

Le rétablissement... et l'art de donner du sens

Sylvain d'Auteuil

Pair-organisateur communautaire du projet Chez Soi et directeur des Porte-voix du Rétablissement.

Un sentiment de gratitude m'envahit chaque fois que je me rends à mon bureau du 1001 Maisonneuve Est, dans le centre-sud de Montréal, là où sévit le plus visiblement la problématique de l'itinérance dans la métropole.

Ça n'a rien à voir avec le fait de me consoler en comparant mes misères avec celles des moins nantis, du genre « moi au moins j'ai un toit et une vie d'abondance ».

C'est plutôt que je remercie la vie pour m'avoir donné deux choses. Soit les ressources pour me relever d'où je suis tombé il y a près de 20 ans – alors que j'errais parmi les sans-abri avec une piètre santé mentale – et, aujourd'hui, un « job » au sein du projet Chez Soi, qui vise à intervenir de façon novatrice auprès de mes pairs de la rue qui sont aux prises avec un trouble mental grave.

Me revient aussi une anecdote qui me fait aujourd'hui sourire...

Lorsque l'accumulation des deuils a causé une spectaculaire explosion psychique chez le jeune exécutif invincible de 24 ans que j'étais à l'époque, ça m'a fait tout quitter pour la rue dans un état frisant la psychose mystique. Et rendu là, mon premier réflexe a été de me donner à la cause des démunis en compagnie d'une poignée de Franciscains sur le site du refuge Dernier Recours, lequel fermait ses portes en pleine tourmente.

Un jour, on m'a invité à assister à une réunion d'urgence en compagnie de pairs et des représentants de la ville ainsi que de diverses ressources pour sans-abri du territoire. J'y ai exposé un plan d'urgence idéalistico-hypomaniaque sous le regard amusé du milieu – je me rappellerai toujours l'air amusé d'un jeune travailleur social particulièrement en humeur.

Bon.

Manifestement, je n'étais pas à ma place. Les Franciscains m'ont par ailleurs davantage secouru que je n'ai pu aidé les sans-abri qu'ils nourrissaient et habillaient pendant le mois passé avec eux, lequel a débouché sur un mois d'errance aux États-Unis et, à bout d'espoir, en crise suicidaire sur une unité de psychiatrie pour un autre mois de déroute. Ajoutez une bonne année et demie de convalescence en prime et vous avez une idée du trou de CV que je me suis creusé.

Et voilà qu'aujourd'hui je débattais d'idées à une table réunissant essentiellement les mêmes acteurs du milieu. Seuls les visages avaient changé... et le fait que, légitimisé par mon titre professionnel, j'étais désormais pris au sérieux.

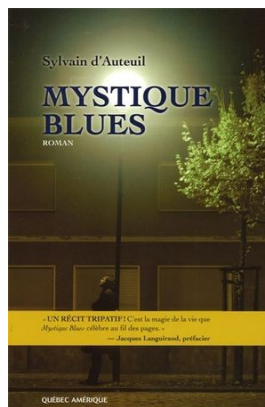


Cependant, cela me donne une perspective plus globale du concept de rétablissement, car en tant que « survivant », oui, au bout de deux ans j'étais guéri d'un point de vue médical. Des tas de facteurs ont contribué à cette guérison, de l'accueil inconditionnel de ma thérapeute à un réseau social soutenant en passant par une gestion partagée de mon traitement et une réintégration graduelle au marché de l'emploi. Mais près de 20 ans plus tard, je m'aperçois que le rétablissement peut aussi s'échelonner sur une période beaucoup plus longue en tenant compte de facteurs très divers qui ont peu à voir avec l'éradication de symptômes psychiatriques.

Par exemple, l'été dernier j'ai terminé la rédaction de mon dernier roman d'autofiction, *Mystique Blues*, lequel planche sur le cheminement de ce rétablissement. J'ai alors pu prendre le recul suffisant pour réaliser jusqu'à quel point cette aventure à prime abord très négative avait transformé l'homme que j'étais de façon très... positive. Puis le fait que ce premier dévoilement a créé l'opportunité rêvée de pouvoir retourner sur le terrain pour contribuer à la quête de solutions à la problématique de l'itinérance chez les personnes atteintes d'un trouble mental.

Et je suis en ce moment même en train de gagner mon pain à vous écrire mon bonheur de pouvoir ainsi donner au suivant... et ainsi de boucler la boucle de mon rétablissement.

Car l'achèvement ultime de ce rétablissement, n'est-il pas de donner un sens à l'épreuve de la maladie mentale ?



Pour information sur *Mystique blues*
[Cliquer ici](#)