

**Tu n'auras pas de nom**

**Marianne Martin**

savais-tu fille cernée de feuilles  
fille prosternée  
que c'est moi qui devrais  
être à tes pieds fille  
tu as le port d'une reine  
reine d'un royaume sombre  
où tout le monde est déguisé en chat  
en schtroumpfs et/ou  
en licorne

sais-tu je crois  
que ça t'intéresserait  
sais-tu que les racines de tête de chauve-souris  
portent chance  
et ouvrent la voie du succès

connais-tu la chanson *the weather* ?  
te la dédier est un geste  
sûr

*ghost*  
*are only negative space*  
*and all the sudden rain*

la chaise renversée est aussi belle  
que cette clé accrochée à la clôture  
celle qui ouvre la porte  
de ton journal intime

n'as-tu pas l'impression  
lorsqu'on entend un doggo japper  
qu'on sait tout de suite si c'est un gros  
ou un petit doggo ?

les gros doggos jappent moins  
il sont trop occupés  
à être gros

tu aurais aimé  
le petit monsieur à la robe faite en livres  
et sûrement le jardin  
qui a remporté le prix  
du meilleur aménagement de ruelle  
en 2005

penche-toi  
sur le corbeau  
it feels good  
double bec double joint  
emboucane le mur dans un rappel que rien n'est lisse  
une détresse ludique  
un gag grinçant  
aimes-tu ça quand ça grince ?  
ma reine  
sur l'ardoise tu traces  
la pensée du jour :  
*j'aimerais que quelqu'un me comprenne  
même si je ne dirais rien*  
mes lunettes de brume  
censurent les détails  
mais je devine ce qui luit  
dans les yeux de james dean

fumons deux-trois clopes en son honneur  
fille rebroussée aux cheveux bleus  
tu règneras à jamais  
sur ces trois secondes

# **Herbier**

**Marianne Martin**



**Aloe vera**

N° de collecte : 00190924

Nom du récoltant : Marianne Martin

Nom latin : *Aloe vera*

Nom vernaculaire : Aloès des Barbades

Lieu de la collecte : Tulum, Mexique

Habitat : Région sèche aux sols

arides, en bordure de la jungle

Peau rouge d'agonie

Les vautours bougent en cercle

Ça sent mauvais

La région de Tulum est luxuriante, gorgée de plantes et de fleurs qui ravissent le regard, mais ce qui nous happe au bord de la route cahotante, ce qui nous fait arrêter notre voiture est une vision tout à fait autre, tout à fait en rupture avec la majesté de la végétation mexicaine. Un feu a ravagé une partie de la forêt : un morceau de paysage, long de quelques dizaines de mètres tout au plus, contraste avec le reste de la jungle qui borde la route et cette rupture de ton nous hypnotise, vision lugubre presque comique, tant elle surprend, tant elle ressemble, aussi, à un cliché sinistre de film de cowboys. Le diable est venu donner un coup de langue sur la forêt, laissant derrière lui une aridité totale, un silence absolu et des arbres nus qui se tordent comme de vieilles mains arides vers le ciel, en une supplication muette. Le soleil se couche au-dessus de cette parcelle de terrain désolé en teintant l'horizon d'un rouge sanguinolent, céleste parodie de l'incendie dévastateur, qui glace le sang comme un lugubre présage.

Sur presque chaque arbre mort, se tiennent des vautours : même s'ils forment tous ensemble une bande considérable, ils semblent être chacun profondément solitaires, oiseaux de mauvais augure qui ne se réunissent que pour têter de la charogne. Ils nous toisent avec désintérêt (nous sommes trop vivants à leur goût) pour ensuite braquer de nouveau leurs yeux froncés sur l'horizon, funestes sentinelles, beaux dans leur manteau de plumes sombres, semblables à de vieilles femmes arides engagées par Satan pour veiller sur le parking de l'enfer. On s'approche de ce cadavre de forêt pour le saisir et l'immortaliser avec nos appareils photos, avant de reculer aussitôt en poussant des cris qui font voler en éclats le silence mortifère du coin et ébrouent les vautours qui frissonnent en symbiose dans leurs manteaux de plumes : dans la dépression entre la route et le bois gît un squelette, probablement de vache ou de bœuf, presque totalement décharné. Cette dépouille bovine déclenche chez nous des rires nerveux, à mi-chemin entre la rigolade et la terreur.





