 1995, il a été traduit et a paru en français en 1997.

Il s'agit d'un guide destiné à l'information des familles et des proches de malades, ayant pour but principal de les aider sur le plan pratique.

L'avantage évident de cette approche est de ne pas s'encombrer de fatras théoriques (toujours contestables) ni d'idéologies (dont il faudrait toujours se méfier). Les choses importantes sont dites, c'est ce qui compte.

C'est donc, à nos yeux, un des petits livres des plus utiles sur le plan pratique, même si, en 2003, il peut paraître dater un peu (pour ce qui est des médicaments, p.ex.).



Ed. Retz (Savoir Faire Psy),  
Paris, novembre 2007.  
ISBN 0-9677189-0-2

## Comment faire accepter son traitement au malade

### Schizophrénie & troubles bipolaires

par Xavier Amador

La deuxième édition américaine a enfin été traduite en français.

Ce livre a un avantage unique: il a été rédigé par un psychologue et psychothérapeute personnellement motivé par la maladie de son frère aîné: il sait donc fort bien de quoi il parle.

C'est aussi l'un des seuls "manuels" qui aborde le difficile problème du déni de la maladie (l'anosognosie) sans en cacher ni en minimiser l'importance, sans non plus en

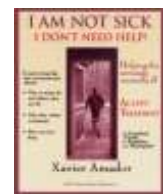
donner les habituelles explications "psychologiques", intuitives et fausses.

Il propose des approches pratiques de cet obstacle au traitement médicamenteux, tout en insistant sur la patience et les astuces à déployer pour parvenir à obtenir du malade qu'il accepte, enfin, de suivre régulièrement son traitement.

Quoiqu'au départ, le livre ait été destiné principalement à un public nord-américain et que ceci se sente encore à la lecture de cette version francophone, des annexes à la fin du livre renseignent les lecteurs francophones (France, Suisse, Belgique) sur les ressources nationales auxquelles les familles des malades peuvent faire appel pour les aider.

Un "must" pour la famille et les proches, mais aussi pour nos thérapeutes professionnels.

Titre original  
I AM NOT SICK,  
I DON'T NEED HELP!



Vida Press,  
New York, 2000  
ISBN 0-9677189-0-2



Ed. EPO Bruxelles 1998.  
ISBN 2-87262-164-4

## Si loin, si proche

ouvrage collectif

par M. De Hert (psychiatre), G. Magiels (biologiste et journaliste), J. Peuskens (psychiatre) et M. Ferauge (psychiatre et responsable de la traduction de cet opuscule du neerlandais en français).

Ce petit manuel de 84 pages est destiné à l'entourage et aux proches des malades atteints de schizophrénie. Il a l'avantage d'être succinct, ce qui exclut le jargon, les digressions superflues et les explications théoriques alambiquées.

Dans pareille approche simplifiée, les auteurs ne peuvent rentrer dans les détails. Ils doivent généraliser à l'ensemble des malades une description et des recommandations simples et fort schématisées qui ne répondent pas nécessairement aux cas particuliers, alors qu'on sait que, dans une telle affection, chaque malade est bien, en effet, un

individu unique avec ses troubles bien personnels. C'est le revers de la médaille: approche simple et résumée signifie bonne lisibilité, mais aussi généralisation risquant de laisser les lecteurs sur leur faim.

individu unique avec ses troubles bien personnels. C'est le revers de la médaille: approche simple et résumée signifie bonne lisibilité, mais aussi généralisation risquant de laisser les lecteurs sur leur faim.



Ed. Le Cavalier Bleu,  
collection idées reçues, 2006  
ISBN 978-2-846701303

## La schizophrénie

par Bernard Granger & Jean Naudin

Ce petit livre (format carnet) de seulement 127 pages, écrit dans une langue claire, simple et agréable, est subdivisé en 4 parties suivies d'une conclusion volontairement assez optimiste (*peut-être un peu trop, mais comment reprocher aux auteurs pareil parti pris?*). En accord avec la philosophie de la collection "Idées reçues" de l'éditeur, chaque partie du livre (Description clinique, Evolution-épidémiologie, Causes, Traitement) est construite à partir d'une ou plusieurs idées reçues qui ont toujours cours, qui peuvent comporter une part de vérité, tout comme elles peuvent n'être qu'erronées ou superstitions. A chaque fois, les auteurs expliquent où se trouvent les erreurs et comment elles ont pris naissance, et quelle est la part de vérité qu'elles peuvent comporter.

Il en résulte un tableau global des affections schizophréniques et de leurs conséquences (psychologiques, biologiques, individuelles, sociales et économiques) tout à la fois remarquablement concis et bien plus complet et parlant que celui de bien d'autres ouvrages antérieurs sur le même sujet, pourtant souvent plus ambitieux et toujours plus verbeux.

C'est là une lecture accessible à tous qu'on ne peut que vivement recommander à tous ceux qui se sentent concernés par les affections psychotiques.



Ed. John Libbey Eurotext,  
Paris 2003.  
ISBN 2-7420-0430-0

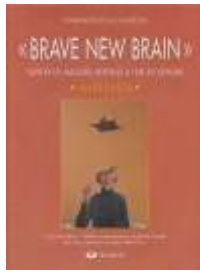
## Génétique de la schizophrénie

par Florence Thibaut,  
Thierry d'Amato,  
Dominique Campion

Voici un petit livre (146 pages) qui, enfin, nous change agréablement de la plupart des livres écrits originellement en français traitant de la schizophrénie. Ici, le texte est simple et direct, on ne s'embarrasse pas de circonlocutions, on parle de faits et, manifestement, les auteurs, psychiatres mais aussi scientifiques et chercheurs, montrent bien qu'ils savent de quoi ils parlent.

Comme l'annonce le texte figurant au dos de la couverture, "Ce livre s'adresse avant tout aux médecins, étudiants et chercheurs, mais son approche le rend également accessible à de nombreux lecteurs qui sont confrontés à la schizophrénie, afin qu'ils y puisent des éléments de compréhension."

Je souhaite à ce livre qu'il soit aussi accessible à un public profane le plus large possible, et ne peux que me réjouir de l'initiative, rare mais combien nécessaire, ainsi prise par les auteurs pour tenter de démystifier et de clarifier un sujet qui, d'habitude, est prétexte à tant de mystifications de la part de pseudo-professionnels et d'experts autoproclamés.



Ed. De Boeck, 2004.  
Neurosciences & cognition  
ISBN 978-2804144067

## Brave new brain

par Nancy Andreasen

### Vaincre les maladies mentales à l'ère du génome

Madame Nancy C. Andreasen est médecin psychiatre et professeur de psychiatrie. Ses très nombreux travaux, en particulier d'imagerie cérébrale, en ont fait une personnalité et une autorité mondialement reconnue.

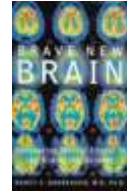
Son expérience personnelle de l'étude des affections mentales psychotiques, des troubles anxieux et des démences lui a permis de nous proposer, avec ce livre, un remarquable texte de vulgarisation à l'intention du public profane qui, sans céder à la facilité d'une simplification excessive, permet néanmoins

au grand public d'accéder à une information actualisée sur ce que les techniques récentes d'imagerie cérébrale, d'électroencéphalographie assistée par ordinateur, d'exploration du génome (génétique et génomique), etc., etc., sont en train de nous apprendre sur le fonctionnement de notre cerveau et sur la nature et les origines de ses dysfonctionnements.

L'auteur, tout en montrant que les affections mentales sont très indiscutablement "de la biologie", n'oublie cependant pas de rappeler que la distinction entre "physique ou organique" et "psychologique ou psychique" peut fort bien n'être que très artificielle et arbitraire, et que, de toute évidence, l'un et l'autre de ces aspects ne peuvent avoir d'existence indépendante.

C'est là un livre important qui, jusqu'à présent, n'a pas d'équivalent. Sa longueur (*quelque 440 pages*) ne devrait pas effaroucher le public ni le détourner d'une lecture que beaucoup devraient trouver passionnante.

Titre original  
BRAVE NEW BRAIN  
Conquering Mental Illness  
in the Era of The Genome



Oxford University Press  
2001  
ISBN 978-0195145090



Ed. Odile Jacob 2006.  
ISBN 2-7381-1846-1  
(209 pages, 21 €)

## La schizophrénie

par le Pr. Nicolas Franck

### La reconnaître et la soigner

Voici un livre dont le grand intérêt est d'avoir à la fois clairement mis l'accent sur l'origine et la nature *biologiques* des troubles schizophréniques, tout en évitant la plupart des pseudo-explications philosophico-psychologiques qui, depuis des décennies, encombrant la majorité des publications francophones grand public abondant "la" schizophrénie.

