

**Natasa Arvoa**

# **Curriculum Morbus et Infirmum Vitae**

## **« Inferno Medicinalis »**

**CHAPITRE °1: l'explosion - mon monde vole en éclats alias le premier vol au dessous du nid de coucou**

*« Premières vacances forcés » du 22.5 - 23.6 2006 à Cery*

**CE QUI EST VU DE L'EXTERIEUR:**

Une bouffée délirante extraordinaire et fulgurante 10 jours après une initiation au Reiki 1er degré que j'ai fait pour soigner mon eczéma atopique généralisé et non guérissable selon un certain spécialiste en dermatologie. Au lieu de guérir, je tombe encore plus malade...Ouff... On me dit que je souffre du trouble schizo-affectif et/ou de la maniaque-dépression (mais Docteur, je n'ai pas de dépressions! Je me sens juste être un « être cosmique et connecté à tout » et ceci depuis toujours, pourquoi vous ne me comprenez pas?!? Car vous êtes aussi un être universel, comme moi, malgré votre blouse blanche...). Internement de force, mal-compréhension de ce qui se passe, confusion personnelle, le chaos et la panique au sein de la famille. Déformation totale de mon corps suite aux traitement pharmacologique lourd. Impuissance...Incompréhension générale...

**CE QUE JE PERCOIS:**

Événement mystique et un retour de mon âme vers mes vies intérieures le plus probablement (à travers des hallucinations visuelles et olfactives portant sur une période très triste de l'humanité que je n'ai pas vécue dans cette vie là et que j'ai toujours trouvé désolante et particulièrement douloureuse)...Mais surtout il ne faut pas le dire à personne, car tu risque d'être désignée comme aliéné à vie. Mais Harry Potter va gagner contre le mal. Je le sais. Et je suis Harry Potter...Ou une sorte d'un petit héro...ou plutôt Alice in Wonderland...Puis les livres me parlent. Par exemple Da Vinci Code. L'abominable vérité cachée sur notre monde... La matrice. La conspiration... Le complot mondial... On nous cache la vérité...Mais pour l'instant, j'arrête de lire...J'arrête de cogiter... Mon esprit divague...ma tête explose...Peut-être ce n'est pas trop mal que les neuroleptiques coupent les connexions entre les neurons, mais je ne les aime pas ces médocs. Pourtant je vais devoir profiter de ce vide dans ma tête... Bipolaire? C'est quoi en fait? Etes vous sûr? Suis je bipolaire?.....Oui ma vieille, tu l'est. Puisque les médecins le disent...Alors prends ta zyprexa... même si elle te fait gonfler de 25 kg et même si elle t'assomme...prends la, c'est mieux...tu n'as pas le choix...

**CHAPITRE °2: l'appel du Christ - je suis mon propre Bouddha**

*"Holiday time again » du 27.7 - 24.8.2007 à Cery*

**CE QUI EST VU DE L'EXTERIEUR:**

Le drame se répète. Diagnostique posé F31.2 devient un cadeau ou fardeau?!? Imprévu de la vie... Contraintes médicales, enfermement, médication forcée, effets secondaires néfastes: la dyskinésie tardive, effet parkinsonien, impossibilité d'articuler...et bien plus...Test du lithium... Voilà, je suis comme Curt Cobain....il ne manquait plus que ça....

**CE QUE JE PERCOIS:**

Ouverture du coeur, re-connexion à la Conscience Christique, totale purge karmique, libération du passé proche et lointain. Je prends les médocs et je me tais. J'apprends à porter mon joug, ma croix avec de la classe et en silence...Il ne peut pas être autrement...

### **CHAPITRE °3: l'hôpital est un hôtel de sécurité pour les âmes égarées dans ce monde dangereux et puéril**

*« Shining de Kubrick ça se passe ici et maintenant » du 8.10 - 27.10 à Cery*

#### CE QUI EST VU DE L'EXTERIEUR:

De nouveau une rupture sentimentale. Je n'ai pas le droit à mes émotions positives et/ou négatives, tout est considéré comme une comorbidité, comme un état de folie, JE SUIS FOLLE mais surtout je suis très triste donc on me fait enfermer comme d'habitude, le même cirque re-commence. Je suis sans repères. Les médecins se foutent de moi. Ils me bourrent des médicaments sans me demander que est ce qui fait que je vais si pitoyablement mal...