# **Saint-Vallier mon amour**

**Marianne Martin**

En saluant Frère Ambrosius / Joseph.  
 Et Jo, Renato, Karyane, Leila, Coralie, Aline, Bertrand, Paco, Paolo,  
 Justine, Magali, Mélisande, Arnie, encore Magali, Félix.  
 Et même William.  
 Qui puait et avait une personnalité de marde.

*Bon et Saint Noviciat, avec toutes les grâces que le bon Dieu destine aux âmes de bonne volonté. Vos amis tous vous saluent. Éternellement vôtre.*

- Frère Boniface, collègue de Joseph, 1940.

Notre nouvel appartement est immense. Il y a de la place en masse pour s'épandre.

Nous passons des heures à le récurer, le frotter, l'orner de toutes sortes de breloques disparates. Et le soir, nous nous écrasons dans un de nos quatre divans. Nous fumons abondamment. Nous buvons. Nous éclatons souvent de rires sonores et gras. Nous marquons notre territoire.

*Le repos se prend sur la chaise longue dans un grand solarium qui nous est réservé (deux frères de Ste-Gloire et moi). Le solarium est tout en fenêtres, et comme la plupart sont ouvertes, c'est un peu comme si on était dehors.*

- Frère Alexis, confrère de Joseph, 1940

Ma chambre est la plus petite. Je l'aime. La lumière y tombe bien. La fenêtre donne sur la cour et j'ai un lit mezzanine : il est doux de dormir en hauteur, près du plafond, comme une enfant.

En fouillant, je tombe sur une grosse boîte en osier dans un coin de la salle de bain. Au lieu des serviettes poussiéreuses et articles de salle bain périmés que je m'attends à y trouver, j'y déniche un tas de vieux papiers jaunis, des cahiers d'écoles bourrés d'exercices de mathématiques, de latin, et d'anglais, et aussi, surtout, des lettres. Des lettres à la pelle. Elles sont toutes adressées à un certain Frère Ambrosius, qui auraient vécu au 6390 de Saint-Vallier. Elles datent de 1935, 1938, 1940... Je viens de trouver des archives de la fucking Deuxième Guerre mondiale, correspondance d'un prêtre qui aurait apparemment vécu 75 ans plus tôt sur le même coin de rue que moi et mes petits amis.

*Je souhaite que ta nouvelle obédience t'apporte une surabondance de nécessaire repos : qu'elle te donne, dans la solitude, toutes les joies profondes de la vie religieuse vécue intensément. Sois assuré qu'une prière fervente sera faite à ton intention.*

-Henri, frère de Joseph, 1936

Samuel vomit dans un buisson de la cour.

La pendaison de crémaillère a amené au sein de notre nouveau nid un immense lot d'humains. Ça caquette, ça danse, ça rigole. Ce sera la première d'une longue série de fêtes.

Je me sens étrangement triste depuis un mois. Je ne sais pas pourquoi. Chaque fois que je souris, je pense à chacun des plis de mon visage, à mes dents mouillées et ça me gêne atrocement. J'ai 20 ans.

Je jase avec Renato alors que le soleil se lève. Le vomis de Samuel doit être froid, à présent.

*Le jardin est beau. Nous avons commencé à manger carottes, tomates, concombres. Le parterre de fleurs des enfants est très joli en ce moment : c'est la grande floraison. Après trois grandes semaines de sécheresse, de forts orages bienfaisants nous sont tombés depuis vendredi dernier. Il était grand temps.*

-Frère Boniface, confrère de Joseph, 1940

Je vais mieux depuis quelques semaines. C'est novembre au matin. Nous buvons le café entre colocs. Je lis du Paul Auster. Nous rions doucement, nous parlons du party d'Halloween qui a fait sensation. J'étais déguisé en sac de compost : je me suis mis des carottes et des patates

dans la brassière. Leila me tresse les cheveux. Nous mangeons des grilled cheese. Dehors, le temps est dégueulasse, mais quelque chose luit en moi, un petit lampion. Je me sens chez moi. Il fait bon se sentir chez soi.