Quoique dès l'introduction, l'auteur, après et avec tant d'autres, ait commis l'erreur fondamentale de raisonnement consistant à penser qu'on peut "...pour mieux comprendre la schizophrénie, se mettre à la place des patients qui en souffrent, [...], afin de mieux les comprendre..." (p. 12), il ne s'est pas inutilement acharné à nous resservir les sempiternelles explications imaginaires dont on nous rebat habituellement

les oreilles. Il en résulte une première partie (les deux premiers tiers) de texte consacrée à la description simple de l'affection, description qui devrait être particulièrement appréciée des proches des malades pour sa clarté et pour son rejet raisonnable (rationnel) des interprétations, appréciations et jugements moraux qui accompagnent encore trop souvent les représentations habituelles des troubles schizophréniques.

La deuxième partie de l'ouvrage, un peu plus courte (environ un tiers) est consacrée aux traitements et aux soins. Elle évoque tous les soins aujourd'hui existants, depuis les plus anciens (parfois abandonnés), jusqu'aux plus actuels (souvent encore seulement aux stades de la recherche). L'auteur fait état de ces traitements et de ces soins pour manifester son optimisme quant à l'amélioration qu'il espère de la prise en charge et de la qualité de vie des malades. L'auteur ne nous dit malheureusement pas combien de centres psychiatriques aujourd'hui existent où ces soins et moyens diagnostiques modernes sont mis en oeuvre, ni quels sont les nombres de soignants infirmiers psychiatriques bien formés à ces soins et traitements, existant aujourd'hui en France (en dehors, sans doute, de l'hôpital où lui-même il exerce) et qu'il serait important de pouvoir comparer aux nombres de malades qui devraient pouvoir y avoir accès ou y faire appel.

Des références bibliographiques figurent en fin d'ouvrage. On regrettera pourtant que, si elles sont bien regroupées par chapitres, elles ne sont pourtant pas indexées, ce qui ne permet pas au lecteur d'en établir la correspondance précise avec le texte.



John Libbey Eurotext,  
Paris 2004.  
ISBN: 2-7420-0495-5

## Schizophrénie et cognition

Récemment paru dans la même collection que "Génétique de la schizophrénie" (Florence Thibaut et al.), le présent opuscule de 131 pages est, paraît-il, destiné aux cliniciens (c'est-à-dire des professionnels), et a pour objectif de "fournir des informations sur l'état actuel de la schizophrénie" (sic). Il paraît aussi, selon le texte figurant au dos du livre, que "cet ouvrage [...] propose de nouvelles pistes qui permettront l'application de procédures expérimentales novatrices en psychopharmacologie qui pourraient être étendues à d'autres pathologies psychotiques."

Charles-Siegfried Peretti (psychiatre),  
Patrick Martin (neuropharmacologue),  
et Florian Ferreri (psychiatre),  
travaillant dans les Services de psychiatrie  
de l'Hôpital Saint-Antoine à Paris.

Ce livre a le grand mérite d'accorder, enfin! aux déficits des fonctions cognitives dont sont atteints, avec des sévérités diverses, les malades diagnostiqués schizophrènes,

l'attention que ces déficits méritent: en les énumérant, en montrant l'importance que chacun d'eux peut prendre dans la genèse des tableaux cliniques présentés par les malades. Voilà pourquoi il figure ici.

Mais seulement bien peu de nos psychiatres et psychothérapeutes, belges et plus généralement francophones, ont jusqu'à présent accepté de consacrer des efforts suffisants à l'identification fiable, à l'évaluation rigoureuse et à la remédiation contrôlée de ces déficits. Ces tâches devant en effet s'adapter à chaque malade personnellement, on imagine aisément qu'elles requièrent beaucoup de temps et des équipes d'un personnel spécialisé bien formé, bien rodé et nombreux dont je soupçonne que, dans notre pays du moins, - mais en France sans doute également - les représentants n'existent pas à un grand nombre d'exemplaires. Je ne crois pas non plus que les moyens de recrutement et d'enseignement pour pareille formation existent dans notre pays, ni même qu'il ait été envisagé de les trouver.

On nous dit aussi que "Les effets de la réhabilitation cognitive dans les schizophrénies sont utiles et significatifs." Mais on omet de nous dire que le suivi des malades n'étant pratiquement jamais assuré, personne n'est en mesure de garantir, en toute connaissance de cause, la persistance à long terme de ces effets! Ces basses contingences pratiques dont dépend à l'évidence et dans une large mesure le succès des "procédures novatrices" dont parlent les auteurs (mais qu'ils laissent prudemment indéfinies) ne sont aucunement évoquées par les trois auteurs.

De plus, quoique je pense que l'accent mis sur les fonctions cognitives (et surtout de la mémoire) constitue un progrès dont on ne peut que se réjouir, le neuromorphologiste, anatomiste et cytologiste que j'ai été ne peut se défendre d'un certain malaise et de scepticisme quant à une approche psychologique et arbitrairement (théoriquement) conceptualisée des fonctions cognitives des schizophrènes. Pareille vision, tout en reconnaissant la multiplicité des tableaux cliniques, veut néanmoins leur trouver un socle commun, comme pour sauvegarder malgré tout la légitimité de l'appellation unique de "schizophrénie" à laquelle on ne s'accroche qu'en vertu d'une pétition de principe et par respect pour l'autorité des vieilles gloires fondatrices de la psychiatrie.

Le fossé qui sépare encore cette conceptualisation de sa validation par les données neuroanatomiques, neurocytologiques et neurophysiologiques disponibles (sur lesquelles les auteurs restent pour ainsi dire muets, c'est ce qu'ils appellent la "lathoméniologie"! est encore bien trop profond pour espérer tirer de leurs théories des thérapeutiques confirmées à adopter dans l'immédiat.

Espérons néanmoins que les professionnels à qui ce livre est destiné pourront disposer des moyens matériels et humains, et auront la motivation ainsi que les connaissances requises pour parvenir à mettre en oeuvre les recommandations (?) et techniques (?) préconisées par les trois auteurs.



Ed. Masson  
(Les âges de la vie)  
Paris 2006.  
ISBN 2-294-01310-7

## La schizophrénie de l'adulte

### Des causes aux traitements

Mohamed Saoud  
& Thierry d'Amato

Préface du professeur Jean Dalery

Voici un livre peu volumineux (quelque 235 pages au format A5) dont on nous dit (*en 4<sup>ème</sup> de couverture*) qu'il s'adresse à des lecteurs psychiatres, psychologues, neurologues, spécialistes en neurosciences, étudiants en psychiatrie et en psychologie. Il n'a manifestement pas été rédigé à l'intention d'un public de profanes, même si ceux-ci, et parmi eux tout particulièrement l'entourage des malades, sont intéressés au premier chef et impatients de connaître les progrès de la recherche sur les schizophrénies et leurs traitements, mais il prétend, conformément aux buts affichés de cette collection, proposer aux professionnels et apprentis professionnels (étudiants) de la santé mentale, une "approche complète" (sic) *nosologique, clinique, thérapeutique et socio-économique* des problèmes propres à ces pathologies.

On peut toutefois se poser la question de savoir si "l'approche complète" qu'un tel sujet aurait sans nul doute méritée n'était pas une tâche bien trop ambitieuse et hors de portée d'un ouvrage *de longueur pour le moins fort modeste, même si et précisément si* ce petit livre visait [*vraiment*] à [*n'*] instruire et [*ne*] mettre à jour sérieusement [que] les seuls professionnels, de l'état actuel des connaissances dans un domaine *extraordinairement étendu, complexe et en pleine évolution (et, pour bien faire, exigeant, de tous ces lecteurs-là qu'ils fassent appel à des connaissances approfondies préalablement acquises et bien digérées à partir d'un corpus encore toujours très ouvert de disciplines multiples)*.

D'entrée de jeu, le préfacier attribue à l'ouvrage le "très grand mérite" de "*faire le point sur les progrès spectaculaires accomplis ces dernières années dans notre compréhension du trouble schizophrénique*." (page v) (le soulignement est de moi). Il appartiendra au lecteur averti de décider si c'est effectivement sa "compréhension" des schizophrénies qui, elle aussi, aura progressé au terme de sa lecture. Je ne suis pas sûr de pouvoir personnellement partager sans réserves cet espoir qui me paraît délibérément, résolument trop optimiste à l'heure actuelle.

Le mérite de ce livre est d'avoir enfin, sans trop de concessions, mis l'accent sur la nécessaire matérialité biologique des causes et des mécanismes responsables des manifestations des troubles schizophréniques. Cela n'est pas rien et mérite en effet d'être salué, alors que les idéologies, les croyances infondées et les superstitions continuent d'être diffusées à ce sujet et de guider bon nombre de pratiques encore généralement appliquées aux traitements de ces affections.