#### CE QUE JE PERCOIS:

Le lieu de crise particulièrement hostile devient un véritable lieu de rencontres et un lieu de remise en question intérieure, les femmes de ménage de l'hosto sont des anges modernes incarnés - j'adore! Puis, je m'en fou de tout, je profite de mes birchers matinaux et si délicieux de ce « lieu de remise en forme » de Cery. Puis, je fais la propagande spirituelle - forcément - et j'embarque les patients pour faire du yoga, le do-in improvisé et les étirements intuitifs tous les soirs après le repas dans le jardin de notre unité. Etonnement général des soignants...J'ai toujours aimé mettre les gens ensemble, de réunir mes semblables, le lieux ni le contexte ne m'empêcheront pas de le faire cette fois non plus.... L'hôpital ce n'est que un grand hôtel un peu différent....

### **CHAPITRE °4: Samsara, l'éternelle rue des répétitions des souffrances humaines - comment en sortir?**

*« Double tirage aux sort » le 29.6 19.7.2010 et le 3.8 - 4.11.2010 à Nant (ou Néant?!?)*

#### CE QUI EST VU DE L'EXTERIEUR:

Elle est folle....Elle est malade.....Elle est inacceptable pour la société....Elle hurle depuis son balcon.....Elle dérange ses voisins....Elle est exhaltée...agressive...Il faut la calmer. Appelez la police...Est-elle dangereuse pour soi ou pour les autres? On ne sais pas trop mais pour être sur, il faut la mettre à l'abri, c'est mieux....Je pars de force et menottée à l'hôpital....Après d'avoir passé à la cellule grise fameuse au poste de police à Vevey...Quels manières foutues de traiter les femmes pareillement! La décadence sociale totale...Aucune finesse....Je m'en fous! Je retourne secrètement à mon état de l'humain cosmique...Intérieurement....C'est là que tout se passe....Peu importe si je suis dehors ou enfermée, je resterais connecté à l'Univers et à mon coeur!

#### CE QUE JE PERCOIS:

La terre est en souffrance. Elle me parle. Elle me raconte sa douleur. Et aussi celle de l'humanité entière, celle des animaux, de notre mère nature aussi. Celle des femmes, des hommes, des enfants... Je n'en peux plus. Mes réserves lacrymogènes sont épuisées. Je n'arrive plus à pleurer. Je n'arrive plus à retenir ma colère sainte. Je crie depuis mon balcon contre toutes les injustices du monde. Mon voisin me remarque plus tard que j'ai une voix d'une diva. Ensuite, au retour de mon hospitalisation, je passe personnellement chez chacun de mes voisins pour s'excuser du « sacré bordel » que j'ai fait. Dans tout ce désordre incroyable, à l'hôpital je fais un rendez-vous décisif pour mon futur, je rencontre un médecin somaticien qui est appelé à mon secours et qui deviendra plus tard mon docteur traitant, sa femme est slovaque comme moi, et il me parle dans ma langue - en slovaque, en tchèque, puis en anglais, en français, en allemand - comme une vraie cosmopolite j'adore... Et alors on tchatte dans notre espéranto à nous... Il veut me soigner différemment, j'accepte. Cela est une belle rencontre humaine. La guérison commence même si je perds mon job de cheffe adjointe et conseillère dans une agence touristique que j'ai aimé tant. Malgré ma volonté et ma crise de nerfs tout comme la crise morale, mon médecin psy dépose la demande auprès de l'Al et petit-à-petit je re-apprends et re-commence à souffler en prenant le temps pour moi. A la sortie de l'hosto, on m'recommande d'aller au Centre du Jour à Clarens, mais je me libère vite fait après 3 mois de test et de passage journalier de cette obligation ennuyeuse...J'ai aimé de participer à la cuisine avec des autres patients, mais cela ne suffit pas pour me faire revenir.... Institutionalisation de la médecine et du traitement ne me convient pas. Je cherche des alternatives....Je cherche la compréhension humaine,

l'empathie, la chaleur et la sympathie que je n'arrive pas parfois à me donner à moi même. Je cherche, je cherche.....Je me cherche.....Pourrais-je me trouver un jour?...Continue ma vieille... Celui qui cherche, trouve...La plupart du temps. On dit...