*Ne m'oubliez pas dans vos prières, et demandez au Bon Dieu et à la très Sainte Vierge pour moi la grâce que je désire tant, de persévérer dans ma vocation pour pouvoir travailler à ma sanctification.*

-Frère Morneau, disciple de Joseph, 1936

Il y a 64 cadeaux sous le sapin : nous les avons comptés. Nous sommes excités comme des enfants de six ans. On a assez de bouffe pour nourrir une armée. Nous buvons des mimosas : je suis pompette. Nous écoutons *L'étrange Noël de Monsieur Jack* dans des pulls colorés. J'ai rarement été aussi heureuse. Jo m'a offert des petites marionnettes pour les doigts. Trois jours plus tard, Karyane et moi fumerons un gros joint et passerons une heure à jouer avec mon petit cadeau. J'ai l'impression d'être un personnage de Réjean Ducharme. « J'ai 20 ans mais je suis une enfant de 6 ans. »

*Quand tu écriras à Réjean, tâche de lui faire une petite leçon sans en avoir l'air sur la bonne conduite et le sens du devoir. Tu le trouverais bon enfant dans l'ensemble. On tonne quand il n'a pas une bonne conduite, c'est-à-dire quand le surveillant n'est pas là.*

- La mère de Joseph, 1935

C'est mon anniversaire. Mes amis dansent dans le salon. Paolo a mis *Dancing On My Own* dans le tapis. Cette chanson deviendra notre hymne : on la mettra souvent à jouer en après-midi, quand on se sent déprimé, pour se remonter le moral. « Se secouer le dindon », comme dit Aline.

On m'a fait un gros gâteau à la fraise. On le mange en trois bouchées. Que de joies. On s'embrasse à perdre haleine. « Majeure aux États ! ». Je suis fière de mon âge.

*Now, I have a great intention of prayers to present you. I have asked, about a month ago, to obtain my profession : so it is one of the greatest graces in my life God is going to grant me. I hope I shall be accepted but, still, it is necessary to pray, and to pray really hard. However, it is not all to be accepted : I have also to stand in the height of the dignity which is not the least of all.*

- Philip, ami de Joseph, date inconnue

On aime s'asseoir sur les marches devant chez nous, regarder les gens qui déambulent, jouer avec les chiens des passants. Jo et Paco ont planté un jardin somptueux : il y du maïs, des tomates, des fines herbes, des fleurs éclatantes. Les sœurs de l'église d'à côté viennent nous porter des plants de fraises. Elles sont

mignonnes et ricaneuses. On boit de la bière blanche. Parfois, le maire de l'arrondissement passe sur son vélo de bourgeois. Il salue le jardin de Jo. On mate son cul quand il s'éloigne : c'est un DILF.

*Depuis la dernière fois, voici les timbres que j'ai reçu : les timbres du deuil de la reine Astride (1), ceux la commémoration de la Révolution belge (3) timbres commémoratifs du centenaire de la déference de l'Acropole et de la bataille de Navarin (6) et des timbres de la campagne belge de 1924 (4). Voici 20 beaux de plus, et ils valent chers, surtout le timbre belge de 1929. J'espère que tu es en très bonne santé. Je le suis.*

-Réjean, frère de Joseph, 1936

Hugo vient de me laisser. Je le voyais venir. Il l'a fait avec beaucoup de douceur. Je lui ai demandé de m'embrasser une dernière fois dans le salon. C'était bizarre. On aurait pas dû. Il s'en va et je m'écroule dans mon tas de vêtements sales. Je n'arrive pas à pleurer. Je suis très fatiguée, mais je ne m'endors pas avant trois heures du matin. Je rêve que je suis prisonnière d'un immense manoir mauve, lugubre, labyrinthique. Je cherche Arnaud. Je crie : « Arnaud ! Hugo vient de rompre avec moi ! J'ai besoin de parler ! ». Je ne parviens pas à le trouver. Je me réveille, et réussis enfin à pleurer. Je suis atrocement malheureuse. Je ne sais pas encore que ce sentiment va durer quatre mois. Si je l'avais su, je serais restée au lit.

*Mais une chose m'inquiète : c'est la pensée que tu puisses reprendre la mer avant la fin de juin. J'aimerais mieux faire le sacrifice de ne te voir que plus tard, que de te voir courir le risque de naviguer dans des conditions dangereuses. En tout cas, ne me dis rien quand tu seras prêt à revenir.*

- La mère de Jospheh, 1940

Je viens de me pisser dessus dans ma chambre. Je porte la même robe de chambre depuis trois jours. J'ai peur de sortir ; je vaincs ma crainte pour nettoyer mon dégât. J'ai très honte.

