

## Expérience de schizophrénie



### 1<sup>ère</sup> partie :

Par un accueil chaleureux à l'Esplanade de Porrentruy, j'ai découvert ce qu'était la schizophrénie. En m'informant et en écoutant les récits et les témoignages des deux personnes qui s'occupaient de cette journée, j'ai changé mon point de vue sur ce qu'était un schizophrène.

Cette journée m'a appris des choses et a concrétisé mes idées vis-à-vis de cette maladie ; au départ, j'imaginai que quelqu'un atteint de cette maladie n'était pas seul à l'intérieur de lui-même, qu'il était habité par d'autres personnes, d'autres entités. En réalité, c'est bien plus complexe, bien plus délicat. Un schizophrène vivait une double vie pour moi, alors qu'il est juste différent. La personne atteinte de la maladie a la pensée troublée tout comme le comportement, pourtant cela reste un être humain qui pourrait ou voudrait faire quelque chose de productif de sa vie, ce dernier peut avoir de grands projets, même plus grands que ceux d'une personne normale. La société m'a poussé à créer des idées fausses sur ces personnes et grâce à cette matinée j'ai pu me rendre compte de mes erreurs. Dans mon entourage, je ne connais pas de personnes schizophrènes et j'ai le sentiment qu'il y en a peu, beaucoup moins que les calculs disant que 70000 personnes en sont affectées en Suisse, soit la population jurassienne.

Peut-être que je me suis déjà retrouvé face à une personne ayant la maladie, sans le savoir. Si je l'avais su d'avance, je n'aurais pas réagi de la même manière. Ça pourrait me faire peur. Pourtant ces personnes sont, hors de leurs crises, comme nous. Je me dis donc qu'il faut s'éloigner des points de vues et des idées reçues de la société. Quand j'étais petit, mes copains ne prenaient pas au sérieux cette maladie, ils l'utilisaient comme moyen d'insulte à tout va. Si j'étais schizophrène, arrivé à un stade où j'en aurais conscience et si je ne savais pas dribbler avec un ballon, je pourrais être atteint par quelqu'un me disant : « Tu ne sais pas dribbler, t'es schizo ou quoi ? », et ça n'aurait pas les mêmes conséquences pour moi qu'un enfant normal.

Se détacher des idées préconçues est une conclusion pour moi à cette journée. Je ne fume pas, je ne bois pas, mais les trois quarts de mes copains consomment. Certains du cannabis, que se passerait-il s'ils faisaient un épisode psychotique ? Les substances illicites sont tellement simples à s'approprier, elles peuvent se retrouver dans les mains de tout le monde et pourtant, ceux qui les consomment connaissent la schizophrénie. S'ils avaient eu les informations que moi j'ai eu grâce à cette journée, je pense qu'il y aurait quelques fumeurs de joints en moins.

Que doit faire un schizophrène très atteint face à un monde peu commode ? Il doit vivre au dépend d'autres personnes qui l'aident, ceux-ci sacrifient une partie de leur vie pour lui. Doit-il se suicider ? « Après tout, je n'embêterais plus personne ».

Il y a encore des gens qui peuvent se moquer d'eux, affecter davantage leur problème mais heureusement que leur obstacle peut être perçu par leurs proches. Ici pourrait être lié dépression et schizophrénie. Je m'imagine et prend conscience qu'une vie de malade doit être dur, mais tout autant pour un père, une mère. Au cours de l'expérience même, je me suis retrouvé enfermé dans cette boîte qui imitait la période où le malade subit sa crise et sincèrement, je n'en pouvais plus après 3 minutes. Ça me tapait sur le système et pourtant oui, des personnes vivent ça non pas 5 minutes mais parfois des heures par jour. J'ai trouvé la présentatrice de la journée forte. En prenant pour exemple son enfant schizophrène, elle est restée de marbre face à sa situation personnelle, et elle nous a montré que c'est très, très dur de vivre un quotidien rempli de pleurs, de cris. J'ai ressenti cette notion de vouloir nous partager un maximum de choses pour notre culture, notre devoir. J'ai appris l'importance et les conséquences de la schizophrénie et je respecte tout le travail fourni pour les malades, pour l'organisation de cette journée et la conscience d'une véritable difficulté.

