

## La maladie mentale : une illusion

Kate Millett

Volume 16, Number 1, Spring 1991

Aspects de la dynamique conjugale

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/032215ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/032215ar>

[See table of contents](#)

---

### Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

### ISSN

0383-6320 (print)

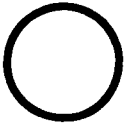
1708-3923 (digital)

[Explore this journal](#)

---

### Cite this document

Millett, K. (1991). La maladie mentale : une illusion. *Santé mentale au Québec*, 16(1), 287–294. <https://doi.org/10.7202/032215ar>



---

## Conférence-débat

---

### La maladie mentale: une illusion<sup>1</sup>

---

Kate Millett\*

#### La maladie mentale: une illusion<sup>2</sup>

Comment peut-on nommer «illusion» quelque chose qui a pris une si grande place dans nos vies, qui les a dévorées et même gâchées? Comment pourrait être illusoire ce qui nous a dominées au point de définir notre identité la plus profonde et de tracer pour nous un destin qui semblait inexorable, et ce jusqu'à la fin de nos jours? Comment qualifier d'illusoire ce qui est une croyance si généralement partagée au Canada, aux États-Unis et dans le reste du monde?

Rares sont les pays qui ne cautionnent pas entièrement, formellement ou informellement, officiellement ou officieusement, cette notion de maladie mentale et son corollaire, celle de santé mentale. Les gouvernements s'en sont emparés pour en faire leur produit, ils les ont intégrés dans les structures de ministères; ils leur ont affecté un service à chaque niveau de leur bureaucratie: fédéral, municipal, provincial, national et régional; finalement, toutes les villes et tous les villages possèdent leurs services de santé mentale.

Certaines personnes croient que l'on peut reconnaître la maladie mentale aussi facilement qu'une pneumonie, qu'elle est aussi contagieuse que le sida et qu'on finira par la connaître et la contrôler aussi bien que le cancer... D'autres estiment que la maladie mentale est une réalité inéluctable, qu'elle fait irrémédiablement partie de notre civilisation, mais qu'il est possible de la maîtriser et de la traiter par la médication et la prévention au même titre que les maladies cardiaques.

Notre croyance en l'existence de la maladie mentale relève, dans une certaine mesure, du mystère, du miracle. En fait, à notre

---

\* Kate Millett est écrivaine américaine, auteure de nombreux essais dont le dernier porte sur son expérience en psychiatrie.

époque, après plusieurs siècles de découvertes scientifiques et de triomphe de la preuve scientifique, une telle conviction est de nature religieuse et n'a pas de fondement scientifique. Ce que je veux dire, c'est que nous y adhérons sans aucune preuve; sans qu'il y ait évidence de ce que la science appelle maladie. C'est-à-dire sans preuve de pathologie. En médecine, il n'existe pas de maladie sans pathologie. Et la pathologie, c'est quelque chose qu'on peut voir et qu'on peut prouver.

Toute la médecine, toute la science, se fondent sur cette preuve. Sur l'évidence. Une évidence concrète que la maladie existe bel et bien. De vrais microbes, pourrait-on dire, de vrais tests sanguins, de vrais anticorps, de vraies tumeurs, de vraies sécrétions, de vrais œdèmes, de vraies malformations cellulaires. Il existe de vraies maladies du cerveau et du système nerveux dont on peut démontrer l'existence en s'appuyant sur des symptômes évidents: tumeurs, parésie, maladie d'Alzheimer, chorée d'Huntington. Ce sont là de vraies maladies qui présentent une pathologie évidente.

Toutefois, ce n'est pas ce qu'on entend par maladie mentale. Quand nous parlons de maladies mentales, nous parlons d'un certain nombre de supposées maladies pour lesquelles il n'existe aucune évidence pathologique, même si nous y croyons depuis plus d'un siècle. La schizophrénie vient en tête de ces maladies mentales, suivie de la psychose maniaco-dépressive, puis de la paranoïa: on les associe fréquemment. Par ailleurs, leur existence même ne fait pas toujours l'unanimité au sein de la profession psychiatrique. La psychologie classique a autant de mal que la médecine psychiatrique à faire la preuve de leur existence en tant que maladies ou pathologies, parce qu'il n'existe aucun répertoire de ces pathologies ni de preuves de leur existence.