Plus tard, je reste dans mon lit à regarder le plafond. Paolo vient me rejoindre. Il me caresse les cheveux. « Allez, va prendre une douche ! Go ! ». L'idée de me tenir debout m'épuise. Je prends plutôt un bain. J'écoute du Vivaldi. Ça va mal à shop, comme dirait mon père. Mon père m'appelle tous les jours. Il m'envoie des petits émoticônes pour me montrer qu'il pense à moi. Il m'a offert une guitare, je n'en jouerai jamais. J'ai tellement honte.

*Malgré tout tu parais assez bien, la santé n'est pas trop méchante ? Il te manque un peu de graisse, c'est tout. Pour moi, je ne suis pas mal, si ce n'était que mes yeux. J'en perds tous les jours. Pourtant, je ne perds pas confiance grâce aux bonnes prières de mon neveu !*



*Excuse mon barbouillage. Encore une fois, merci, avec un gros BEC !*

- Hortense, tante de Joseph, 1936

Tiago a ramené des pilules de morphine de la pharmacie. On les broie avec un mortier et on les sniffe. On se trouve drôle.

La morphine donne l'impression d'être dans un bain constamment. Vers la fin de la nuit, je me colle contre Renato et Clara. « Si les humains ont des cheveux, c'est uniquement pour que d'autres humains puissent les flatter. Sinon, ça ne sert à rien ». Je ressens beaucoup d'amour pour mes amis. Je me sens toujours comme de la marde, mais c'est un peu moins pire.

*Malgré les attraits de ma première traversée transatlantique et les joies bien senties de mes pèlerinages (Lisieux, Lourdes, Sainte-Anne d'Auray), je n'oublie pas mes nombreux amis du Canada et des États-Unis. Je vous souhaite un succès mirifique ainsi que d'agréables excursions en canot sur les lacs du Maine.*

- Frère Alexandre, collègue de Joseph, 1936

Il est cinq heures du matin. Nous sommes dix à être nus comme des vers dans la salle de bain. Abe joue de la guitare. On chante le CD de *Rocky Horror Picture Show* au complet. On se prélasse à tour

de rôle dans la baignoire. Samuel a perdu ses lunettes, il est très saoul. Je suis terriblement heureuse. Je vais me coucher avec Étienne vers six heures du matin. Je pleure. « T'es tu correcte ? ». « Oui, man ! Je suis guérie ! ».

C'était notre party d'au revoir. On déménage dans un mois.

*Voilà déjà longtemps que nous nous sommes quittés. Toi, tu es toujours dans ton paradis d'Alfred, enseignant en chimie comme un vieux professeur plein de formules. Moi je suis entré depuis un mois dans une classe de méthode très intéressante. Ici, je suis très bien. Le matin, j'ai reçu une lettre de maman qui me disait que tous se portaient très bien. Prie bien pour moi, et, en retour, je ne t'oublierai pas aux pieds du Divin Maître. Donc, au revoir, et un bon bec !*

-Réjean, frère de Joseph, 1937

Jo, Étienne, Renato et moi fumons une clope à l'intérieur. On s'en fout ; on part demain. Je ressens une tranquillité très douce, très belle. On s'assoit sur les marches pour la dernière fois. Je mets ma tête sur l'épaule de Jo. Je l'aime tant. C'est mon best bro, mon babe contre vents et marées.

Ça sera bizarre de vivre ailleurs. On est tellement imprimés dans cet appart, sur les murs et les planchers sales. On a laissé une empreinte invisible, qui finira par se dissoudre, bien sûr. Rien ne dure.

J'amène la correspondance de Joseph avec moi. On ne sait jamais.





**Gros cul**

**Marianne Martin**

La récréation va se terminer dans sept minutes. Diedra gratte le sable avec une ardeur soutenue et constante, le regard affuté d'une chirurgienne. Il n'y avait plus de pelles disponibles dans le bac en plastique contenant les objets délavés à l'odeur suspecte qu'on prête aux enfants pour leurs 20 minutes quotidiennes de niaisage au parc : Diedra en fait peu de cas. Diedra ne niaise pas.

