

# Limite, reine de l'asile

C.

2010

Dans ce monde chaotique, bien avant que l'administration psychiatrique n'ait même vent de mon cas, souvent, seule dans la foule, j'avais mal. Mal au coeur, au corps, à la pensée, à la tension entre monde extérieur et monde intérieur. C'est dans mon corps que je souffrais de cette tension infernale puisque le corps est l'interface, puisqu'il est celui qui trahit, celui dont je n'arrivais plus à maîtriser la crispation spasmodique de la mâchoire, la boule qui se nouait dans ma gorge, l'air soucieux, l'envie délirante de dire stop, j'arrête je ne peux plus faire un pas, plus un mouvement sans lui accorder toute mon attention, toute ma concentration, toutes mes ambitions, sans y mettre toutes mes forces... Mais cette limite de mes forces, comment ne pas l'éprouver dans l'état d'épuisement physique et psychique dans lequel j'étais travaillant quatre jours à la fac et les trois autres pour un patron. Sans un jour de repos pendant près de neuf mois...

Alors il y a quatre ans, un après-midi de juin, j'ai voulu quitter ce monde. " Pourquoi ? Mais tout simplement parce que je l'ai voulu. " reste j'en suis sûre la seule réponse que je puisse vous apporter en toute honnêteté et la seule que vous ayez à accepter. Et c'est la raison pour laquelle je ne m'étendrais pas longuement ici sur les désirs profonds de ma TS, doux euphémisme médical entré dans le langage courant. Alors, la journée finissante, dans ma petite salle de bain, au dessus de l'évier devant un miroir d'une franchise éreintante, j'égrène et j'avale... les carcasses d'opercules s'accumulent par terre. Quand le SAMU arrive je suis encore consciente, je monte dans le camion, je réponds aux questions : quoi, combien, des mélanges, il y a combien de temps ? Et plus rien...

Quand je me réveille c'est chaud, je suis bien, je veux rester où je sens, mais on me tire les cheveux, près de la nuque, on essaye de me redresser, moi, je ne veux rien savoir, rien sentir, je veux juste que l'on me laisse tranquille, et puis surtout je n'y arrive pas, je ne comprends rien, je suis perdue. Je ne sais pas où je suis, j'entends confusément du bruit, mais rien, rien ne se connecte, j'essaye de secouer mon appréhension du monde mais le *gouffre* est là, je sais juste que je ne comprends pas. Et puis on me presse les joues pour m'enfourner de force quelque chose dans la bouche, la purée dans laquelle je suis vautrée. De guerre lasse. Il n'y a vraisemblablement absolument rien à tirer de moi, plusieurs personnes me soutiennent jusqu'à un lit qui a du m'être attribué, je ne sais toujours pas où je suis, qui sont ces gens, mais je me replonge dans le sommeil comme dans une nécessité impérieuse. Première prise de conscience.

Maintenant commence la définition de mes limites en tant que soignée, malade, patiente, par le lieu même dans lequel je suis. Le plus généralement une chambre, qu'il m'arrive de partager, une salle fumeur où je passe le plus clair de mon temps, un réfectoire et un jardinet clôt. La porte de ma chambre a un hublot, elle ne ferme bien sûr pas de l'intérieur et quand les volets ne sont pas bloqués en position baissée de toute façon je peux à peine entrouvrir la fenêtre pour des raisons de sécurité. Il y a aussi tout un tas de portes fermées, on y remise tout ce dont je pourrai avoir besoin et auquel aucun d'entre nous (les fous à gérer) n'a jamais accès sans un tiers de l'administration. Les serviettes hygiéniques taille obèse incontinent quand j'ai eu le malheur d'avoir mes règles. Les draps, les savons, les dentifrices, les couvertures, le shampoing, nous n'avons accès à rien de tout cela. Nous n'avons accès à rien de toute façon. En tenue bleue, les maigres effets que nos proches ont réussi à faire tenir dans une valise nous sont donnés à titre de récompenses. Comme, après au minimum une semaine " d'alitement ", l'éventuel droit de sortir dans le jardin extérieur, de faire une à deux fois par semaine une médiation peinture sur soie (collection Asile, été 2005). Donc la possibilité cruciale pour moi de m'échapper une petite heure en courant vers le tabac pour la clope et le timbre, courir ensuite jusqu'à la boîte aux lettres à l'autre bout des bâtiments et revenir essoufflée pour la prise de médocs. Il y a aussi la porte fermée de la chambre d'isolement avec souvent quelqu'un dedans qui tape et crie. Les infirmières elles-mêmes se remettent dans une salle aux vitres floutées dont la porte s'entrouvre à peine sur un sec et bref " oui " excédé quand nous avons assez frappé assez longtemps, bien humbles devant leur pouvoir parce qu'on en peut plus de tout ce qui se passe dans notre corps sans réponse.