Le reproche que je serais tenté d'adresser à l'ouvrage est de *ne pas attirer l'attention sur le fait que la grande majorité des "preuves" sur lesquelles la psychiatrie prétend se baser, telles qu'elles sont rapportées dans l'abondante bibliographie citée (pas toujours référencée), ne sont en fait pas des relations de "cause à effet", mais plutôt des corrélations, c'est-à-dire ce qu'en langage courant on pourrait appeler des coïncidences systématiques (des "preuves" circonstancielles ou présomptions), ou encore ce sont des hypothèses certes plausibles, mais qui demandent à être vérifiées ou falsifiées pour être de vraies preuves*. Dans leur état présent, elles ne font pas "comprendre" réellement la nature des troubles, ni les succès comme d'ailleurs les échecs des thérapeutiques actuelles. Et je crois que c'est là un défaut fondamental de la vision psychiatrique que nos enseignants de cette discipline de tradition trop spéculative ne sont pas encore parvenus à surmonter.

(infos sur les auteurs et leurs recherches: voyez <http://ifnl.univ-lyon1.fr/ea4166/index.htm>)



Ellipses Edition  
Marketing S.A., 2004 Paris  
ISBN 2-7298-1939-8

## Les troubles schizophréniques

par David Gourion  
et Anne Gut-Fayand,  
psychiatres à l'Hôpital Sainte-Anne à Paris.

Saluons la parution de ce petit guide (160 pages, ± 9 euros) et remercions ses auteurs pour avoir, enfin! mis à la disposition d'un public francophone jusqu'à présent peu gâté en cette sorte d'information sur le sujet, un livre au contenu compréhensible pour tous, et qui va droit à l'essentiel tout en ne s'encombrant pas d'un flot des considérations pseudo-philosophiques auxquelles de nombreux ouvrages en français sur "la" schizophrénie nous avaient précédemment habitués.

Le texte est clair et simple, ce qui, une fois encore, prouve que clarté et simplicité ne signifient pas simplisme, et que le sérieux, la difficulté et la gravité du sujet n'imposent nullement l'obscurité et l'hermétisme du discours.

Les familles de malades schizophrènes liront avec profit ce petit mais très utile guide. Espérons que, tant en Belgique qu'en France, et pas seulement à l'Hôpital Sainte-Anne, de nombreux psychiatres praticiens se rallieront aux vues et aux suggestions des docteurs Gourion et Gut-Fayand.



Editions Josette Lyon,  
2006 Paris  
ISBN 978-2-84319-149-7

## Comment vivre avec un malade psychique

Ouvrage collectif de l'UNAFAM

Voici, rédigé par des responsables de la plus importante association française oeuvrant en faveur des "malades psychiques" et de leurs familles, un livre de 212 pages dont le titre semble promettre beaucoup. C'est ce qui a justifié de le faire figurer ici. Selon le texte de 4ème de couverture, cet ouvrage a pour but annoncé d'apporter (par ses "conseils concrets") de l'aide aux familles dont un membre est atteint d'une affection psychotique chronique.

La lecture de ces 212 pages laisse malheureusement, pour de multiples raisons, un sentiment de profonde déception. En effet, si, comme on nous le dit au dos du livre, 13500 familles membres de l'UNAFAM "sont passées par là", les rédacteurs de "*Comment vivre avec un malade psychique*" ne semblent pas s'être vraiment souciés

de faire écho, ni à leurs expériences vécues, ni à leurs revendications. Quoiqu'en dise le titre, je n'ai pas trouvé dans toutes ces pages qu'il ait été "concrètement" répondu à la question qui est le titre du livre.

Les rédacteurs de ce livre ont également commis l'erreur de rassembler en un seul texte les principales pathologies "psychiques" (et, sans doute par souci de brièveté, n'ont pu qu'en faire des présentations trop sommaires). Ils semblent n'avoir pas compris que, par exemple, *on ne vit pas* avec un malade schizophrène comme *on vivrait* avec un patient bipolaire et que chaque malade est une personne unique vivant des circonstances de vie uniques, pour laquelle des règles générales et vagues ne peuvent être prescrites, mais qu'elles doivent être élaborées au cas par cas, sauf à être inapplicables.

Dans l'énumération de ce que les auteurs appellent "l'offre de soins diversifiée de la psychiatrie" (en France), on chercherait en vain (ce serait pourtant le B.A.-BA) ce qui est effectivement et pratiquement mis en oeuvre et accessible aux malades, et ce qui ne sont, aujourd'hui encore, que des voeux pieux (*et pourtant, les familles "passées par là" ont appris à faire cette distinction, et elles pourraient aider les familles nouvelles venues en leur évitant les démarches inutiles*).

Tout le livre pourrait se limiter aux trois dernières phrases de la "conclusion" (p. 190):

*"Les familles doivent s'informer sur la maladie pour savoir à quoi elles sont et seront confrontées. Elles peuvent chercher un partenariat avec les médecins. Devant la maladie, il leur faut garder le sens du réel, être là, ni trop proches ni trop loin, avoir des attentes réalistes et espérer qu'un mode de vie adéquat sera trouvé." (autrement dit: aide-toi toi-même, le ciel t'aidera peut-être).*

Il manque au titre du livre le point d'interrogation qui s'imposait. Cette omission ne signifie pourtant pas qu'il ait été répondu à la question. C'est dommage.





Ed. Odile Jacob 2002.  
ISBN 2-7381-1119-X

## L'homme de vérité

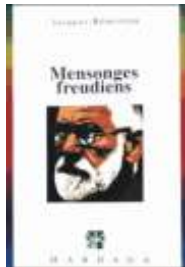
par Jean-Pierre Changeux

Bien que ce livre n'aborde pas les problèmes posés par les "maladies" mentales, il montre bien l'importance que la biologie moléculaire et la génétique ont récemment prise dans la compréhension du fonctionnement de notre cerveau.

L'auteur montre aussi fort clairement que génétique ne veut surtout pas dire prédestination, comme pourtant on l'entend encore dire, même par des médecins jouissant d'une certaine réputation.

Il montre tout aussi clairement, et de façon fort convaincante, que biologie ne signifie aucunement évacuation ou même négation du "psychisme".

Les rôles respectifs de la génétique et de l'épigénèse dans le développement cérébral sont esquissés de manière fort suggestive.



Ed. P. Mardaga, 2002.  
ISBN 2-87009-814-6

## Mensonges freudiens

par Jacques Bénesteau

Voici un ouvrage, enfin en français, s'appuyant sur des documents et des faits plutôt que sur des racontars et des fabrications, qui éclaire sans complaisance les origines, la vraie nature et le vrai bilan thérapeutique de la psychanalyse.

Il démontre au lecteur de bonne foi mais critique, que tout l'édifice de la psychanalyse n'est qu'une immense fiction, une construction fantasmatique, un tissu rapiécé de fictions remaniées au fil du temps et selon les besoins du maître, une religion révélée de nature sectaire ne souffrant ni la contradiction ni l'examen critique, bref l'antithèse d'une démarche scientifique. Il se trouvera, bien sûr, quantité de personnes qui, soit parce qu'elles y ont cru pendant des décennies, soit parce qu'elles ont tiré - et, peut-être, tirent encore - de sa pratique des avantages personnels, se récrieront à la lecture

de ce livre. Elles se refuseront à admettre qu'elles ont été bernées par la religion de la psychanalyse et par ses adeptes faussaires, peut-être aussi parce qu'elles ne demandaient que cela et qu'il leur faudrait aujourd'hui, soit reconnaître leur infinie crédulité passée, soit se déjuger, volte-face toujours délicate à négocier.

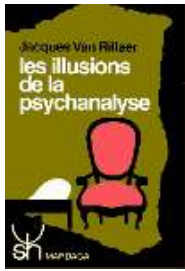
D'autres inconditionnels de la psychanalyse condamneront ce livre sans même le lire et prêteront à son auteur des affirmations qu'il n'a jamais écrites, des intentions qu'il n'a jamais laissé entendre mais, qu'à cela ne tienne, élèves dociles vénérant le maître, singeant à leur tour leur idole Sigmund quand, par exemple, celui-ci décrétait d'autorité que Léonard de Vinci aurait été homosexuel et aurait rêvé d'un vautour (?) dont la queue, emblème phallique (?), lui aurait caressé les lèvres, ils accuseront l'auteur - sans l'avoir lu - de vouloir réduire l'homme à un "superordinateur". N'en étant plus à un paradoxe ni à une contradiction près, ils tenteront d'assimiler les scientifiques à de "mécanicistes" béotiens "en éternel conflit avec les humanistes", étalant ainsi leurs incommensurables ignorances qui n'ont d'égale que leur obstination à les préserver. Faut-il leur rappeler tous les scientifiques lauréats du prix Nobel dont les écrits très humanistes semblent avoir échappé à leur vigilance?

On ne peut guère espérer que les adeptes dogmatiques de la psychanalyse se laissent convaincre par la lecture de ce livre. Mais nous le recommandons vivement à tous les lecteurs honnêtes et de bonne volonté. Et pour rappeler à nouveau que *vrais scientifiques* et *vrais humanistes* ne sont aucunement en conflit, nous conseillons aussi la lecture du livre du Dr Damasio (un scientifique et un humaniste) intitulé (en français) "Spinoza avait raison".