Aujourd'hui est jour de grands vents. Diedra a du sable entre les dents, sur les sourcils, plein les cheveux et les shorts, loin dans les ongles. Chaque fois qu'elle déglutit, ça goûte le parc. Elle s'imagine minigolem de sable, luttant contre son propre corps. Elle bave et sue. Qu'importe. Elle pense au feu et au sang. Ce sont des images-percussions, des visions qui pulsent au même rythme que ses organes. Des diapositives apocalyptiques.

Pietro est assis dix pas plus loin, sur le gazon. Si Diedra daignait se tourner vers lui, ses yeux irrités par les bourrasques de sable ne verraient que son dos, son petit dos dressé en insulte. Pietro ne comprend pas. « J'comprends pas ! » avait-il dit lorsque Diedra s'était avancée, pour la cinquième récréation d'affilée, vers le carré de sable, avec des images de feu et de sang crochetées au cœur. Il avait adhéré au projet de Diedra trois jours plus tôt, puis, assommé par la répétition et l'absurdité de la tâche, il avait abandonné sa camarade à son obsession. « T'es une astique de folle. Ça sert à rien. Si on s'enterre dans le sable, on meurt pareil. »

Diedra avait regardé un documentaire à l'émission *Découverte* avec ses parents sur le réchauffement climatique. La montée des eaux, la destruction des forêts et des villes. La fin du monde. Diedra n'avait pas dormi de la nuit. Elle s'était mise à croire en une apocalypse imminente plus fort qu'elle ne croyait au père Noël. Son esprit lui faisait voir le grand trou béant de la couche d'ozone. Trou par lequel passeraient, comme des lettres à la poste, des pluies de météorites et de déchets spatiaux, ainsi que la grosse face barbue de Dieu tonnant de sa voix d'outre-tombe : « Que le malheur s'abatte sur ceux qui n'ont pas assez recyclé, malheur à ceux qui ont mal fermé leur robinet ! »

Depuis trois jours, Diedra creuse des tranchées dans le carré de sable du parc, pour se calmer les nerfs et s'y cacher lorsque surviendra la fin du monde. Elle a essayé de convaincre ses amis, en vain. Seul Pietro a tenté l'expérience. Avant de la trahir. Comme tous les autres. Gang de caves !

Il ne reste que quatre minutes de récréation. La tranchée de Diedra prend de l'ampleur. Ses ongles cassés touchent de la glaise fraîche et sombre. Ça soulage.

Un bruit importun interrompt sa concentration. Sans le voir, elle sent le dos de Pietro se contracter nerveusement.

« Hey, Diedronne, tu dois avoir plein de sable dans craque ! ». Diedra, accroupie, lève les yeux. Devant elle se dresse Fiona, si grande dans son one-piece bleu, suivie de deux acolytes insignifiantes qui gloussent et caquettent. Fiona, dont les broches scintillantes lui font un sourire particulièrement carnassier.

Fiona et ses sous-fifres, Pietro contracté et Diedra toute en sable forment un micro triangle des Bermudes dans le parc. Fiona est plus tangible qu'une fin du monde. Ses cheveux atrocement propres claquent au vent.

« - Fais de l'air Diedronne. Le carré de sable est à nous astheure.

- Lâche-moi, Fiona.

- Qu'est-ce que tu fais avec ton gros trou ? Tu veux t'asseoir dedans ?

- LÂCHE-MOI. »

Diedra ne trouve rien d'autre à dire. La voix haut perchée de Fiona est une poigne invisible qui la tient au cou et l'étrangle.

« Anyway, ce trou là sera jamais assez gros pour ton gros cul ! ».

Cul.

Le mot, vulgaire, terrible, traverse l'espace entre Fiona et Diedra en une fraction de seconde, comme une flèche glacée. Diedra frissonne, prise d'assaut par un sentiment inconnu et pire que tous les autres, pire que la peur panique de l'apocalypse. Les images de feu et de sang sont remplacées par les mots « gros cul ». « Gros cul », en lettres de néon.



Pietro se redresse, tente de venir à la défense de son amie, en criant « Hey ! ». Un hey ridicule, qui s'écroule au sol, qui n'a aucun impact.

Fiona et ses amies explosent de rire. La cloche sonne. Les mots « gros cul » résonnent dans la petite tête de Diedra. Ce soir, pour la première fois de son existence, elle regardera ses fesses dans le miroir et aura l'impression qu'elles prennent trop de place. Débordent.



**« Coupé en quartiers dans le coin » :  
réflexion sur l'espace filtré par la maladie**

**Marianne Martin**

*To the person in the bell jar, black and stopped as a dead baby, the world itself is a bad dream.*

— Sylvia Plath.