**CHAPITRE °5: la fin du monde a été prévue en 2012 par les Mayas...On y est. C'est fini....**  
*« La petite chapelle du Nant est ma chambre privée » - du 15.10.2011 - 13.2.2012 et du 20.6.2012 - 25.10.2012 à Nant*

CE QUI EST VU DE L'EXTERIEUR:

5ème crise, schéma répétitif, un internement très difficile de longue durée avec deux passages à l'hôpital somatique et un passage aux soins intensifs car on me surdose en neuroleptiques, je subis un coma médicamenteux suite à cette erreur médicale qui cause un collapse de mes reins, je suis entre la vie et la mort. J'ai le droit à la vieille amie Dyskinésie & Parkinson, puis aux pampers pour les adultes, ainsi que à une chaise roulante à la sortie des soins intensifs pendant quelques semaines....Mais je vais m'en sortir, il ne peut pas être autrement. J'ai encore une mission de vie à mener au bout...Je ne vais pas abandonner comme une lâche...J'ai encore un mot à dire...Ta raison ma vieille...Bats toi!...

CE QUE JE PERCOIS:

Je suis réduite à un animal de laboratoire, on teste sur moi tous les médicaments possibles et pas possibles, je crois que j'ai tout essayé...Cela m'étonne quand même que mon corps tient encore comme un petit soldat courageux, qui me supporte et m'encourage à me faire soigner. Mais je suis appelée par mon « Soi Supérieur » à re-prendre ma vie en mains et de faire confiance à la vie, malgré les médicaments, malgré l'emprise et l'acharnement médicales, malgré l'erreur thérapeutique que j'ai subi, malgré la peur énorme ainsi que l'incompréhension totale de la part des membres de ma famille. Mon âme me chouchoute et je commence à l'entendre et à l'écouter. Je commence à cheminer vers ma guérison intérieure, la guérison de mon Ame. Mais je suis fatiguée. Je n'ai pas le temps ni l'énergie à faire la guerre à l'establishment médical, finalement je ne porte pas la plainte conte l'hôpital, alors que on me conseille de le faire...Je veux être fidèle à moi même. Je suis une ambassadrice de la paix et d'amour. J'ai la foi en Paix et l'Amour. Je ne veux pas faire la guerre, il y en a assez de conflits dans le monde. Ces luttes et hostilités mondiales entre autre m'ont rendu malade, elles ont grandement contribué à mon mal-être, tout comme les médias pleins de violence abominable laquelle j'abhorre totalement...Je n'en peut plus de ces conflits perpétrés depuis les néons...Je ne veux pas en créer davantage...Je dois me relever...Je suis une guerrière pacifique. Je crois en la justice de la vie. Je crois que tout donnera un sens, un jour....J'ai besoin de récupérer, de me soigner, d'oublier, d m'en sortir. J'ai besoin du temps et de la paix. J'ai besoin de re-devenir la paix et l'amour que je suis...On le l'oublie si facilement....Alors, je ferais la Paix avec l'Ombre de ce Monde plus tard, quand je serais mieux. Quand mon moment viendra. La vie me donnera raison, je le sais. Je trouverais un moyen à revenir à une vie qui donneras du sens....Je m'abandonne à mon destin....Courage ma vieille...

**ENTRE TEMPS: sevrage fatal**

*Après l'hospitalisation nr °5, j'ai entrepris un sevrage progressif mais très lent, sur 3 ans. J'ai retrouvé ma ligne presque svelte ainsi que mon caractère jovial et j'ai effectivement tenue une année sans médication aucune mais ma « diète » médicale qui s'est soldé par un échec flagrant car j'ai eu l'excellente idée de me faire inviter et accepter d'aller à un séjour et retraite spirituelle (sûre de moi, que rien de grave n'allais se produire) qui m'a exaltée on va dire, ou perturbée, suite à quoi je me suis retrouvée de nouveau hospitalisée en institution - il s'agit du chapitre °6. La sortie sans issue.....*

**Je suis pire que un perpetuum mobile.....et tout le tralala médical recommence.....jusqu'a quand?  
Suis je déjà au purgatoire?**

**CHAPITRE °6: la reprise de la conscience est un parcours douloureux et infini**

*« Le jardin de l'hôpital de Nant est mon lieu d'ancrage, je pique et grignote tout ce que je y trouve / Les éternels va et vient médicaux vont-ils s'arrêter un jour? » Du 21.1 - 21.1.2016 Nant, 21.1 - 26.1.2016 Cery au 28.1 - 20.4 2016 à Nant*

#### CE QUI EST VU DE L'EXTERIEUR:

On n'arrivera plus à l'aider. Elle est vraiment malade...elle fout le désordre pas possible à l'hôpital...Elle effraye des autres patients par ses cris....C'est la « cliente » la plus difficile de l'établissement!