## 2<sup>ème</sup> partie :

### *Par peur de déployer mes ailes avec une plume,*

Je suis enraciné sur ce sol depuis tant d'années  
J'produis de la photosynthèse mais j'suis une fleur fanée  
La respiration cellulaire, je la laisse aux Terriens  
Je ne suis plus un humain depuis ces troubles quotidiens  
Les civilisations aztèques avaient prévu la fin du monde  
Je suis décédé enfermé dans un corps je vagabonde

*Noir est l'arc-en-ciel  
Noir est l'arc-en-ciel  
Restera noir comme une hirondelle  
Noir est l'arc-en-ciel  
Noir est l'arc-en-ciel  
Restera noir comme une hirondelle*

Je tisse ma vie durement tel la toile de la veuve noire  
 Au fil du temps les guêpes disparaissent c'est dardard  
 Tous ces gens dans le train, ceux qui ne font rien les bras croisés  
 D'un air mesquin comme le Malin viennent me déranger  
 Le coup le plus rusé du Diable, c'est d'avoir convaincu  
 Les gens qu'il n'existe pas  
 Lucifer me vit, vint et par malchance me vaincu  
 Avec fracas il s'empara de moi

*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Restera noir comme une hirondelle*  
*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Restera noir comme une hirondelle*

J'essaie d'affronter la mort, j'essaie d'affronter la vie  
 Je faisais les commissions avec Maman, c'était simple mais joli  
 J'ai entendu certains dirent qu'avec son p'tit alien elle est sortie  
 Donc j'ai vite arrêté ; le fond et la noirceur des gens je l'ai bien compris  
 Mike Tyson luttait très fort dans son sport  
 Quand même moins que les émotions dans mon corps,  
 Pour les autres je suis fou comme Joker pour Batman  
 Immoral tel les pensées coincées dans les cellules de mon crâne

*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Restera noir comme une hirondelle*  
*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Noir est l'arc-en-ciel*  
*Restera noir comme une hirondelle*

Je suis un fantôme entre deux mondes arides  
 Vous voyez le verre à moitié plein pour moi il est à moitié vide  
 Qui suis-je chui pas normal je ne fais jamais la fête,  
 Qui suis-je chui pas Batman pourtant j'suis un casse-tête  
 Merci de m'avoir forcé à goûter à un peu de beu,  
 Avant j'étais schizophrène mais maintenant nous allons mieux

*Noir est l'arc-en-ciel  
 Noir est l'arc-en-ciel  
 Restera noir comme une hirondelle  
 Noir est l'arc-en-ciel  
 Noir est l'arc-en-ciel  
 Restera noir comme une hirondelle*

Je range ma vie dans mon tiroir et j'me barre  
 Je laisse mes amis qui se marrent dans un bar oui je pars  
 Je suis mal barre de toutes parts comme un malabar  
 J'pète ma bulle, j'fais un malaise comme à la barre  
 Je suis au Purgatoire en porte-à-faux entre l'Enfer et le Paradis  
 Je plonge dans l'inconnu comme un martin-pêcheur hardi

*Noir est l'arc-en-ciel  
 Noir est l'arc-en-ciel  
 Restera noir comme une hirondelle  
 Noir est l'arc-en-ciel  
 Noir est l'arc-en-ciel  
 Restera noir comme une hirondelle.*

### 3<sup>ème</sup> partie :

Mon texte retrace la vie d'un jeune homme. Je me suis mis à sa place en utilisant la 1<sup>ère</sup> personne du singulier. C'est l'histoire d'une personne atteinte de troubles psychotiques et de souffrance psychique, un jeune vivant de manière hostile et qui ne voit que le mal autour de lui. Son entourage le démoralise davantage, sa vie lui semble désormais trop longue.

Le garçon se sent seul, observé par la malice des gens. Il croit au Diable qui l'attrape, comparaison à la maladie qui le submerge. Lors de ses crises, il lutte pour résister à des idées noires, il n'arrive plus à se contenir. C'est un spectre qui rode dans un monde blafard mais il lui reste un semblant de bonne conscience.

Alors il part, il quitte ses derniers copains et s'en va très loin mais il ne sait pas où. Ainsi, après un malaise, il se trouve proche de la mort, proche de la vie, dans un entre-deux comme le Purgatoire. Il aimerait se battre, mais comment faire lorsque tout va mal ? Dans sa tête, il est perdu au plus profond. « Noir est l'arc-en-ciel », car même si tout allait bien autour du personnage, il suffirait d'une crise pour revoir un monde noirci par la haine, la corruption, le désarroi et la tristesse. La vie peut être très belle et rayonnante comme les couleurs de l'arc-en-ciel ou comme les sept merveilles du monde, mais si le cœur et la tête ne suivent plus, il en suivra automatiquement une vie terne.

Pour le titre, un double sens faisant allusion au double de la personnalité, allusion au personnage principal qui ne peut percer de ses récits de sa plume à cause de l'influence des autres, et allusion au fait qu'avec une seule plume, un oiseau ne peut s'envoler.