« Le contraire de la dépression ce n'est pas le bonheur, c'est la vitalité » a dit l'intellectuel américain Andrew Solomon au sujet d'un mal qu'il connaît bien. C'est un mal qui m'a rendu visite aussi, comme il a visité mes amis, mes parents, mon amoureux. C'est un mal insidieux dont j'ai encore très peur aujourd'hui, parce qu'il renaît de ses cendres alors qu'on croit l'avoir vaincu. C'est aussi un état, une manière d'être au monde toute particulière. On se retrouve pantois, désengagé de tout. Lorsque j'étais malade, je me gavais d'auteurs comme Sarah Kane, Nelly Arcan, Andrew Solomon, pour tenter de comprendre ce qui m'arrivait. J'essayais de trouver un salut, une rédemption quelconque dans des paroles de chansons, des scènes de films. Je cherchais un écho dans des œuvres culturelles pour avoir l'impression d'exister à nouveau, pour en venir à me dire « ce qui t'arrive a du sens ». Si ce réflexe ne m'a pas guérie de mes dépressions, il me permet maintenant d'esquisser une réflexion, de jeter un regard curieux sur la façon dont la maladie mentale nous transforme et change nos rapports avec l'espace. L'idée que l'art, et l'acte créatif en soi, puissent être de puissants catalyseurs d'expériences me fascine et me semble importante en regard de ce problème qui touche tellement d'êtres humains.

« Le contraire de la dépression, ce n'est pas le bonheur, c'est la vitalité » : ce constat de Solomon est très juste. Il engendre une question : qu'arrive-t-il à notre mobilité et notre fluidité lorsque le simple fait d'être en vie devient difficile et absurde ? Comment se déplace-t-on, comment traverse-t-on son environnement quand tout semble détraqué, éteint ? Puisqu'il faut bien continuer à essayer de se dresser face à ce monde tout d'un coup devenu étrangement hostile.

Les métaphores et les analogies lugubres ne manquent pas lorsqu'on tente de cerner la dépression : c'est un « démon » qui s'empare de nous, nous sommes en « enfer », au « fond du gouffre, du baril ». Sylvia Plath évoquait une cloche de verre, prison transparente et déformante qui contraint la malade à ne vivre qu'à moitié, à n'exister qu'en rupture avec le monde. Parfois, une litanie, une invocation sans objet précis, parodie de prière, arrivent à rendre compte du sentiment d'absurdité constant qui habite l'être dépressif : par exemple, deux vers de la chanson d'Anthony and the Jonhsons, *Epilepsy is Dancing*, ont eu un effet très fort sur moi et sur ma sensibilité au cours de mes épisodes. « Cut me in quadrants/ Leave me in the corner » ; coupe-moi en quatre et laisse-moi dans le coin. Un appel qui me rappelait mon propre état et mes propres désirs, pourtant si difficiles à définir. J'aurais voulu agoniser en morceaux dans le coin, n'importe quel coin. Il est de ces mots, de ces images qui répondent avec

une acuité poétique troublante à notre flou intérieur. Et comme la dépression est un pays où l'on perd pied constamment, trouver des points d'ancrage est crucial.

C'est le titre original du livre d'Andrew Solomon, *The Noonday Demon : An Atlas of Depression*, qui a avant tout inspiré cette réflexion sur l'espace vécu et perçu par le malade. L'idée d'un atlas de la dépression évoque à la fois la dépression conçue comme un terrain à explorer, et aussi l'abord de l'environnement au quotidien par le malade. La dépression, greffée à son hôte comme un parasite, change profondément notre intériorité et notre rapport au monde. Il est dur de la décrire, même sur le plan scientifique. Une hypothèse récurrente concerne la réduction de la taille de l'hippocampe, une partie du cerveau qui joue un rôle considérable en ce qui a trait à la mémoire, à la gestion des émotions et à l'imagination. Un rétrécissement de l'hippocampe signifie une altération importante des fonctions comportementales. On ignore encore, comme c'est le cas pour beaucoup des changements neurologiques observés sur des personnes dépressives, s'il s'agit d'une cause ou d'un symptôme. Ce phénomène rend ardu le bon fonctionnement des connexions entre les neurones. On oublie plus, on ressent moins, on s'enfonce en soi-même. Impensable de se déplacer aisément en de telles circonstances.