*Nous avions prédit que ce livre, ne pouvant évidemment pas plaire aux actuels héritiers spirituels de Freud et Lacan, ceux-ci s'arrangeraient pour faire jeter l'anathème sur l'ouvrage sans même qu'il soit lu. C'est ce qu'un certain nombre d'organes de la "grande presse" française n'ont pas tardé à faire. Puisque Freud était juif, en tracer un portrait peu flatteur ne pouvait être - selon des échoitiers dévots (bigots) de psychanalyse et de ses séides - que le reflet de l'antisémitisme de l'ouvrage. Et vive les insinuations, à nous les amalgames!*

*Je continue pourtant de conseiller aux personnes de bonne foi de lire ce livre: elles pourront ainsi, elles aussi, se convaincre par elles-mêmes que le livre très bien documenté de Jacques Bénesteau ne contient pas la moindre trace d'antisémitisme.*

(J.D., juin 2005)



Pierre Mardaga édit.,  
Sprimont (Belgique) 1980  
4ème édition 2004.  
ISBN - 2-87009-128-1

## Les illusions de la psychanalyse

par Jacques Van Rillaer

Si le magnifique livre de Jacques Van Rillaer ne nous parle pas directement, explicitement, des maladies mentales chroniques qu'on regroupe sous le nom de psychoses, néanmoins toutes les personnes qui, de près ou de loin, ont affaire aux professionnels de la "Santé Mentale" - et tous ceux qui s'intéressent à la culture contemporaine, devraient lire cet ouvrage. En effet, la culture de notre société, dans tous ses aspects, dont en particulier la psychiatrie, est encore toujours profondément imprégnée par plus d'un siècle de prosélytisme psychanalytique; beaucoup de gens s'imaginent encore toujours que la psychanalyse serait une science qui permettrait de soigner, voire guérir des maladies mentales.

Comme le titre du livre l'annonce sans ambiguïté, c'est là une illusion. La psychanalyse, c'est une sorte de religion révélée dont, dans certains milieux, il peut paraître de bon ton de se targuer. Et, de façon fort claire, agréable à lire pour tout un chacun et jamais ennuyeuse, le Professeur de psychologie Van Rillaer nous explique en quoi, réellement, consiste la psychanalyse. Et on comprend alors pourquoi une psychiatrie moderne ne devrait surtout s'en inspirer en rien.

Un seul petit regret pourtant, qui s'adresse plus à l'éditeur qu'à l'auteur lui-même: la première édition est parue en 1980, il y aura donc bientôt un quart de siècle de cela. La présente réédition de cet ouvrage devenu, à cause de son succès, depuis longtemps indisponible, est particulièrement bienvenue, et les familiers du sujet savent que le livre n'a pas pris une ride. J'aurais pourtant souhaité quelques mots d'introduction à l'édition présente (la 4ème), ne fût-ce que pour rappeler qu'aujourd'hui encore et malgré ce qu'ils ne manqueront sûrement pas de dire, peu de choses ont changé chez les "psys", et la psychanalyse continue à répandre des illusions bien souvent fort néfastes.



Odile Jacob édit.,  
Paris 2003.  
ISBN 2-7381-1345-1

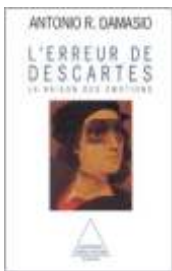
## Psychologie de la vie quotidienne

par Jacques Van Rillaer

Voici un livre dont la simplicité du vocabulaire dénué de jargon, la clarté des explications et le choix des exemples illustrant le propos, tout cela devrait donner au lecteur le sentiment qu'il comprend les buts et les moyens de la psychologie mieux qu'il n'a jamais pu le faire grâce à d'autres auteurs.

Mr Van Rillaer montre que la psychologie "scientifique", n'est pas une discipline mystérieuse qui échapperait à la compréhension des profanes, ou qui serait réservée à quelques "scientifiques en blouse blanche" griffonnant des formules cabalistiques sur leurs calepins et murmurant des sortes d'incantations dans un jargon incompréhensible au commun des mortels.

L'auteur montre qu'on parle de buts et de moyens très raisonnables et, somme toute fort logiques pour explorer, comprendre, "gérer" ses sentiments, ses pensées, ses émotions, ses comportements, ses actions et ses buts. Et il nous montre aussi que ces préoccupations de la psychologie, ce sont celles de l'humanité depuis toujours, c'est-à-dire celles des grands philosophes, mais aussi des petits philosophes au quotidien que la plupart d'entre nous sommes parfois. Il nous prouve que la psychologie "scientifique" apporte aujourd'hui des réponses à des questions qu'on croyait encore inabornables il y a peu, et qu'elle peut, pour cela, employer un langage compréhensible à tous.



Ed. Odile Jacob, 1997.  
ISBN 2-73810-303-0

## L'erreur de Descartes

par Antonio R. Damasio

L'erreur de Descartes, c'était de vouloir faire, de l'esprit (l'âme) et du corps (le cerveau) deux entités distinctes, séparées et peut-être indépendantes l'une de l'autre.

Cette représentation est erronée mais perdure encore aujourd'hui, non seulement dans les habitudes de pensée d'une grande majorité de personnes, mais aussi chez de nombreux psychologues, psychothérapeutes et même médecins psychiatres.

Les nombreux arguments scientifiques récents en faveur d'une vision différente sont très agréablement et clairement présentés par le Dr Damasio, neurologue d'origine portugaise émigré aux U.S.A.

Titre original  
**Descartes' Error**



Avon Books  
New York 1994  
ISBN 0-380-72647-5



Ed. Odile Jacob, 1999.  
ISBN 2-73810-738-9

## Le sentiment même de soi

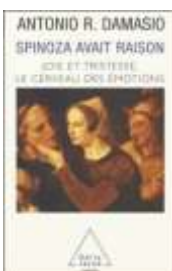
par le Dr. Antonio R. Damasio

Ce beau livre du Dr Damasio permet à tous de comprendre pourquoi et comment les humeurs et les sentiments sont indissociablement liés aux décisions que nous prenons tous les jours et sont nécessaires pour que notre pensée rationnelle (logique) prenne du sens, alors qu'en général, nous avons tous tendance à croire que sentiments et rationalité devraient rester strictement séparés.

Titre original  
**The Feeling of  
What Happens**



Harcourt Brace & Co  
1999  
ISBN 0-15-100369-6



Ed. Odile Jacob, 2003.  
ISBN 2-7381-1264-1

## Spinoza avait raison

par Antonio R. Damasio

Le Dr Damasio signe ici son dernier livre en date. Quoique la dépression y soit évoquée, il n'y est pas question de schizophrénie, par exemple. Mais le neuroscientifique d'aujourd'hui rejoint Spinoza, le philosophe méconnu d'autrefois, l'élève de Descartes qu'on a voulu oublier parce qu'il ne distinguait pas l'esprit du corps, mais qu'il voulait qu'ils soient tous deux faits d'une seule et même matière. Et tout le livre est une éclatante démonstration que les neurosciences, bien loin de "réduire l'homme à un superordinateur", montrent au contraire qu'il est bien une extraordinaire machine de chair et de sang capable, au fil des innombrables millénaires d'évolution, par l'immersion dans la nature et le contact avec ses semblables, de se modifier elle-même, c'est-à-dire de faire preuve d'esprit.

Titre original  
**Looking for Spinoza**



Harcourt, Inc.  
New York 2003  
ISBN 0-15-100557-5



Ed. Odile Jacob, 2000.  
ISBN 2-73810-786-9

## Comment fonctionne l'esprit

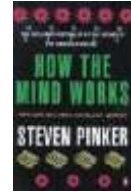
par Steven Pinker

Écrit avec beaucoup d'humour, ce livre fait un remarquable contraste avec les traités de psychologie intuitive auxquels nous ont habitués, pendant des décennies, des psychologues spéculatifs décrivant des comportements et leur attribuant des mécanismes et des "motivations" imaginaires et souvent fumeuses.

L'auteur nous montre comment les actuels psychologues et neuropsychologues choisissent des hypothèses de travail et comment ils peuvent ensuite les tester. Même si la volonté affichée de privilégier une certaine psychologie "évolutionniste" peut, parfois, entraîner l'auteur dans des

raisonnements discutables qui peuvent prêter à sourire plus qu'à vraiment nous convaincre tous, ce livre est un foisonnement d'exemples et d'idées et relie l'esprit au cerveau mieux que pas mal de traités prétendument plus sérieux (mais bien plus dogmatiques et ennuyeux!)