La seule chose qui existe, c'est un comportement. Pourtant, prouver qu'une personne est malade parce qu'elle agit ou se comporte d'une certaine manière, et prouver que quelqu'un est malade en se basant sur des signes physiologiques évidents, voilà qui est très différent! On ne part pas d'une réalité objective basée sur une évidence physique quand on détermine qu'il y a maladie à partir d'un comportement. Au contraire, on pose un jugement subjectif, puisque le comportement est matière à observation et à interprétation.

En termes simples, ce qui est fou pour une personne peut être parfaitement logique et même rationnel pour une autre. Ce qui semble scandaleux à quelqu'un peut être considéré comme un simple manque de savoir-vivre par quelqu'un d'autre, ou même paraître drôle pour

un troisième observateur. Et à la limite, légitime. Tout dépend de celui ou de celle qui regarde. Et tout dépend encore plus de son état d'esprit au moment où il observe ce comportement: intérêt personnel, dépit, désir de contrôler, colère, désapprobation, volonté de punir ou d'humilier.

Rien de tel avec la pneumonie: vous l'avez ou vous ne l'avez pas... Et si vous l'avez, vous voulez qu'on vous guérisse. Quand on vous soupçonne de maladie mentale, vous êtes au banc des accusés, vous êtes victime de calomnie, vous êtes quelqu'un sur la défensive, incapable de vous défendre contre une accusation dont l'existence même sert de preuve contre vous.

Rien de comparable avec la pneumonie: on n'engage personne pour vous traduire devant les tribunaux, pour convaincre un juge de votre culpabilité parce que vous êtes infesté de microbes: on ne vous isolera pas de vos amis, on ne vous déshonorera pas à leurs yeux; vous ne perdrez ni votre emploi, ni la garde de vos enfants. Ce n'est pas ce qui vous attend si vous contractez une pneumonie.

Par contre, c'est bien ce qui peut vous arriver si l'on croit que vous êtes dans l'un de ces mystérieux états qu'on nomme maladies mentales. Comme elles sont étranges d'ailleurs, ces maladies, et combien improbables puisque certaines apparaissent et disparaissent au gré des époques: disparues, par exemple, l'hébéphrénie, la catatonie, l'hystérie, une maladie de femmes (hyster signifie utérus)! Par contre, de nouvelles maladies ont fait leur apparition: personnalité-limite, trouble de la concentration, cette dernière petite merveille qui affecte les enfants et qui justifie, à l'école, l'emploi de toutes sortes de pratiques punitives qu'on inflige à des millions d'entre eux: isolement et administration forcée, durant des années, de Ritalin, ce terrible médicament qui est en fait un narcotique, un amphétamine.

La maladie mentale repose sur une idée simple: il s'agit d'interpréter la souffrance mentale et émotionnelle comme preuve de maladie, sur laquelle seule une classe de guérisseurs hautement spécialisés, hautement qualifiés et grassement payés — quasi une caste religieuse — peut avoir un quelconque effet. Il ne faut ensuite rien négliger pour combattre ces mystérieuses maladies: traitements draconiens, pharmacologie, cruauté, intimidation, séquestration, électrochocs. La simple thérapie basée sur la parole n'a pas de valeur, car la parole n'a pas de valeur, tout comme l'amitié ou les conseils. Elle n'a pas de valeur parce qu'elle ne nécessite ni ordonnance, ni diplôme, ni spécialisation, ni permis.

La détresse, l'incertitude, les moments de crise, sont pourtant des étapes qui, bien que douloureuses, nous permettent aussi de divorcer, de grandir, de créer, de changer, de prendre des décisions. Chaque fois, ce sont des périodes de grande vulnérabilité. Ce sont aussi des occasions d'affrontement avec notre entourage. Des conflits aussi à l'intérieur de nous-mêmes: nous manquons de confiance en nous, comme d'habitude; nous doutons de nous en tant qu'homme et en tant que femme, en tant qu'amant et amante, en tant qu'enfant ou parent. Nous pouvons nous sentir désorientés, dépassés, honteux, sans courage, diminués et humiliés. Et cela d'autant plus si nous sommes convaincus de ne pas savoir ce que nous voulons, d'être loin de nos propres émotions, d'être incapables de comprendre nos propres réactions et motivations; et davantage encore si l'on nous a appris à ne pas faire confiance à ce que nous ressentions et à douter de notre façon de penser et de raisonner.