Il me semble que les déplacements du dépressif se trouvent soudainement sous l'emprise de deux régimes, celui de la pesanteur et celui de l'étrangeté. On a un peu l'impression d'être prisonnier d'un grand cube de jello : tout est flou, tout est distant. Nous fonctionnons plus lentement, le corps supporte une espèce de poids invisible qui épuise, voire paralyse. Solomon, en faisant référence à un de ses épisodes de dépression majeure, raconte que se lever de son lit pour aller prendre une douche lui paraissait aussi atrocement difficile que les 12 stations du chemin de croix. Même la traversée des lieux les plus rassurants, les plus quotidiens, s'avère être une épreuve, qui se conclut souvent par un retour précipité vers l'horizontal, entre les couvertures, là où le risque est moindre. Samuel Archibald, dans son article pour *La Presse* « Je ne fais pas une vraie dépression » affirme « [qu'il] se perd en ville même en utilisant Google Maps ». La plupart des dépressifs auront, en lisant ce témoignage, une empathie profonde : le réel et le familier se transforment en espaces insensés. Le monde, comme soudainement indécodable, est mis à distance. Je me souviens, alors que j'étais sous l'emprise d'un épisode dépressif particulièrement pénible, avoir tenté de faire le ménage de ma cuisine : tout ce que j'ai réussi à faire, c'est passer une éponge sur les exacts mêmes 50 centimètres de notre garde-manger pendant 15 minutes, avant de retourner me coucher, épuisée. Ce n'est plus nous qui fendons notre environnement :

c'est l'environnement qui nous fend et nous avons l'impression d'être attaqué, dominé par ce qui nous entoure. Et le pire, c'est que l'on sait bien que c'est absurde : on sait bien qu'être incapable de se faire à manger, de prendre sa douche ou de faire le ménage de sa cuisine est ridicule, que ce sont des choses que l'on mène à bien sans problème en temps normal.

Cette conscience de sa propre aliénation, de la débilité de son corps et de son esprit, est peut-être ce qu'il y a de pire. Se produit aussi, toujours en lien avec cette idée du rapport avec l'espace, de longs épisodes de ce que j'appelle la « contemplation vide ». Cette activité, ou plutôt cette contre-activité, ne peut se produire que dans la solitude, souvent dans un lieu clos, à l'abri des regards. Cet isolement ne procure pas de soulagement à proprement parler, mais met en sourdine le monde. Pour ne plus penser à rien, pour faire taire la petite voix cruelle de l'autoflagellation, on fixe le mur. On regarde le plafond. On compte les fleurs qui parsèment notre courtepoinette. On s'égarer dans une observation tout à fait vaine des éléments insignifiants qui constituent notre environnement immédiat, notre cloche de verre. Le petit, le banal, l'absolument neutre, ne procurent aucune joie, mais ont cet étrange pouvoir d'assourdir le mal. La contemplation vide est la réponse du dépressif à la vie, cette agresseuse qui bouge trop vite.



La dépression prend beaucoup de place. Toutes les expériences du malade passent par le filtre de la maladie. Réfléchir devient compliqué, ressentir aussi. En résulte une sorte d'imperméabilité à la beauté, une incapacité à se laisser toucher ou atteindre par l'attrait des paysages, des objets, des gens. Il y a deux ans, je suis partie en voyage en Asie avec des amis. Nous sommes allés à Bagan, au Myanmar. Bagan est un territoire sacré sur lequel s'étalent à perte de vue des temples bouddhistes ancestraux. C'est un des lieux les plus magnifiques, les plus épiques que j'ai vus de ma vie. Pendant ce voyage, je suis tombée tête première dans une horrible dépression. Ce paysage, aussi superbe fût-il, n'eut à peu près aucun effet sur ma sensibilité détraquée. Je ne rêvais qu'au lit de notre hôtel. Six mois plus tard, je me suis retrouvée sur une petite butte au Parc de la Rivière-des-Mille-Îles, à Laval. J'ai vécu à Laval pendant 17 ans, mon médecin de famille se trouve là-bas. Je ne suis pas particulièrement férue de la banlieue de mon enfance. C'est un lieu, pour moi, associé à de l'ennui et de l'angoisse adolescentes bien typiques. C'est un lieu relégué dans un passé souvent désagréable, qui n'a rien d'émouvant. Mais cet après-midi-là sur la petite butte de gazon, j'ai enlevé mon chandail et j'ai lu Marie Uguay. C'était juste après une rencontre avec mon médecin de famille ; nous avons parlé de mon traitement, qui s'avérait efficace, de ma tranquille mais certaine reprise de contrôle sur ma vie. Il faisait beau, c'était un de ces jours de printemps qui annonce l'été. Et le parc lavallois, d'une extraordinaire

