

## L'Une...

### Sans domicile fixe... (3)

J'ai passé des semaines sans toucher à mon journal...

J'avais l'impression de **faire « la morte »** et de me jeter dans des travaux si préoccupants pour le mental qu'il en devenait anesthésié. J'imagine que c'était nécessaire à ma survie "psychologique"?

*Pas facile de se retrouver seule, sans racines, sans adresse fixe. On ne pense pas à chez soi lorsqu'on est en voyage. On n'y pense pas parce qu'on sait que c'est là et que juste le fait de sentir, même inconsciemment, qu'on peut toujours revenir à la maison est rassurant. Dans mon cas, lors de certains moments de découragement et de solitude, j'avais beau me dire: "I want to go home ! J'ai envie de retrouver ma famille, mes amis, ma petite vie", inévitablement la réponse était: "C'est où chez moi maintenant?" Totalelement **déstabilisant!!!***

Une plante peut-elle survivre sans racines?

=====

Je m'étais prise à penser que les médicaments étaient une forme de maternage...dont moi, la fille qui se proclame indépendante, étais devenue dépendante. Je devais sans doute avoir l'impression de me faire du bien...à heures fixes...une façon de croire que quelqu'un ( ?) s'occupait de moi. Un genre d'attention en bouteille que mon corps réclamait par habitude. Illusion, mirage, erreur !!! Je m'empoisonnais et mes cellules en avaient maintenant besoin. Elles étaient intoxiquées, les pauvres. Il fallait leur faire subir une cure.

Je ne croyais pas en la pensée magique mais comme le corps et le psychique sont intimement reliés, je pensais (et pense encore) que je devais soigner mon psychique si je voulais que mon corps respire la santé. L'un n'allait pas sans l'autre.

J'avais donc pris la résolution, dès le lendemain, d'avoir une attitude ouverte, confiante, souriante...contrairement à ce que j'avais vécu ces dernières semaines. C'était un "must" !!! J'en avais beaucoup perdu à ce niveau depuis que j'étais ici (Floride) ? Mais pourquoi donc?

Pourquoi **avais-je la sensation d'être en pays hostile** ? Pourquoi tout à coup avais-je l'impression de détester la langue anglaise ??? Comme si je tenais ces gens responsables de mon mal-être suite aux décisions prises dernièrement...J'étais la seule responsable de mes choix et de ce que je vivais ! Comme je le disais précédemment, tout était une question d'attitude. Au contraire, j'étais privilégiée : je cherchais l'isolement et la solitude, j'étais pleinement servie !!!

## **La réalisation de nos plus grands rêves se ferait-elle dans la douleur?**

### **Le détachement, même celui qu'on choisit, serait-il possible sans douleur?**

Je venais d'énoncer plusieurs sujets de réflexion profonde, des prises de conscience bien cernées au lieu de rester évaporées comme des vagues perdues dans le tourbillon du mental. Il faudrait que j'y revienne...

=====

Il était 17h45 ! Je réalisais à quel point ce que je venais d'écrire plus haut à propos des médicaments était puissant. Je me surprénais à regarder l'heure pour ma dose d'attention programmée...Dépendance?

Ah ! Les drogues ! C'est comme l'**Internet**. J'arrivais maintenant à m'en passer (je n'avais pas vraiment le choix) mais je n'arrivais pas encore à décrocher de l'ordinateur. Je trouvais toujours quelque chose à y faire. Pourquoi ne pas avoir eu plutôt le projet de lire ? J'imagine que j'avais besoin d'être active et créative (?) Sans Internet, j'avais l'impression de me servir positivement de cet outil (je venais entre autres de terminer la numérisation de 6 000 diapositives, des souvenirs pour ma famille) au lieu d'étourdir le mental pour éviter de me centrer sur moi et sur ce qui se passait à l'intérieur. **Illusion ?** Je cherchais plutôt désespérément à donner un sens à ma vie car je la trouvais alors (sans racines?) vide et inutile. Comme si le fait d'**être**, tout simplement, n'était pas suffisant...