Il ne reste plus alors qu'à médicaliser la condition humaine, à définir l'esprit humain comme un amalgame d'impondérables mystérieux et à prétendre qu'il s'agit d'une construction chimique dont l'équilibre est précaire, une énigme qui nous tient à sa merci et que nous ne pouvons pas contrôler. Seule la psychiatrie serait capable de rafistoler cet amalgame volatile et d'équilibrer toutes ses composantes au moyen de médicaments dont même les docteurs savent peu de choses mais qui, d'après eux, seraient sans danger.

Peu à peu, nous perdons le contact avec les problèmes qui sont au centre de notre vie, avec la confusion qui règne dans nos relations et nos choix de carrière, vis-à-vis nos enfants et nos conjoint-e-s, avec les dilemmes de notre vie, avec notre besoin d'argent, notre besoin d'espoir, d'affection, de compréhension, de tolérance, de soutien. On nous présente toutes ces réalités de la vie comme si elles étaient des chimères, comme s'il s'agissait d'entités étrangères, d'effets bizarres de la biochimie, d'effets secondaires, d'états maladifs. Tout devient une question de fatalité, de constitution, on s'appuie frauduleusement sur la physiologie. (Souvenez-vous que nous parlons de maladies imaginaires, sans fondement physiologique, sans pathologie évidente, dont on n'a même pas pu démontrer l'existence).

On nous contrôle et on nous manipule. Nous sommes des citoyens et des citoyennes que l'on met au pas, que les organismes sociaux redressent et dirigent, car telle est la fonction de ce gigantesque appareil gouvernemental qui comprend aussi bien les hôpitaux et les centres de santé communautaire, financés à même les fonds publics, que les cliniques et bureaux privés, financés, ceux-là, par des

compagnies d'assurances qui appartiennent en grande majorité à des actionnaires. La Bourse et le contribuable: tous deux croient fermement à la santé mentale comme à la maladie mentale.

Derrière ces deux concepts se profile une vaste industrie, des centaines de milliers d'emplois, des salaires et des postes, des subventions et des dépenses, des médecins, des infirmières, tout un réseau de gardiens des lieux d'internement, du personnel et du matériel de sécurité, des fabricants de matériel de contrôle et de la quincaillerie des électrochocs et, en bout de ligne, l'industrie pharmaceutique elle-même, l'industrie la plus lucrative au monde avec l'industrie militaire. S'ajoutent à cela leurs milliers de fournisseurs, les revues et les établissements de formation, les bureaucrates affectés à l'accréditation et à la certification, les archivistes et les commis, les salles de congrès et les centres de perfectionnement; les entrepreneurs et le personnel d'entretien, les compagnies qui approvisionnent ces organismes, et en fin de compte, les comptables et les conseillers juridiques. Le coût de toutes ces activités, pour le seul État de New York, est comparable au budget d'un petit pays...

Et l'on continue sans cesse à réclamer plus d'argent, plus de recherche sur les maladies mentales, un plus grand nombre de lieux d'hébergement et d'isolement et l'élargissement des pouvoirs d'internement. En même temps et de façon hypocrite prolifèrent des campagnes publicitaires mielleuses qui prônent une plus grande tolérance et une plus grande compréhension, en même temps qu'on nous prédit une augmentation des maladies mentales, de façon à nous faire comprendre que nous sommes tous et toutes atteint-e-s de maladies mentales, à des degrés divers, et que nous avons donc besoin de soins de plus en plus nombreux et de plus en plus puissants.

De telles sommes d'argent, un tel pouvoir, tant d'emplois et de carrières sont en jeu que la santé mentale a fini par éclipser les religions organisées. Elle constitue maintenant le moyen le plus puissant de contrôle social et de normalisation.