banalité en temps ordinaire, était devenu à mes yeux un endroit somptueux, magique. Il s'est transfiguré en lieu de délices parce qu'il accueillait un sentiment de guérison. Il est devenu beau parce que j'étais de nouveau en mesure, après des mois d'apathie, de trouver un endroit beau. La beauté est subjective, on le sait, mais elle dépend aussi de notre intériorité, de notre capacité à l'accepter et à la vivre.

Régulièrement, dans *The Noonday Demon*, Solomon se sert d'exemples empruntés à la littérature pour rendre ses propos plus justes, plus forts. Il évoque Beckett, Woolf, Dickinson. Il écrit : « La dépression est un état presque inimaginable pour quelqu'un qui ne l'a jamais connu. Une série de métaphores est la seule manière de parler de cette expérience ». La création littéraire, thérapeutique ou pas, est d'un grand secours pour « communiquer l'incommunicable », pour mettre des mots sur ce qui échappe à la compréhension. Souvent, les métaphores qui décrivent la dépression passent par l'espace, par le concret et le physique, pour rendre compte de la réalité de la maladie. Dans *Atteintes à sa vie* de Martin Crimp, le personnage d'Anna part en voyage avec un sac rempli de pierres, qu'elle traîne à travers le monde : évocation d'un éventuel terrorisme contre soi-même, image de la maladie mentale contraignante qui pèse comme un tas de roches. Dans « La robe de chambre », la narratrice de Nelly Arcan est prisonnière de son costume rose et fané de vieille fille, symbole lugubre de la honte et de

l'isolement, théâtre de ses pleurs et de sa mort lente. Dans *4.48 Psychose*, l'ultime pièce de Sarah Kane, la protagoniste évolue dans un espace à la fois très restreint et aseptisé, représentant le huis clos d'une chambre d'hôpital psychiatrique, mais aussi investi par des projections, interventions de l'extérieur qui hantent le personnage. Cette représentation spatiale du rapport aliéné entre le dedans et le dehors, entre le réel et l'irréel, est une image puissante, permise par la force du dispositif scénique. Il n'y a peut-être pas beaucoup d'espoir, mais, pour reprendre les mots de Solomon, il se trouve de la vitalité, des vibrations dans les relations que les textes entretiennent avec la réalité de la maladie. Si les thérapies et les médicaments permettent de surmonter la maladie mentale, les œuvres artistiques nous aident à la comprendre. Être coupée en quartiers dans le coin : c'est ce que j'ai souhaité de tout mon cœur en étant malade. Et aujourd'hui, guérie, penser à cette chanson me donne de la force. Parce qu'elle valide mon expérience. Et me donne l'impression d'être un peu plus sensible, un peu plus humaine.

## Bibliographie

ARCAN, Nelly. *Burqa de chair*, Paris, Éditions du Seuil, coll. « Cadre Rouge », 2011, 168 p.

ARCHIBALD, Samuel. « Je ne fais pas une vraie dépression », *La Presse Plus*, en ligne sur [http://plus.lapresse.ca/screens/ffe9fb3b-f2fb-4329-bda8-df82f94ec613\\_\\_7C\\_\\_0.html](http://plus.lapresse.ca/screens/ffe9fb3b-f2fb-4329-bda8-df82f94ec613__7C__0.html)

CRIMP, Martin. *Atteintes à sa vie*, Paris, Arche, coll. « Scène Ouverte », 2009, 94 p.

KANE, Sarah. *4.48 Psychose*, trad. « Évelyne Pieiller », Paris, Arche, 2001, 64 p.

PLATH, Sylvia. *La cloche de détresse*, trad. Michel Persitz, Paris, Gallimard, coll. « Imaginaire », 2006, 280 p.

SOLOMON, Andrew. *Le diable intérieur : anatomie de la dépression*, trad. Claude Richetin, Paris, Albin Michel, 2002, 608 p.