



Kay Redfield Jamison

Bipolaire, professeur d'université en psychiatrie, spécialiste du Trouble Bipolaire.
De l'exaltation à la dépression chez Robert Laffont Septembre 2000 (Page 225).

M'en donnerait-on le choix, je me suis souvent demandé si je voulais être maniacodépressive.

...

Chose étrange, je crois que je choiserais d'avoir cette maladie.

Ce n'est pas simple. L'accès mélancolique est horrible au-delà de tout ce qu'on peut s'en représenter - mots, sons, images - et je ne voudrais pas en passer par une dépression prolongée. Méfiance, manque de confiance en soi et de respect de soi, incapable de jouir de la vie, de marcher, parler ou penser normalement, épuisement, terreurs nocturnes, terreurs diurnes, tout cela détruit les relations. Il n'y a rien de bon à dire de la dépression si ce n'est qu'elle vous apporte l'expérience d'être vieux, vieux et malade, et mourant. D'être lent d'esprit, de manquer de grâce, d'élégance et de coordination. D'être laid, de ne pas croire un instant aux possibilités de la vie, aux plaisirs du sexe, au ravissement de la musique, à votre aptitude à rire et à faire rire les autres...

La dépression elle est terne, vide, intolérable. Et assommante. Les gens n'ont pas le courage de rester près de vous. Ils pensent qu'ils le devraient, il leur arrive même d'essayer....

Alors pourquoi voudrais-je être concernée de près ou de loin par cette maladie ? Parce que je crois honnêtement que je lui dois d'avoir éprouvé plus de choses, plus profondément. D'avoir eu plus d'expériences, plus intenses. D'avoir aimé davantage et d'avoir été plus aimée. De rire plus souvent pour avoir plus pleuré. De mieux apprécié le printemps au sortir de l'hiver. D'avoir porté la mort « aussi étroitement qu'une salopette », et d'en avoir mieux conscience - comme de la vie. ...D'avoir appris lentement la valeur de l'affection, de la bienveillance et de la sincérité....

J'ai pris la mesure de mon esprit et de mon cœur, vu combien tous deux sont fragiles, et

K2

Maison des Associations 6, rue Berthe de Boissieux - 38000 Grenoble

Contact : 06.13.21.44.97

k2.bipolaire@orange.fr



demeurent si mystérieux.

Déprimée, je me suis trainée à quatre pattes pour traverser une pièce, et cela pendant des mois. Mais normale ou hypomaniaque modérée, j'ai couru plus vite, pensé plus vite, aimé plus fort que la plus part des gens que je connais. Je pense que cela tient à la maladie – à l'intensité qu'elle donne aux choses, et à la perspective qu'elle m'impose. Je crois qu'elle m'a fait touché les limites de mon intelligence qui ne sait toujours pas ce qu'elle veut, et les limites de mon éducation, de ma famille, de mon instruction. ...

J'avais conscience de découvrir de nouveaux espaces de mon cœur et de mon esprit. Certains de ces aspects inconnus de moi-même étaient beaux à vous couper le souffle, à vous tuer sur le coup – moi, ils m'aidaient à vivre.

Mais toujours, il y avait cette découverte de moi-même et, dans mon état normal, que je dois à la médecine et à l'amour, je ne peux pas imaginer devenir blasée de la vie, parce que je connais ces échappées inépuisables.

Kay Redfield Jamison

K2

Maison des Associations 6, rue Berthe de Boissieux - 38000 Grenoble

Contact : 06.13.21.44.97

k2.bipolaire@orange.fr