La limite, depuis quelques jours, je l'éprouve aussi dans mon corps. Depuis mon arrivée en effet, je passe trois à quatre fois par jour au sacrosaint rituel de la prise de médicaments, des petites pilules roses, bleues, blanches, des gouttes bien dégueux, amères, auquel il faut se plier avant chaque repas, ouvrir le bec, déglutir, dire merci. La dépendance est dans le rituel, moi je n'ai plus qu'à observer. Observer car je ne ressens plus rien, mais alors qu'est ce que je peux avoir soif. On nous donne des gelées aromatisées immondes une fois de temps en temps sinon c'est la tête dans le robinet des douches-chiottes. Que je commence à fréquenter vraiment souvent, 20 à 30 fois par jour des fois pour boire et uriner. Jusqu'à se faire rencarder par un vieux qu'à la cuisine on peut

demander des bouteille d'eau minérale. Eux, ils s'en foutent, ils savent très bien que ça va passer, ils laissent pisser, sans même aller jusqu'à expliquer que c'est " normal ". Et c'est vrai que ça passe, c'est la première semaine qui est vraiment dure. Est-ce que c'est vraiment rassurant de savoir que mon corps s'habitue à quelque chose d'aussi fort. Non, évidemment. Après, il y a toute la cohorte d'effets des médicaments que les médecins appellent " effets secondaires " et parfois dans l'intimité, " dommages collatéraux ". C'est vrai qu'au vu de l'abolition de tout esprit critique et de toute forme de résistance qui est l'effet recherché, les autres effets ne peuvent être que secondaires. Pour moi ce sont des effets tout courts qui s'impriment dans mon corps et mon crâne à chaque instant. Les montées de lait, les tremblements, la prise de poids, les crispations de la mâchoire, dormir le jour et pas la nuit, se mettre à fumer...et j'en passe dans les effets purement physiques, car les effets psychiques ne sont pas moins dévastateurs même et surtout parce qu'ils sont les effets recherchés par les blouses blanches.

Dans mon crâne, tout s'anesthésie, je ne lis plus, je ne pense plus, je ne réfléchis plus, je ressens. Je ressens le vide, le néant. Alors bien sur, je ne me révolte plus contre ma condition d'aliénée et je vais en obtenir des bons points : un stylo, une feuille, un pull que j'aime pour mettre au dessus de ma tenue. Mais surtout j'en conçois un dégoût de moi à peine imaginable. Dans ce monde terne, moche et hostile, je n'ai rien pour nourrir ma tête, pour nourrir mes rêves et je deviens à l'image de ce monde une carcasse vide, sans envie, sans projets, sans ambition pour la vie à venir. Je meurs à l'intérieur. Et personne avec qui en parler, avec qui parler tout court, avec qui échanger n'importe quoi, ça fera l'affaire, un mot, une idée, une pensée, un bête souvenir...Car mon monde social aussi est clos Le monde dans lequel je vivais avant mon " admission " à l'HP n'a plus accès à moi ni moi à lui depuis que je suis enfermée. Les visites, comme les appels des proches sont très réglementées et pour ce qui est des lettres il faut se débrouiller seul pour les faire sortir. Mon monde se réduit donc surtout à l'intérieur de l'hôpital, aux patients que je n'ai pas le droit de fréquenter et auxquels je ne dois surtout pas me confier. Dans le rapport idéal voulu par les soignants, il faudrait que toutes les souffrances autour de moi me soient neutres et sans intérêt et que je n'aie moi-même qu'une envie quand je souffre : aller frapper à la porte des infirmières. Dans n'importe quel HP, jamais une patiente n'a le droit ne serait-ce que d'inviter une autre fille dans sa chambre pour discuter (sauf dans le cas bien sûr où elles partagent cette chambre double). La seule salle pour se retrouver sans les soignants c'est la salle fumeur (qui n'existe même plus dans certains hôpitaux, merci Evin), alors je me suis mise à fumer.Mon alibi pour un tout petitpetit lien de sociabilité, pouvoir parler en tête à tête avec une copine, enveloppées dans le brouhaha et le nuage de fumée ambiant, interrompues sans cesse par quelqu'un qui demande une clope. L'HP ça coûte cher en clope parce qu'il n'y a que ça à faire et qu'il est en général interdit de fumer des roulées. Quand à parler aux infirmières que je n'entraperçois qu'à l'heure des médocs et aux repas cela n'a rien de très engageant. La médecin de garde, pour ce qui la concerne, n'est visible que le vendredi matin. Sans rendez-vous il nous faut attendre devant sa porte avec dix autres désespérés toute la matinée qu'elle veuille bien sortir pour l'interpeller car tout passe par elle, clope, sorties, activités, traitement, téléphone, visite...Tous les rapports interindividuels sont faussés par des enjeux de pouvoir disproportionnés ou des conditions voulues insupportables.