Titre original  
**How the Mind Works**



Penguin Books Ltd  
London 1998  
ISBN 0-14-024491-3



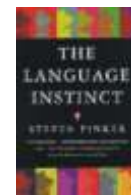
Ed. Odile Jacob, 1999.  
ISBN 2-73810-666-8

## L'instinct du langage

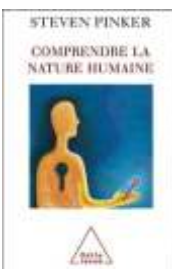
par Steven Pinker

La capacité innée du langage symbolique, son origine "biologique", ce qui en fait la caractéristique unique, c'est-à-dire "réservée" à l'espèce humaine, tout cela est magistralement exposé dans ce livre qu'on pourra certes lire d'une traite, mais auquel on ne se lassera pas de revenir, car il pourfend joyeusement quantité d'idées reçues sur le langage et ses rapports avec la pensée et la manière dont notre cerveau les combine.

Titre original  
**The Language Instinct**



Penguin Books Ltd  
London 1994  
ISBN 0-14-017529-6



Ed. Odile Jacob, 2005.  
ISBN 2-73811-588-8

## Comprendre la nature humaine

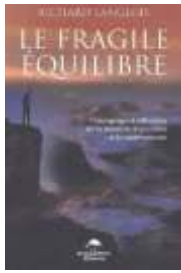
par Steven Pinker

Quel est le rapport avec les maladies mentales, ou avec la "santé mentale"? C'est celui du débat parfaitement faux (parce qu'il est généralement mal posé) au sujet des rôles de l'inné et de l'acquis, qu'on nous ressert à tout propos, et particulièrement lorsque, à la suite des psychanalystes, certains psychologues, mais aussi des pédagogues, des anthropologues, des sociologues, éducateurs, philosophes, des "autorités morales" et même des politiques, s'obstinent à prétendre et voudraient nous convaincre, aujourd'hui encore, que les affections mentales sont la conséquence de nos modèles sociaux, de notre culture, de notre éducation.

Titre original  
**The Blank Slate**



Penguin Putnam, 2002  
ISBN 0-67-003151-8



Ed. Le Dauphin Blanc (2004)  
C.P. 55, Loretteville,  
Québec, G2B 3W6, Canada.  
ISBN 2-89436-123-8

## Le fragile équilibre

par Richard Langlois

Témoignage et réflexions sur la maniaque-dépression et sur la santé mentale.

Voici, dans un français agréablement et discrètement parfumé d'accent canadien, un témoignage de "première main" au texte simple et direct, sur ce que peut être, pour celui qui la vit, la maniaque-dépression ou trouble bipolaire.

Dès l'Introduction, l'auteur nous met lui-même en garde et nous prévient: "*Je vous suggère de lire mon épisode comme étant celui d'une seule personne, en gardant toujours à l'esprit que chaque individu passant par la maniaque-dépression ou la dépression le vit à sa manière. Chacun des cas est donc unique.*"

Cependant, la description des épisodes psychotiques maniaques, dont l'auteur garde un souvenir exceptionnellement précis et vivace, ne manquera pas de frapper, par sa

véracité, tous ceux qui ont vécu ou vivent encore avec un malade mental psychotique chronique, qu'il soit bipolaire ou souffre de schizophrénie.

Pour pouvoir écrire son livre (229 pages), Mr Langlois a dû surmonter les nombreux handicaps que son affection entraîne, et pourtant tout le livre respire le courage et l'optimisme. C'est donc une lecture instructive, "anti-déprime" et "anti-stigmatisation" qui devrait être bien accueillie par un public francophone habituellement peu gâté par la littérature spécialisée concernant la "santé mentale".



www.lulu.com  
Paris 2010.  
ISBN 978-1-4461-8391-5

## La voie des maux

par Fabien le Bihan

En 4ème de couverture, le commentaire de l'éditeur nous dit:

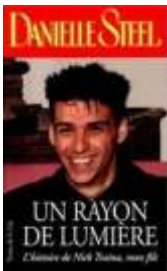
"*La voie des maux* » est la voix de celles et ceux qui n'ont pas forcément les mots, les patients suivis en psychiatrie en général et celles et ceux souffrant du syndrome de la schizophrénie en particulier. L'auteur témoigne ici dans un style affirmé et avec une force incroyable de son expérience de schizophrénie sur 40 ans. Voilà enfin un livre qui changera les regards sur ce syndrome."

Bien plus qu'un "autre regard sur ce syndrome" (car le syndrome n'est pas généralisable), le texte de Fabien Le Bihan devrait attirer l'attention du lecteur et le faire réfléchir sur les innombrables et insupportables conséquences très pratiques de tous ordres et de toutes natures (individuelles et personnelles, familiales, sociales, matérielles, etc.) dont l'ignorance et l'incompréhension générales entourant encore

toujours les affections mentales psychotiques dans le grand public sont responsables, alors qu'on en parle si peu; sauf pour ne véhiculer habituellement que des préjugés stigmatisants.

Mr Le Bihan a fait preuve d'un courage exceptionnel en parvenant à produire cet ouvrage. Il ne nous invite pas à changer les regards sur un syndrome, mais sur des personnes. Il faut lire son livre pour mieux connaître et comprendre les victimes de cette affection, pour ne plus en faire, très stupidement, ce qu'ils ne sont certainement pas: de dangereux réprouvés ou des parias.

Signalons aussi qu'outre la version papier (qu'il faut commander via le site [lulu.com](http://www.lulu.com)), "La voie des maux" est également disponible en livre électronique (ou e-book), c'est-à-dire à télécharger au format pdf.



Ed. Presses de la Cité, 1998.  
ISBN 225-805058-8

## Un rayon de lumière

par Danielle Steel

L'histoire de Nick Traina, mon fils

Danielle Steel est un des auteurs contemporains les plus prolifiques et les plus lus au monde. Elle est aussi une mère qui a vécu un long et horrible drame. Son fils Nick a souffert d'une affection mentale psychotique survenue tôt dans l'enfance (maladie étiquetée maniaco-dépression, mais ce diagnostic, tout discutable qu'il soit en fait, n'a que peu d'importance en regard de la réalité vécue). Il s'est suicidé à 19 ans. Danielle Steel a écrit cette histoire avec ses larmes et son sang: pour faire revivre son fils, lui dire et redire qu'elle l'a

aimé plus que tout au monde. Et c'est aussi pour aider ceux qui connaissent des souffrances comparables, liées à des circonstances analogues, qu'elle raconte l'histoire de sa famille et de son enfant dont, malgré tous ses efforts acharnés, elle n'est pas parvenue à prévenir la fin tragique.

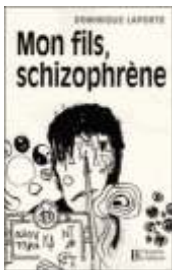
Ce livre est à la fois l'histoire du fils malade et un chapitre autobiographique de la vie de sa mère. En plus d'être un témoignage poignant sur la maladie mentale, il éclaire pour le lecteur toutes les conséquences familiales, sociales, économiques et financières de ces affections dont la plupart des manuels "d'aide psychologique", les "guides" écrits par les professionnels de la "santé mentale" et les traités de vulgarisation psychiatrique ne font qu'effleurer la surface par allusions plutôt pudiques, discrètes et brèves.

C'est principalement pour cette dernière raison qu'il m'a paru important d'en recommander la lecture (même si la traduction en français date déjà de 1998).

Titre original  
**His Bright Light**  
The story of Nick Traina



Delacorte Press, 1998  
ISBN 0-385-33346-3



Bourin Éditeur  
Paris 2008.  
ISBN 978-2-8494-1100-1

## Mon fils, schizophrène

par Dominique Laporte

*Comme le dit avec justesse et fort sobrement la présentation en 4ème de couverture: "Mon fils, schizophrène est le témoignage déchirant de la mère de Xavier, Dominique Laporte. Elle a écrit ce livre pour briser la solitude et l'isolement des familles face à cette maladie qui touche 1% de la population."*

L'auteur est une mère (française) de malade. L'histoire authentique qu'elle raconte se passe en France. Malgré la distance géographique, les différences "socio-culturelles" et les années qui les séparent, on ne peut s'empêcher de rapprocher ce récit de celui de Danielle Steel (une mère américaine) et de celui du Taygète (une mère franco-Grecque): l'un se passe en France, l'autre aux U.S.A., le troisième se déroule en Grèce.

La douleur, les interrogations, les critiques et les colères que les psychoses chroniques engendrent sont les mêmes sous tous les fuseaux horaires, dans tous les pays, dans toutes les langues, elles sont aussi de tous les temps. Ce sont les mères qui en rendent le mieux compte, bien mieux que tous les traités "savants" ne le feront jamais.

## Le fantôme intérieur

par V. S. Ramachandran & S. Blakeslee



Ed. Odile Jacob 2002.  
ISBN 2-7381-1191-2

Le Dr Ramachandran (neurologue) nous décrit un certain nombre des cas neurologiques spectaculaires qu'il a rencontrés dans sa clientèle au cours de ses années de pratique.