#### CE QUE JE PERÇOIS:

« Aut regem aut fatuum nasci oportet » soit: « il faut être un roi ou un fou pour faire ce que on veut »...quelque chose de fondamental change en moi. Je suis totalement « folle » et j'aime bien l'être. Qui ne l'est pas? Faut-il pas être un peu fou dans ce monde pour pouvoir survivre? Ce n'est pas un signe de bonne santé que être adapté à une société malade...Je fais ma bulle... Comment pouvoir garder ma folie positive et contagieuse tout en restant en équilibre mental, physique, psychique et social? Je lâche toute la spiritualité toute apprise, toutes les idées dogmatiques, pour puiser désormais uniquement que dans la vérité de mon coeur, je me re-connecte à moi même... La véritable recherche intérieure commence..... T'as pris du temps ma vieille....

#### **ENTRE TEMPS: ma compagne de chatte m'enseigne une leçon primordiale sur la vie**

*Au début de l'année 2017, je fais un examen de santé de mon animal de compagnie et il s'avère que ma chatte souffre des problèmes de reins. Elle doit prendre son médicament à vie. Je suis sidérée. L'image d'elle quand elle refuse de prendre son remède est impressionnante et me rappelle de moi même à l'hôpital. Pire que moi! Elle siffle, elle tourne la tête, elle essaie de s'enfuir, elle court, elle bave, elle rejette le produit que je lui injecte tout doucement avec une seringue dans la bouche. C'est vrai, le produit a un gout terrible mais quand même... J'ai tout essayé. Lui mettre le médoc dans la nourriture, alors elle refuse d'en avaler même un minuscule bout. Elle a le flair d'un félin, quoi. Alors exaspérée, car je tiens à elle, je l'adore - c'est mon amour et ange animal, je commence à lui parler, lui expliquer, lui demander de bien vouloir prendre son médoc, de se résigner car je l'aime et j'ai besoin d'elle. Petit à petit, elle accepte. Elle se soumet. Je crois que elle comprend que je lui veut du bien. Et elle m'enseigne une leçon d'humilité. Alors je saisi clairement, que moi aussi, je dois adopter la même attitude vis-à-vis de ma médication, si je veux continuer à vivre harmonieusement, ou sans « ces foutues difficultés médicales. Depuis, je suis devenue collaborante. Cela fait longtemps que je bénissais selon la philosophie de Dr. Masaru Emoto sur l'eau, mon médoc liquide que je me fais injecter mensuellement, mais je faisais toujours la résistance, inconsciemment. Et là, soudainement, j'ai fait la paix. Quelle nouveauté dans mon esprit têtue....Cela est réjouissant et cela est nouveau. Cela va me sauver la vie. Hélas...On apprend tous les jours...*

#### **CHAPITRE FINAL: La longue marche vers soi-même.**

*« Chacun y arrive un jour.... » Printemps - été 2018, ouverture officielle et temporaire de mon lieu de secours et de soin très privé chez moi et que à mon usage privé à La Tour-de-Paix, lors d'une première crise maîtrisée par mes propres soins et en ambulatoire. Alleluiaààààààaaa!*