Mais ces *contraintes* ne sont là en réalité que pour faire accepter à la masse bleue que nous sommes, une réalité bien plus terrible, une réalité essentielle et que nous n'avions pas forcément vue de nous mêmes : nous sommes malades. C'est dans notre être, c'est la chimie dans notre cerveau qui est dérégulée et de ce fait nous devenons des incapables majeurs et toute notre identité doit se fonder là-dessus : nous sommes malades, patients, soignés, schizo, mytho, maniaco-dépressifs, bipolaire, angoissés, suicidaires en sursis... Et c'est pour cela qu'il est impossible de se construire contre l'HP, parce qu'il nous faut admettre que nous en avons besoin, parce que de gré ou de force nous devons accepter leurs lectures de nos " symptômes ", nous devons être partie prenante de leurs méthodes thérapeutiques si nous voulons sortir de notre marasme. Il n'y a qu'un moyen de guérir : le leur.Moi qui n'étais malade que du monde dans lequel je vivais, alors que ma tentative de suicide n'avait été qu'une réaction, on m'a persuadée que j'avais telle maladie et que le traitement à suivre était celui que l'on m'imposait, pour mon bien. L'identité de dépressive m'a collé à la peau plus de quatre années durant. Qui peut s'épanouir, avoir des projets, des ambitions quand il se reconnaît lui même comme malade, comme limité par essence, limité par la maladie, par le traitement, par le lieu dans lequel on lui dispense les soins. Si l'hôpital a les moyens de sauver in extremis la petite vie usée dont nous ne voulons plus, en revanche il n'a pas les moyens de nous guérir. Contrer une tentative de suicide c'est facile en abrutissant les gens de médicaments ou en les enfermant

jusqu'à qu'ils se calment dans des cellules d'isolement, mais guérir les douleurs, prendre soin des individus (rendus) fragiles, parler, sortir quelqu'un de sa solitude et de ses cercles vicieux, le système psychiatrique en est incapable. La psychiatrie institutionnelle ne sauve les gens que parce qu'elle a des gardes-chiourme, des murs, des camisoles chimiques à sa disposition. *L'HP condamne à vivre une vie impossible à aimer.*

Il s'en suit trop fréquemment que ce système nous prend complètement ce droit de vivre nos vies comme nous l'entendons. Il arrive que la seule issue pour échapper à sa mainmise soit de partir les pieds devant. A dix huit ans, enfermée dans ce monde que l'on m'imposait, j'ai dû faire face à la mort d'un collègue du pavillon 61 qui a avalé du vert pilé. En revenant d'un week-end de permission à la FSEF (fondation santé des étudiants de France), nous avons appris la pendaison d'un autre jeune, auquel nous parlions trop peu. Moi, lorsqu'ils m'ont retrouvée, ils se sont empressés de me détacher, de faire venir le médecin de garde, de m'abrutir de médocs et de procéder à un transfert en urgence. Je me suis réveillée de cette absence totale qui a suivi de façon très immédiate la prise du " si besoin " dans une chambre hermétiquement close et inconnue. Après cet attentat à la norme occidentale qui voudrait que la mort ne soit et ne puisse être qu'une fatalité à redouter, je me retrouve plus que jamais enfermée, dans une cellule d'isolement, seule, *punie*, en quelque sorte, et condamnée à réfléchir en boucle à ce qui m'a amenée là. En chambre d'isolement j'étreins la limite parce qu'il n'y a qu'elle pour répondre à mes cris, à mes coups sur le plexi du hublot de la porte blindée...

« Prendre mon mal en patience ½ heure durant encore. Miss bottes cavalières a décidé que je ne sortirai qu'à partir de 10 heures. Avec personne pour me surveiller apparemment. D'ordinaire personne ne me surveille ou alors très discrètement. Je n'en peux plus d'être en isolement. Ils sont de nouveau en retard et moi, je ne sais pas pour combien de temps, quelques minutes, une heure, un oubli total?... on ne sait jamais vraiment et c'est cela le pire. C'est cela l'affreux. Enfermés, dépendants du bon vouloir de celui de l'extérieur, de celui qui a la clef pour la douche, la clope...tout. Et aujourd'hui c'est une vraie salope... »<sup>1</sup>

C.

---

<sup>1</sup> Extrait d'écrits tenus pendant mon internement.

Bibliothèque Anarchiste  
Anti-copyright



C.  
Limite, reine de l'asile  
2010

Consulté le 15 août 2016 de non-fides.fr  
Extrait de *Sans Remèdes N°1*, Mars 2010.

**[fr.theanarchistlibrary.org](http://fr.theanarchistlibrary.org)**