De plus, ses critères sont acceptés par la loi, la justice les met en application: c'est sur eux qu'on se fondera pour déterminer qui sera libre et qui sera interné, pour statuer sur une définition de la santé mentale et pour décider de la nécessité d'attribuer un tuteur à un individu qui sera déclaré incompetent, incapable de prendre des décisions par lui-même et dont les affaires, par conséquent, devront être confiées à quelqu'un d'autre. Un individu accusé de maladie mentale n'existe plus légalement. Il a cessé d'être autonome, il n'a

plus d'identité personnelle. Il ne peut plus disposer ni de son sort, ni de lui-même. C'est un mort-vivant.

C'est avoir une grande foi en une maladie imaginaire, illusoire. Le potentiel de contrôle social, volontaire ou fortuit, qui découle de cet état de fait, est si énorme qu'on s'aperçoit qu'il s'agit d'un système où les abus, loin d'être accidentels, sont en fait liés à la nature même du système. Le résultat, ou plutôt l'objectif principal, est d'obliger les gens à se conformer socialement. Ce conformisme social est probablement l'un des plus raffinés qui aient jamais existé.

En comparaison, le péché et la religion ne font pas le poids. Même l'Inquisition et ses tourments apparaissent bien peu de choses. En effet, il est difficile d'égaliser la terreur ressentie lorsqu'on reçoit des électrochocs, pieds et poings liés, ou des injections massives de drogues débilatantes qui nous laissent complètement abrutis. Les moyens utilisés sont puissants, voire tout-puissants. Ce système, en fait, repose sur l'écrasement d'une vulnérabilité maximale par une puissance maximale. On est face à la pire des situations: un individu à la merci la plus complète du pouvoir institutionnel, prisonnier d'un système d'une ampleur et d'une puissance incomparables.

Mais bien sûr, les institutions sociales n'agissent pas aussi manifestement. En général, elles sont intégrées à la vie, on y est habitué, on les accepte comme quelque chose d'inévitable, d'utile, qui fait partie de notre civilisation et même de notre libération. Reprenons le parallèle avec l'Inquisition et comparons le Saint-Office, comme on l'appelait, à notre système psychiatrique d'État: les deux ont la même dimension internationale, la même importance, la même complexité, la même pénétration sociale, la même efficacité. Pensons à l'influence insidieuse de la psychiatrie dans les écoles et les universités, ou sur les mécanismes d'embauche et de gestion du personnel. Pensons à son influence sur tous les aspects du système de santé, de l'aide sociale, de l'assistance publique, des subventions gouvernementales, des fonds privés.

Mais surtout, pensons à la reconnaissance culturelle et à l'appréciation sociale dont jouit la psychiatrie de même que les «aidants», dont on reconnaît les objectifs nobles et le grand altruisme. Sa mission n'est pas divine ou sacrée, mais c'est tout comme, et la science est devenue de nos jours une sorte de religion laïque. Peu importe qu'il s'agisse d'une pseudo-science, le désir de croire a remplacé les preuves et les évidences. Ce qui se prétend scientifique est maintenant considéré comme scientifique et les affirmations sont considérées comme des faits. Le mot célèbre du poète Coleridge à

propos du théâtre s'applique ici tout à fait: «La psychiatrie, c'est l'abandon volontaire de l'incrédulité».<sup>3</sup>

Comment une illusion peut-elle acquérir la puissance d'un fait réel? Grâce à la foi et au consentement de ceux que l'on gouverne. Comme toute superstition, cette construction de l'esprit a pris un énorme pouvoir. Mais comme ce système dépend de serrures, de barreaux, de drogues et de policiers, sa force persiste, que l'on y croie ou non. Néanmoins, notre croyance lui donne encore plus de pouvoir, un pouvoir quasi divin. Il en a été ainsi pour ceux et celles d'entre nous qui en avons été doublement les prisonniers et prisonnières: dans nos corps et dans nos esprits.

La psychiatrie peut avoir ou non emprisonné nos corps, mais elle a toujours, par le diagnostic, emprisonné notre esprit. Parce qu'elle tient à l'illusion de la maladie, parce qu'elle prétend en identifier les symptômes et parce qu'elle imite les preuves médicales, la psychiatrie nous condamne. Tout aussi sûrement que si on nous annonçait un cancer en phase terminale ou le sida, on nous condamne à nous imaginer comme les victimes impuissantes d'une maladie débilitante, dégénérative et chronique. Toute vie s'en trouve alors assombrie, prenant fin en quelque sorte, et l'espoir disparaît.

