

*On est riche de soi.
Le pauvre est le riche qui donne peu.
Le riche est le pauvre qui sait donner de lui-même,
écouter et partager ses biens et valeurs.*

*Pour mon fils,
sa femme,
et mes petits-enfants.*

L'INJUSTICE FACE À LA MORT DE MON PAPA

Je ne vois que d'autres garçons avec leurs deux parents, moi ça m'a coupé les ailes. Je n'ai pas pu quitter le nid, car la personne avec laquelle je voulais passer du temps et parler de mes projets, de mes amours et pouvoir lui montrer mon enfant, à son tour, est devenue père.

Cela a bouleversé ma vie, à l'âge où les jeunes s'amuse, même si je le faisais aussi, j'avais perdu l'image du bonheur et d'un couple que formaient mes parents à leur manière.

Mes choix je les ai faits très souvent en essayant de ne pas blesser ma maman. Je voulais la rassurer, car elle-même s'était sacrifiée pour ses enfants et ses petits-enfants.

Dans mon cas, la dernière fois que je l'ai vue, elle m'a appelé « mon grand ». Cela m'a fait retourner dans le passé. Je suis impuissant, je n'arrive pas à lui faire comprendre que ma vie a été compliquée. Et que ma maladie a été, pour nous deux, un grand fardeau. Pour elle, ce fut difficile à vivre et pour moi, ce fut difficile de le comprendre.

Il m'a fallu des années, qui se sont écoulées, pour réussir à comprendre la cause de ma maladie. Cela est

dû à mon manque d'expérience et le tout jeune âge que j'avais quand j'ai été hospitalisé.

J'étais perdu, je croyais que ma vie allait s'arrêter là, car je ressentais une grande douleur que je n'arrivais pas à exprimer. Durant ma vie, j'ai pu travailler en extérieur. Je me sentais libre dans ces moments. Inconsciemment, je savais que je pourrais à nouveau perdre ma liberté. Et je ne me suis pas trompé, mon intuition s'est confirmée. Ma faiblesse est de donner sans compter et de m'oublier. Je tiens cela de mon papa, car lui aussi était généreux, nous avons un point commun et cela nous a souvent rapprochés. J'ai toujours cru que je vivrais moins longtemps que lui.

Je n'ai pas vu les années difficiles pour la raison que j'ai fait des choses que lui a vécues et pas moi. Je porte le poids de son passé. Maintenant, je me suis fait une raison et j'espère que je n'ai pas fait porter ce poids à mes enfants. Je suis au moins certain d'une chose, c'est que cela était indépendant de ma volonté.

Lorsque j'étais plus jeune, les moyens d'information et de soin étaient différents de ceux dont nous disposons aujourd'hui. Les produits ont évolué et ils ont pris plus de place dans la société. Il ne faut pas non plus faire une psychose de la maladie psychiatrique ; si elle est mal expliquée, elle peut être mal interprétée. Il faut que les personnes qui vivent la maladie soient mieux informées. Le soutien des êtres chers qui nous entourent est important, car les soins peuvent être longs.

Il faut souvent du temps pour voir l'évolution de la

maladie, avec ses hauts et ses bas. Refaire surface se passe différemment pour les uns et pour les autres. Pour ma part, j'ai réussi en me faisant violence afin que ma partie immergée revienne à la surface. Ma solution est de savoir demander de l'aide et de savoir où trouver et où frapper. Il faut que les parents soient plus impliqués dans la maladie, ce qui peut être fait si on y met les moyens.

On a toujours considéré l'hôpital psychiatrique comme un endroit où on ne trouve que des personnes atteintes de folie. Il faut que les malades expliquent réellement le cheminement des différentes pathologies. Il faudrait qu'on explique les différentes phases de la maladie aux personnes.

Le choix de dire que des personnes vivent cela ne doit pas faire peur et ne doit pas être caché ni honteux, il faut dédramatiser. Pour que les choses avancent, il faut instaurer un esprit de confiance entre le malade et le praticien. Pourquoi cela fait-il peur ? Car lorsqu'il se passe quelque chose, les émissions de télévision l'évoquent et mettent en cause les personnes sortant d'un hôpital psychiatrique, car souvent cela est associé à un coup de folie.

Samedi 7 mars 2020

Oui, j'ai aussi considéré la perte de mon premier amour comme un abandon supplémentaire. Cela faisait une épreuve de plus à surmonter, car l'amour que j'avais pour cette fille m'avait aidé pour passer mon année à l'armée. Je pensais que c'était une personne sur qui je pouvais compter. Alors, vous comprenez ma déception.

Je n'aime pas les stéréotypes, car ils nous font rentrer dans un moule identique à tout le monde. Pourtant, on peut trouver des pépites de diamant qui forment souvent des artistes méconnus. Là où l'esprit compte plus que le physique.

Les maladies psychiatriques ont un temps été mal connues, on ne leur donnait pas de nom. Il y a souvent un long parcours pour certains, ça nous fragilise, car cette maladie peut nous faire douter.

On n'a plus la notion du temps, on perd ses repères. Il existe différents symptômes, qui sont parfois précurseurs. Plus tôt les soins sont pris en charge et moins ils tomberont dans les extrêmes. Il faut apprendre à se connaître et commencer à avoir une hygiène de vie équilibrée. Il ne faut pas s'automédicamenter, ne pas faire n'importe quoi avec les traitements. Il faut que ce soit avec l'accord du médecin.