Il nous montre que ces patients, qu'autrefois on aurait qualifiés de "fous", sont victimes de lésions organiques de leur cerveau qui ne relèvent pas de la psychiatrie, et qu'il arrive qu'on puisse les soulager par des techniques simples.

C'est un livre écrit de manière intelligible et agréable pour le profane et, ce qui ne gâte rien, son auteur fait preuve de beaucoup d'humour.

Titre original  
**Phantoms in the Brain**



Quill Press  
1999  
ISBN 0-688-17217-2

## Idées folles, idées fausses en médecine

par Petr Skrabanek & James McCormick



Ed. Odile Jacob 1997.  
ISBN 2-7381-0522-X

Tous ceux qui veulent comprendre pourquoi les "conférences de consensus" ne sont pas de la science, ou pourquoi la plupart des politiques dites de "promotion de la santé" (qu'elle soit "somatique" ou "mentale") sont un lamentable gâchis, plus destiné à jeter de la poudre au yeux du public et à satisfaire l'ego des administrations qu'à réellement assurer la santé des populations, auraient intérêt à lire ce petit livre écrit avec humour, incisif et divertissant mais néanmoins fort sérieux.

Titre original  
**Follies and fallacies in medicine**



Tarragon Press  
3rd ed. 1999  
ISBN 1-870-78109-0

## La fin de la médecine à visage humain

par Petr Skrabanek



Ed. Odile Jacob 1995.  
ISBN 2-7381-0343-X

Le Dr Skrabanek a entrepris une salutaire opération de démystification en dénonçant les "promotions de la santé" et les institutions de "santé préventive", cette dernière qu'il rebaptise avec bonheur la "médecine anticipative".

Il nous montre l'escroquerie intellectuelle sur laquelle sont basées les définitions de la santé selon les grandes organisations mondiales qui prétendent la promouvoir et nous en convaincre. Ce qu'il nous en dit, même s'il ne la nomme pas, est valable aussi pour la "santé mentale".

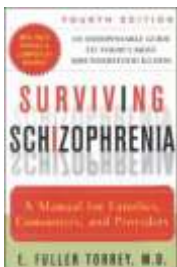
Une saine lecture qui décrasse les idées!

Titre original  
**The Death of Humane Medicine and the Rise of Coercive Healthism**

Social Affairs Unit,  
Bury St Edmunds  
1994  
ISBN  
0-907631-59-2

Ci-dessous, quelques titres de livres en anglais, non encore traduits, dont la qualité exceptionnelle interdisait de les omettre.

- ◆ Surviving schizophrenia *E. F. Torrey*  
*A manual for families, consumers, and providers*
- ◆ The Insanity Offense *E. F. Torrey*  
*How America's Failure to Treat the Seriously Mentally Ill Endangers its Citizens*
- ◆ Crazy *A father's search through America's mental health madness* *P. Earley*
- ◆ Schizophrenia: Medicine's Mystery - Society's Shame *M. Ross*
- ◆ If your adolescent has schizophrenia *R. E. Gur & A. B. Johnson*  
*An essential resource for parents*
- ◆ Schizophrenia revealed *M. F. Green*  
*From neurons to social interactions*
- ◆ Madness on the couch *E. Dolnick*  
*Blaming the victim in the heyday of psychoanalysis*
- ◆ Diagnosis schizophrenia *R. Miller & S. E. Mason*  
*A comprehensive resource*
- ◆ Surviving manic depression *E. F. Torrey & M. Knable*  
*A manual on bipolar disorders*
- ◆ Schizophrenia *M. I. Herz & S. R. Marder*  
*Comprehensive treatment and management*
- ◆ Recovered, not cured *A journey through schizophrenia* *R. McLean*



Quill / HarperCollins 2001.  
ISBN 0-06-095919-3

## Surviving Schizophrenia

par E. Fuller Torrey

### A manual for families, consumers, and providers

Comme le sous-titre l'indique, il s'agit d'un manuel à l'intention des familles, des usagers [des services de soins], des soignants [des "fournisseurs" de soins]. Il est rédigé de telle sorte que les profanes ne devraient éprouver aucune peine à le lire et à en retirer une foule d'enseignements et de renseignements utiles (en anglais).

"Survivre à la schizophrénie" a paru pour la première fois en 1983. Il en est déjà à sa 4ème édition, revue et mise à jour. C'est dire, qu'aux U.S.A. et depuis vingt ans, son succès ne s'est pas démenti. Et ce n'est que justice.

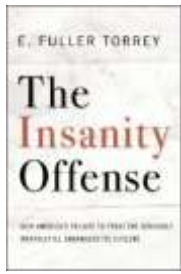
On peut par conséquent se demander comment il se fait qu'il n'existe aucune traduction française de ce livre très important et sans équivalent, tant sur le sujet lui-même que dans la façon de l'aborder.

C'est un livre fort complet sur ce qu'on doit savoir de cette affection mentale grave, des traitements et des soins.

S'il est vrai que les dispositions de sécurité sociale et les lois fédérales et d'états aux U.S.A. sont assez différentes de ce que nous connaissons en Belgique, d'étonnantes convergences apparaissent, liées à l'existence, aux U.S.A., d'administrations et législations fédérales et des états distinctes (deux niveaux de pouvoir), dont les attributions respectives sont à l'origine de difficultés de coordination des soins (ce que l'auteur appelle un "cauchemar bureaucratique"). Cela n'est pas sans rappeler - toutes proportions de dimensions territoriales gardées - les difficultés de notre petite Belgique découlant des conflits de "compétences" entre pouvoirs "fédéral", "régional" et "communautaire" (trois niveaux de pouvoir!)

A la différence d'autres livres, l'auteur de celui-ci, psychiatre et frère de malade, ne mâche pas ses mots. Il dénonce les erreurs "du système" et explique pourquoi les recettes, même bonnes, pour lutter contre la schizophrénie ne marchent pas toujours aussi bien que certains utopistes le prétendent.





W.W. Norton & Company  
New York - London 2008.  
ISBN 978-393-06658-6

## The insanity offense

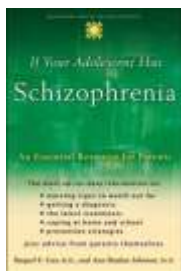
par E. Fuller Torrey

How America's failure to treat the seriously mentally ill endangers its citizens

Le Dr E. Fuller Torrey nous clame non pas une simple dénonciation, mais un impitoyable réquisitoire contre les politiques de santé mentale qui se sont succédé aux U.S.A. et dont il brosse à grands traits l'historique. Il démontre sans la moindre ambiguïté comment la conjonction de la désinstitutionnalisation (*se voulant bienveillante!*) et de la défense idéologique d'une certaine conception (*dite libertaire!*) des "Droits de l'Homme" et de la "Liberté de la personne", sans toutefois les accompagner des moyens matériels ni humains indispensables à leur mise en oeuvre effective, a conduit à un désastre humain, médical et social qui s'est répandu dans un grand nombre des états des U.S.A.

L'absence de traitement adéquat de nombreux malades résultant soit de l'impossibilité juridique de les hospitaliser et traiter malgré eux, soit de l'absence de suivi psychiatrique et thérapeutique obligatoire, a eu des conséquences qui étaient prévisibles mais que, par idéologie et "opportunisme économique", peu de responsables politiques ont voulu reconnaître: le chômage, la misère et l'exclusion sociale, la clochardisation massive, la comorbidité accrue, la multiplication des violences intra-familiales, une recrudescence de la petite délinquance, la discrimination sociale et la stigmatisation des malades assimilés en bloc à des criminels, la répression judiciaire et les incarcérations de femmes et d'enfants malades, les cas spectaculaires (*mais bien plus rares que la presse ne le fait croire*) de crimes de sang montés en épingle et généralisés abusivement à l'ensemble des malades, etc., etc: sous prétexte de "liberté", une paradoxale dérive toute "sécuritaire" et surtout répressive s'est fait jour, nous ramenant à des habitudes d'ancien régime qu'on croyait abolies: les internements carcéraux à répétition aggravant la maladie à défaut de la soigner.

De notre côté de l'Atlantique, le constat du Dr Fuller Torrey devrait très sérieusement nous mettre en garde contre cette tentation de privilégier le tout sécuritaire et le tout répressif au détriment des soins aux malades et au détriment de leur traitement. Cette tentation de notre société est entretenue par l'ignorance des politiques sur ce que sont les maladies mentales chroniques, elle croit se justifier par une rentabilité financière immédiate mais illusoire qu'elle préfère à un effort de solidarité humaine élémentaire qu'elle semble vouloir oublier malgré tous les beaux discours dont cette solidarité est le prétexte.



Oxford University Press  
Oxford New York 2006.  
ISBN 0-19-518212-X

## If your adolescent has schizophrenia

par Raquel E. Gur,  
(M.D., Ph.D.)

& Ann Braden Johnson,  
(Ph.D.)