=====

Autre réflexion : quand j'avais demandé conseil à mon amie concernant le sevrage de médicaments, elle m'avait suggéré d'autres produits. Seraien-ils « meilleurs » parce que supposément « naturels » ? L'illusion de maternage ne disparaîtrait pas. Mon corps réclamerait encore cette attention en capsules dont il deviendrait également dépendant. Les animaux ne prennent pas de suppléments, de médicaments ou autres. Ils laissent faire la nature. Pourquoi luttons-nous contre ce qui est ? Si le corps décide de ne plus produire telle substance c'est qu'il en est rendu à cette étape, non? Pourquoi alors lui donner ce qu'il a cessé de fabriquer par instinct ou naturellement ? La médecine (conventionnelle ou autres) a fait des pas de géants, oui, elle veut nous rendre éternels, elle nous robotise, fait pratiquement de nous des "êtres bioniques"...On dirait une lutte à finir entre elle et Dieu (dans le sens d'Énergie universelle) ! Difficile de trancher cependant lorsque notre instinct de survie animal prend le dessus...

Serais-je devenue bouddhiste ? Sage ? Folle ?

Pourquoi me cataloguer ? Je suis moi, tout simplement ! Rebelle jusqu'aux racines. Rebelle à tout ce que fait, dit et prétend l'Homme. Je m'isole de plus en plus, je m'émerveille de moins en moins ! Mais je continue de rêver...

=====

Dernièrement, j'ai acheté un joli petit cadre dont l'image représente plusieurs robes et costumes, sans personnage. La phrase qui m'a séduite se lit ainsi: **"Masquerading as a normal person, day after day, is exhausting!"**

Ça me ramène au texte que j'ai écrit, "La Vespa bleue", qui est quelque part sur cafe-wi...

=====  
Je retarde sans cesse l'heure d'aller au lit. Pourquoi ? Aurais-je **peur de dormir** ? Aurais-je peur de la nuit ?

Pas de la nuit, non...De dormir ? Peut-être ! Une forme de **perte de contrôle**?

=====  
Je lisais un chapitre (Qui êtes-vous ?) du livre génial de Marcelle Auclair (Le bonheur est en vous) avant de tenter de m'abandonner au sommeil, et cela m'a également fait réfléchir. Pourquoi mon corps est-il si important au niveau de l'apparence alors que je voudrais souvent en sortir tellement je m'y sens mal à l'aise. Pourquoi est-ce que je m'identifie à lui versus l'image que je projette sur les gens ? Il y a là un énorme paradoxe pour moi qui le néglige à tellement d'autres égards, pour moi qui refuse qu'il me mène et me contrôle. On dirait pourtant qu'il y réussit...socialement du moins. Nous ne sommes pourtant pas l'enveloppe...et "l'habit ne fait pas le moine", comme on disait autrefois...

=====  
"It has been a long time!" Je n'avais peut-être rien à dire?

J'avais tendance à me relire chaque fois et comme le texte s'allongeait lentement, ça devenait contraignant ! Je n'aurais pas dû...Je m'empêchais d'être spontanée. Ce fameux perfectionnisme !

Est-ce que je fuyais la réflexion ?

=====  
J'avais abandonné mon projet (du moins à ce moment-là) de cesser toute médication. Période mal choisie, comme le disait si bien une autre amie...Je crois que j'avais ma dose d'adaptations à faire et j'ai décidé de remettre celle-ci, et pas la moindre, à plus tard ! Je me suis sentie lâche mais l'étais-je vraiment ? Comme j'ai tendance à me juger, je devrais écouter mes instincts et approuver mon choix !

Voilà, j'ai approuvé mon choix...qui était, dans un sens, dicté par une mauvaise (une fausse ?) intention soit celle de prolonger mes médicaments pendant plusieurs

mois au cas où je déciderais de faire le trajet jusqu'à Madagascar. Le choix aurait dû être basé sur la véritable croyance en la santé, en la perfection, en Dieu (énergie).

**« Shame on me ! »**