#### CE QUI S'EST PASSE:

J'ai vécu en printemps de l'année passée une profonde crise sentimentale et intime, j'ai frôlé la décompensation mais j'ai réussi de reconnaître des manifestations du trouble ainsi que les prémices de la maladie et j'ai pu solliciter de l'aide médicale et de l'assistance professionnelle ponctuelle. J'ai été écoutée et entendue, sans brusquement ni panique et alors j'ai fait tout en conscience une demande éclairée pour recevoir mon médicament avec un dosage augmenté considérablement à temps, ce qui m'a permis de me soigner chez moi, en toute intimité et décence: donc je me suis fait l'hypo-stimulation cette fois dans mon propre appartement, tout en prenant soin de Meggie, ma minette adorée, ma meilleure amie et ma plus chou des thérapeutes, ainsi que de mes plantes - guérisseuses végétales. Je me suis autorisé tout-à-fait à prendre le temps pour moi, pour me reposer, me calmer, pour « descendre » et pour me guérir de ma douleur du coeur, laquelle comme d'habitude allait provoquer une crise psychique. Je me suis grandement félicité! Mon entourage a été sous l'étonnement total tout comme mon cercle thérapeutique et médical qui n'arrivait pas y croire que j'ai réussi cette fois sans une hospitalisation. Hélas, tout est possible, si on veut! Ma grande, je suis fière de toi. T'as fait une longue route. Vraiment!

## CE QUE JE EN RETIRE:

Avec le temps, on devient moins « idiot », moins en résistance, plus en l'acceptation des choses que on prends comme elle viennent. Plus résilient. Je me suis dit que c'est de cette manière que je souhaite traiter mes difficultés: sans le refus de voir la réalité comme elle est et en acceptant et utilisant mes possibilités et ressources librement et de mon propre gré, et en re-prenant le pouvoir et le contrôle même de la crise elle-même, idéalement dans un espace qui est le mien, auquel je m'identifie et qui me réconforte, ce qui n'est pas le cas dans les lieux d'urgences.

Parallèlement, mon idée sur la formation en tant que pair praticienne dont on m'avait parlé par un pur hasard (alors que à ce qui paraît l'hasard n'existe pas...) commence à germer dans mon esprit, en ce moment même. Voyons, ce que la vie me réserve.

## **Epilogue.**

Tout est bien qui finit bien.

En attendant, il est clair que la maladie m'a permis de prendre le temps pour moi, prendre soin de moi de mes besoins, de mon corps et de mon âme. Mon âme que j'ai cherché, tout comme elle m'a cherchée tout le long de mon périple troublant. Mais finalement j'ai réussi à m'en sortir en faisant face à cette épreuve de la vie tout en gardant l'optimisme et la joie de vivre, quoi que il arrivait.

Au début de mon parcours, je passais pour une « illuminée », personne ne me comprenais. Je voulais sauver le monde, ensuite je voulais soigner et aider les gens.....Pour comprendre à la fin, que la seule personne que je devais sauver et aider, c'était moi!

Alors aujourd'hui c'est mon coeur que je garde en état allumé pour faire du bien autour de moi. Cette maladie a été une merveilleuse enseignante: grâce à elle, j'ai appris à regarder à l'intérieur de moi. J'ai compris que il est possible que sur le fond de la « folie ordinaire » j'ai vécu une réelle crise psycho-spirituelle qui m'a permis de rétablir un certain équilibre dans ma vie. C'était une libération de l'âme. Et la finalité est que je devais apprendre à m'écouter, à me respecter, à mettre mes limites, à ne rien attendre de personne, mais en même temps apprendre à faire confiance à l'autre quand il me tends la main. J'ai compris que mon seul médicament off label, ce sera l'Amour que je dois me donner chaque jour, d'une manière régulière pour pouvoir vivre bien et harmonieusement.

J'ai aussi compris que je n'étais pas une illuminée mais plutôt une personne qui as une compréhension profondément mystique de la vie, une personne éclairée avec une certaine « vision », mais surtout un être passionné par la vie. Et c'est ce qui m'a sauvé d'une certaine manière. Et c'est aussi grâce à la « mal-a-dit » que je me suis reconnecté et réconcilié avec moi-même. Je suis infiniment honorée.

Et franchement, je suis gratifié d'avoir appris et compris cela, quoi que assez tardivement, même si j'aurais pu certainement le faire sans moins de dégâts, mais je fais avec. Aujourd'hui, j'accepte. Je m'accepte totalement. Tout comme mon passé trouble.

Et maintenant un nouveau chapitre de ma vie commence et je prends ma vie en charge complément, d'une manière adulte et responsable.

Mais je continue de prier, toujours.  
Pour que tout aille bien.

Pour que les pivoines continuent de fleurir et que je puisse les voir batifoler avec les abeilles.

Car l'Enfer ce n'est que la partie reverse du Paradis.  
Je n'ai plus peur des ténèbres, puisque je y suis passée par là.  
Et mon petit paradis est désormais en moi.  
Pour toujours.