### An Essential Resource for Parents

Cet excellent petit livre (163 pages) est un guide de bon conseil pour tous les parents confrontés à l'apparition et au développement d'une schizophrénie chez leur enfant.

Il n'existe jusqu'à présent qu'en anglais et je ne connais pas de guide en français qui lui soit équivalent par sa simplicité, son caractère direct sans circonlocutions, le souci des auteurs d'aborder de manière pratique et simple tous les problèmes que posent les conséquences des schizophrénies, que ces problèmes soient quotidiens ou de longue haleine. Les auteurs, des professionnels, n'ont pas hésité à faire appel à des familles de malades pour en recueillir des avis reposant sur leur expérience vécue.

Une des principales recommandations qu'on retiendra parmi tous les précieux conseils que les deux auteurs nous donnent, c'est de ne pas hésiter à rechercher l'aide d'autres familles vivant les mêmes problèmes et, pour ce faire, de s'adresser à une association d'entraide se consacrant à l'aide aux malades et aux familles. C'est là, dans ces associations, qu'aux U.S.A., où semble-t-il une culture d'entraide et de solidarité est peut-être plus répandue que chez nous, on peut obtenir tous les indispensables et multiples renseignements d'ordre pratique, en plus du réconfort qu'apporte la solidarité.

Pareille centralisation des renseignements sur les ressources existant près de chez soi demande une organisation dont j'imagine que nos propres associations belges auraient avantage à s'inspirer.



G.B. PUTNAM'S SON'S.  
New York 2006,  
ISBN 0-399-15313-6

## Crazy

par Pete Earley

### A father's search through America's mental health madness

Ceci est un livre double. *Un beau livre*. C'est le récit poignant, par son père, de l'histoire vraie d'un jeune homme devenu malade mental psychotique (bipolaire? schizoaffectif? schizophrène?). Son père, journaliste, a eu toutes les peines du monde à le faire soigner correctement, parce que les lois américaines, prétendant ainsi respecter prioritairement les libertés individuelles, ne permettent pas d'administrer à un malade mental, s'il le refuse, le traitement médical dont il aurait pourtant impérativement besoin: pour que sa santé ne se détériore pas plus, pour l'empêcher de commettre peut-être des délits, voire un crime, pour lui épargner par conséquent aussi la prison où les traitements psychiatriques sont parfaitement illusoire, et d'où, si

et quand on en sort, on reste à jamais socialement, moralement et physiquement marqué, peut-être définitivement détruit. Alors que tout cela était évitable par un traitement imposé à temps et scrupuleusement poursuivi ensuite.

C'est aussi le reportage terrifiant de ce père, (ex-) journaliste du Washington Post sur le système U.S. de la "Santé Mentale", sur les "annexes psychiatriques" des prisons U.S., et sur les législations absurdes qui, sous prétexte du respect strict des libertés individuelles théoriques, enfoncent les malades mentaux dans leur maladie plutôt que de les aider à s'en sortir. Nos responsables belges de la "Santé Mentale", nos ministres, nos "acteurs et professionnels" de la "Santé Mentale" et les responsables belges de nos "Ligues des Droits de l'Homme" et défenseurs des droits abstraits des malades auraient tout intérêt à lire attentivement cet ouvrage: en effet, la tendance, en Belgique, est de s'aligner sur le modèle U.S. de désinstitutionnalisation (dans les années 1960). Peut-être, s'ils prenaient la peine de cette lecture et d'y réfléchir ensuite, nos "experts" de "Commissions Psychiatrie" de nos diverses associations "de défense des droits" modifieraient-ils enfin leurs conceptions irréalistes et souvent absurdes sur la pratique de la psychiatrie en faveur (?) des malades mentaux chroniques. (*Mais lisent-ils jamais d'autre prose que la leur propre et, peut-être, celle qui, d'avance, leur convient chez les autres?*)



W.W. Norton & Co, Ltd.  
New York 2001.  
ISBN 0393-70418-1

## Schizophrenia revealed

par Michael Foster Green

### From Neurons to Social Interactions

Ce petit livre (207 pages), paru d'abord en 2001, a été réédité en 2003 en format "économique" (broché). Il est simple et d'accès facile.

Destiné à un public de profanes ainsi qu'aux malades et à leurs proches, il retrace brièvement les étapes par lesquelles on est arrivé aux conceptions actuelles sur la nature et les mécanismes de cette affection. L'auteur a voulu baser son livre sur ce qu'il appelle "les trois piliers" de la schizophrénie: les connexions neuronales perturbées, les déficits neurocognitifs, la détérioration fonctionnelle.

Les derniers progrès de la recherche en matière d'imagerie médicale et des médicaments sont passés en revue.

L'auteur insiste sur une distinction que l'on ne retrouve que peu évoquée dans d'autres textes: celle entre les symptômes "psychotiques" et négatifs de l'affection, d'une part, et les signes de déficits neuropsychologiques et cognitifs, d'autre part. Une tendance actuelle des recherches pour les traitements serait de trouver des médicaments plus spécifiques des premiers, et de mettre au point d'autres molécules, susceptibles d'améliorer distinctement les seconds.

Les prometteuses techniques d'imagerie médicale les plus récentes sont rapidement décrites, mais l'auteur reconnaît qu'elles ne sont actuellement affectées qu'à la recherche et non en tant qu'aide au diagnostic. L'approche de la rééducation ("réhabilitation") est également évoquée à propos de la réinsertion sociale, mais l'auteur signale, prudemment, qu'il s'agit d'expériences récentes dont on ne sait pas encore si leurs résultats sont "généralisables" et durables (je remarquerai que de telles tentatives sont menées outre-Atlantique depuis au moins deux décennies avec des résultats discutés).

Le psychologue Michael Foster Green se montre résolument optimiste, mais le lecteur comprend que c'est à long terme.



Bridgeross  
Communications Inc, 2008.  
ISBN 978-0-9810037-0-2

## Schizophrenia: medicine's mystery - society's shame

par Marvin Ross, préface du Prof. Dr David Dawson ([www.cuttingforstone.com](http://www.cuttingforstone.com))

Comme le souligne dans sa préface le Dr Dawson, psychiatre, au moment où Marvin Ross, journaliste canadien anglophone rédige ce livre, il est forcé de conclure de ses enquêtes en Europe, au Canada, aux U.S.A. et en Australie, qu'aujourd'hui encore, le sort des malades mentaux chroniques dans de nombreux pays occidentaux est bien moins bon que ce qu'on imaginait pouvoir espérer dans les années 1960 ou 1970 et ce, malgré les progrès réalisés alors et depuis lors dans nos connaissances scientifiques et dans les traitements, et malgré toutes les ressources dont disposent nos nations dites "développées".

Alors que bien des interventions chirurgicales bénéficient aujourd'hui d'avancées techniques spectaculaires, alors que de nombreuses maladies infectieuses ont été soit

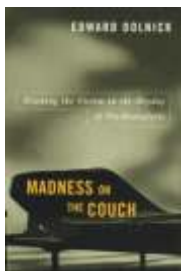
éradiquées, soit dominées, et alors que même le SIDA qui était mortel il n'y a que 20 ans de cela est aujourd'hui devenu une maladie chronique, pourtant qu'en est-il des soins et des traitements de la schizophrénie?

Mr Marvin Ross rappelle que d'après l'OMS, même dans un quart des pays européens, des services de santé mentale adéquats ne sont pas disponibles. Ceci a pour résultat de faire des malades mentaux des SDF et de les jeter en prison. D'autre part, le respect idéologique, inconditionnel et mal compris, des droits de la personne humaine, affiché et appliqué dogmatiquement, sans discernement, a très souvent pour conséquence perverse l'abandon systématique de leur traitement par les malades les plus sévèrement atteints, ce qui réduit à néant les efforts consentis par les services de santé existants et conduit à des résultats aussi mauvais que ceux observés dans les pays où ces services n'existent pas.

Ce livre de 187 pages réparties en 9 chapitres, explique de façon fort simple et brève aux profanes, ce qu'est la schizophrénie et quelles en sont les conséquences pour les malades eux-mêmes et pour leurs proches.

L'auteur s'en tient aux explications simples et concrètes qu'il puise dans son expérience personnelle de "journaliste médical" et d'enquêteur, et dans une bibliographie bien fournie (104 références dont de nombreuses sont aussi récentes que 2007 et accessibles sur internet).

Il tire aussi un bilan critique, lucide et sans complaisance, sur la manière dont nos sociétés modernes prennent soin des malades mentaux chroniques et, ce faisant, il démystifie en passant un certain nombre de superstitions et de contrevérités, sur les causes des affections mentales, dont la "santé mentale" et certains de ses "professionnels" ne sont pas encore parvenus à se débarrasser.