Le diagnostic nous fait perdre non seulement notre liberté, lorsque nous sommes interné-e-s, mais aussi notre intégrité, notre individualité, notre sentiment d'être une personne entière, saine, compétente. À cause du diagnostic, quelque chose d'encore pire que l'emprisonnement nous arrive: nous perdons confiance en nous-mêmes. Que nous soyons en liberté ou interné-e-s, nous ne croyons plus en nous-mêmes, en nos propres pensées, nos perceptions, nos intuitions.

Le bon sens définit la santé mentale comme la capacité de croire en nos propres perceptions, et c'est cela qui nous est enlevé. Nous ne sommes plus sûr-e-s de nous-mêmes, plus sûr-e-s de rien. Notre esprit peut chavirer et nous trahir à tout instant comme un couteau en caoutchouc. Cette inquiétude constante se transforme en panique que nous risquons d'interpréter comme des symptômes de maladie. Notre tristesse ressemble alors à de la dépression et nous nous croyons fous ou folles. Si la folie ne nous a pas encore gagnés, alors, sûrement, ce sera pour demain. Nous sommes l'incertitude même, une énigme à nos propres yeux; nous sommes un fusil chargé, de la dynamite, explosifs, hors de contrôle.

Nous devons donc capituler, nous abaisser. L'hostilité de notre entourage, habituellement nos proches, a déjà érodé notre estime de



nous-mêmes, notre volonté, l'audace que nous manifestons en étant différents. Par le stigmate du diagnostic — en soi une condamnation, inhumaine, destructive, un crime — nous avons été neutralisé-e-s, ébranlé-e-s, poussé-e-s à l'ambivalence. Nos doutes sont un affront à l'autorité.

Sans camarades, sans un mouvement organisé, nous pouvons être détruit-e-s, nous pouvons devenir des patient-e-s chroniques, des infirmes, des êtres grotesques. Certain-e-s parmi nous ont connu des difficultés parce que nous avons défié l'ordre des choses, en étant des rebelles, en nous posant des questions existentielles, en dévoilant l'imposture de la vie, sa nature essentiellement barbare, sa courte durée, sa difficulté, sa cruauté.

Nous étions différent-e-s, déviant-e-s; nous avons vu à travers les faux-semblants; nous nous sommes rendu-e-s jusqu'en enfer et en sommes revenu-e-s.

Nous avons aussi survécu à l'un des systèmes d'oppression les plus abjects jamais instaurés; nous sommes ses victimes et ses critiques. Nous sommes ceux et celles qui sont capables de dire que l'empereur est vraiment nu.

C'est à nous de dire la vérité, de faire savoir que la maladie mentale est une illusion, intellectuellement et scientifiquement, mais qu'elle constitue aussi un système de contrôle social dont l'ampleur et l'omniprésence sont sans précédent. C'est à nous de lever le voile sur cette illusion.

Cela nous libérera tous et toutes, car nous sommes tous et toutes réprimé-e-s, opprimé-e-s, limité-e-s, intimidé-e-s par ce spectre de la maladie mentale. Cela libérera aussi l'humanité de cette peur ancestrale et terrible, celle de la folie et de l'asile, de l'irrationnel, de la mainmise sur l'esprit humain et de sa destruction, des terreurs irrationnelles qui l'assaillent depuis la nuit des temps.

Nous libérer de cette peur, de la peur que nous inspire notre propre esprit: voilà un grand privilège. C'est un des derniers et des plus importants défis à relever pour la libération de l'humanité.

Nous avons la chance de pouvoir participer à ce combat.

## NOTES

1. «The Illusion of Mental Illness».
2. Cette traduction est due à la généreuse contribution de Nicole Dubeau et de Danièle Simpson. Nous les remercions de tout cœur. Exposé présenté le 20 février 1991 lors de la soirée d'ouverture du Congrès d'orientation du Regroupement des ressources alternatives en santé mentale du Québec (RRASMQ).
3. «Psychiatry is the willing suspension of disbelief».