Simon & Schuster 1998.  
ISBN 0-68-482497-3

## Madness on the couch

par Edward Dolnick

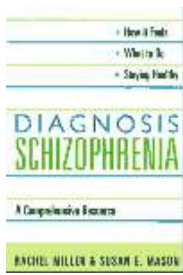
### Blaming the victim in the heyday of psychoanalysis

(A l'apogée de la psychanalyse, on rejetait sur la victime la responsabilité de sa maladie)

L'auteur montre avec une clarté impitoyable comment, par le rejet de la biologie et l'ignorance délibérée des neurosciences, les "théories" et "explications" psychologiques dogmatiques de la schizophrénie, de l'autisme, des TOCS (troubles obsessionnels compulsifs) ont, pendant tout le XXème siècle, encouragé des attitudes irrationnelles et totalement anti-scientifiques, elles ont conduit à des "traitements par la parole", ce qui n'a jamais permis de soulager les malades mentaux de manière notable, mais, au contraire, elles ont encore aggravé leurs souffrances ainsi que celles de leur entourage.

Optimiste pourtant, l'auteur pense qu'aux U.S.A. aujourd'hui, les conceptions des affections mentales psychotiques ont enfin changé, et que l'engouement pour les théories "psychogènes", ces reliques d'une époque révolue, est enfin retombé.

On peut cependant craindre que chez nous, en Belgique, une majorité de nos professionnels n'aient pas encore renoncé à ces "mécanismes psychologiques" imaginaires dont ils ont pourtant toujours été bien en peine de nous démontrer l'existence et d'en définir la nature autre que conceptuelle. Aujourd'hui encore, ils préfèrent l'imagination incontrôlée, l'argument d'autorité et la théologie à la méthode scientifique qu'ils ne comprennent pas, même quand ils prétendent la pratiquer.



Columbia University Press  
New York 2002.  
ISBN 0-231-12624-7

## Diagnosis schizophrenia

par Rachel Miller & Susan E. Mason

### A comprehensive resource

Ce petit livre (192 pages) rassemble les récits de 35 malades, sous la direction des deux auteurs (la première est travailleuse sociale dans un département hospitalier de recherche, la deuxième enseigne dans une Ecole pour travailleurs sociaux). Ont également participé à l'élaboration de ce livre une dizaine de personnes (médecins, éducateurs, psychologues, infirmiers), membres à divers titres (soins, recherche, etc..) du personnel de l'institution où les malades étaient en traitement.

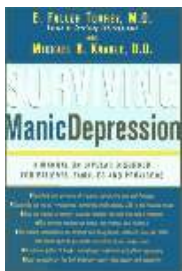
Les récits sont organisés en 17 chapitres qui, très judicieusement et en termes simples, de façon très pragmatique, rencontrent la plupart des questions que les malades, leurs familles, les proches et leurs amis sont amenés à se poser quotidiennement au sujet de "la maladie" et de ses conséquences.

L'ensemble constitue ainsi un remarquable manuel très "pratique" de démystification et d'instruction sur la maladie. Par là, il rassure en chassant l'ignorance et la peur de l'inconnu. Cela n'est pas rien!

Comme tous les livres de vulgarisation sur les maladies mentales, il ne peut évidemment répondre de manière précise à chaque cas particulier correspondant individuellement à chaque lecteur; cependant, la diversité des récits s'efforce, avec un certain succès, de minimiser la tendance aux généralisations abusives que l'on rencontre habituellement dans la plupart des autres ouvrages sur le sujet.

Les deux derniers chapitres sont consacrés aux ressources disponibles (aux U.S.A.) pour aider financièrement et socialement les malades (allocations, logement, traitements, etc.), et indiquent quelques démarches à entreprendre pour y avoir accès. Il y est aussi fait mention des possibilités de revalidation et de formations professionnelles existant dans les différents états des U.S.A.

A ma connaissance, il n'existe pas de livre équivalent en langue française qui s'adresserait à notre public francophone. Plutôt que de le traduire dans notre langue, ce qui produirait sans doute un texte ressenti comme trop éloigné de nos "habitudes" européennes, nos "acteurs" de la "santé mentale" feraient certainement oeuvre fort utile en prenant exemple sur Mmes Miller et Mason: réunir une trentaine (ou plus) de malades "stabilisés" et un nombre indéfini de professionnels *motivés* autour d'un projet de livre comparable et valable *chez nous*. Nos malades à nous seraient-ils à ce point mal soignés qu'on ne puisse songer à le leur proposer? Ou bien, serait-ce une tâche au-dessus des capacités de nos psychiatres à nous? Ou bien encore, serait-ce une approche trop simpliste pour nos "ligues", pour nos administratifs penseurs de la "santé mentale préventive et régionale"?



Basic Books  
New York 2002.  
ISBN - 0-465-08663-2

## Surviving manic depression

A manual on bipolar disorder

par E. Fuller Torrey & Michael B. Knable

Le Dr E. Fuller Torrey nous avait déjà donné un très remarquable et très utile manuel à l'usage des familles de malades schizophrènes (*Surviving Schizophrenia*). Avec son co-auteur Michael B. Knable, il nous offre à présent cet autre manuel, tout aussi complet, sur la maniaco-dépression.

Tant les proches de malades que les soignants - et de nombreux malades eux-mêmes - pourront retirer un grand profit de la lecture de ce livre simplement et fort clairement écrit. Les 16 chapitres qu'il comporte répondent à toutes les questions que le lecteur profane peut se poser: sur les manifestations de la maladie et son évolution, les traitements médicamenteux et les psychothérapies.

Il n'y a malheureusement pas, à ma connaissance du moins, de traduction française disponible à la date présente.



Lippincott Williams & Wilkins  
2002.  
ISBN 0-683-30709-6

## Schizophrenia

par Marvin I. Herz & Stephen R. Marder

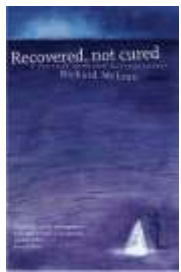
### Comprehensive treatment and management

(sous-titre qui, en français, correspond à peu près à "Tout sur le traitement et les soins".)

Ecrit par deux universitaires, psychiatres chevronnés, ce livre (*un peu coûteux*), d'après ses auteurs-mêmes s'adresse plus aux soignants professionnels qu'au grand public profane. Les auteurs espèrent cependant que les familles de malades puissent tirer profit de sa lecture.

Malgré qu'il n'existe qu'en langue anglaise, je l'ai fait figurer sur cette liste parce qu'il est de parution récente, simple et sans considérations philosophico-politiques oiseuses quoiqu'assez complet. Il constitue un exemple assez caractéristique d'un bon "manuel médical" pour étudiants du graduat, à la manière universitaire. Après l'avoir lu, on ne devrait plus croire ni dire trop d'âneries sur la schizophrénie. Ce n'est pas à dédaigner.

Avec moi, le lecteur profane pourrait cependant regretter le côté un peu théorique ("livresque") de ce livre qui, trop souvent à mon goût, fait l'impasse sur les conséquences pratiques de la maladie et occulte le fait que les connaissances dont les auteurs font état sont le résultat d'études statistiques rétrospectives et parfois d'études et de projets "pilotes" d'ampleur et de durée limitées non généralisables, alors que l'important pour chacun, ce sont en définitive les pronostics individuels, les directives personnelles, les recommandations individuellement utiles ayant une confortable probabilité de succès. Sur cet aspect des choses, les auteurs restent muets, et pour cause.



Allen & Unwin,  
Crows Nest NSW 20065  
Australia  
ISBN 1 - 86508-974-5

## Recovered, not cured

A journey through schizophrenia

(*recovered, not cured signifie en rémission, mais pas guéri*) par Richard McLean

C'est le récit autobiographique d'un jeune australien ayant fait des études d'art pour devenir dessinateur. Il avait des amis et des copains avec lesquels il faisait des virées et, comme beaucoup d'autres, il faisait de la musique dans un groupe. Puis la maladie l'a progressivement envahi: hallucinations, idées délirantes de complots le menaçant, etc. (schizophrénie "paranoïde").

L'auteur nous donne un document exceptionnel par la lucidité avec laquelle il est aujourd'hui capable de décrire ce par quoi il est passé, la mémoire claire et précise qu'il en a gardé. Le texte est parsemé des illustrations que l'auteur malade a lui-même composées pendant ses années de divagations.

Pour encore mieux mettre "en perspective" ce qu'il a vécu, un certain nombre de messages que lui ont envoyé, par internet, des proches et parents de malades - et parfois les malades eux-mêmes - sont reproduits de temps à autre.

Ce texte montre à nouveau clairement que chaque "cas" de schizophrénie est en quelque sorte unique, et que c'est l'affection mentale de la personne atteinte qui transforme sa vie en un cauchemar invivable, et non pas les circonstances de sa vie (*matérielles et psychologiques, ou culturelles et de société*) qui seraient à l'origine ou la cause de la maladie.

Et il nous dit, tout aussi clairement, qu'il parvient à vivre maintenant grâce aux médicaments qu'il prend, il sait d'expérience qu'il ne peut s'en passer mais il s'en accommode.