

mon blanc de travail

UN CRI DU CARE

margot smirdec



Lauréat - Récits de vie

Prix des
ÉTOILES
— Librinova —

Margot Smirdec

Mon blanc de travail

Un cri du care

© Margot Smirdec, 2024

ISBN numérique : 979-10-262-9924-0

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

1^{ère} de couverture : Marion Voillot

Préface : Cloé Brami

Lectures et retours : Clémence, Nelly Notet, Isabelle Simon, Odile Forestier, Sylvie Joncour, François Joncour, Tony, Aurélie Fournet-Fayard, Jean Karinthe, Oana Cherbis, Philippe Lévy, Céline Melin, Antoine Berr, Claire Amiens, Eric Mouzat, Murielle Mouzat, Katia Lévrier, Dalia De Castro, Philippe, Anne-Cécile Paepegaey, Aïssatou Balde, Irène Schaub, Anne-Charlotte Sangam, Aline Mouquet, François Taddéi, François Granier, Anne-Lise Dauphiné, Marion Lanouzière, Lauriane Pannier, Justine Smirdec, Karima Biron, Aurélie, Claire Kéfalas, Armelle, Michel Canis, Julie, Clem, Emmanuèle Auriac-Slusarczyk, Michel Castellan, Delphine, Chrib, Max, Matthieu, Clément Barniaudy, Illyziah Hort, Léna Glasberg, Marguerite, Aurélie, Marine Dalle, Colin Dujardin, Mathilde Monseu

Postface : Cécile Vigneau, Anne Gervais, Laurence Gembara, Véronique Hentgen, Sophie Crozier

4^{ème} de couverture : Cécilia Mazzeo

Et toutes les personnes que j'oublie, à mon grand regret. Dinguerie comme dirait Bogdan Smirdec.

Pour Philomène et toutes les jeunes générations, actuelles et à venir,

« Ecrire c'est aussi ne pas parler. C'est se taire. C'est hurler sans bruit. »

Marguerite Duras

Préface

Cloé :

Décembre 2021.

Je crée chaque jour la manière dont je transmets, sans distinction aujourd'hui lorsque je guide une méditation, lorsque je donne un cours en faculté de médecine ou un soin en consultation au cabinet.

J'ai la chance de créer des espaces de *Care*, dans lesquels l'intention dépasse la posture, dans lesquels c'est facile de rentrer en relation, dans lesquels les dysfonctionnements ou les freins n'existent pas ou presque pas.

Mais dans cette vie de transmission qui me nourrit, je ne pourrais être pleinement reliée à mon intention sans ces moments de soin au lit du patient dans lesquels je reviens à une autre réalité, une réalité plus technique, une réalité des limitations, une réalité du corps malade, une réalité de la fatigue, une réalité de la mort, une réalité de la tristesse, une réalité d'un système qui même en privé

est malade. Une réalité du cœur qui se contracte. Une réalité des pansements multiples de notre société que nous avons construite sans prendre soin de la source ensemble. Une réalité aussi de la folie des médias qui transforment la réalité, une réalité de l'absence de transparence. Une réalité que nous avons collectivement abîmée : nos ressources humaines, notre terre, nos systèmes.

Dans l'annonce du documentaire « méditation et médecine en 2021 : éloge du *Care* ? » qui sortira en Février 2022, que nous avons co-créé avec Margot Smirdec, nos premiers mots sont « touchées par la vie, la mort, l'impermanence, la peur, l'échec, aujourd'hui femmes médecins nous ... »

Aujourd'hui c'est à partir de là que je dépose que je n'ai pas peur de la mort, aujourd'hui je n'ai pas peur de la vie,

Aujourd'hui je n'ai plus peur de perdre,

Mais aujourd'hui j'ai envie de transparence, de vérité, de courage en incluant toutes les réalités.

Le Care et le *Cure* comme une danse ensemble.

Le récit de Margot rejoint mon expérience, déjà en 2017 devant la conscience d'un système ébranlé et brûlant bien avant la pandémie. Margot retrace une expérience partagée et singulière qui ne se limite plus au « Je », au cas singulier mais dépose des réalités qu'il est parfois plus facile de ne pas regarder, de nier,

ou d'oublier...

Elle questionne à partir du terrain, avec toute la diversité des émotions qui traversent l'expérience humaine - De la colère à la peur, de la tristesse à la joie, avec la conscience de nos cœurs sensibles qui s'ouvrent et se ferment à chaque respiration - De la perte d'illusion s'ouvre une promesse d'amour vers un système qui prend soin autant que ses acteurs.

Tous ces mots résonnent avec les maux du système ne se limitant pas aux soignants, à la pandémie ou aux âmes révolutionnaires mais ce récit parle d'interdépendance.

Ma respiration est reliée à ta respiration,

Nous partageons nos doutes, nos peurs, nos colères,

Nous partageons l'air qui nous relie,

Merci Margot pour ce courage de déposer ta voix sans filtre et de nous faire avancer sur ce chemin du milieu comme tu le nommes.

À lire avec le corps, le cœur et la conscience du monde.

Vendredi 13 mars 2020

Je réalise que le coronaravirus est en train de nous arriver en pleine face sans que nos têtes plus trop pensantes ni pansantes n'aient pris la mesure de la menace. Elles sont totalement à la masse, voire carrément à la ramasse, et c'est nous qui allons nous retrouver les mains dans la mélasse. Je crains que ça ne fasse de la casse.

Vendredi 13 mars 2020. Je me rappelle douloureusement un autre vendredi 13, novembre 2015 cette fois, j'étais à Paris le jour des attentats. Ce jour-là, le système de santé français a tout donné pour ses concitoyens et concitoyennes et a prouvé le dévouement et la compétence de ses soignants.

Il y a eu un vendredi 13 un peu plus joyeux et festif pour moi depuis, en avril 2018, jour pendant lequel j'ai prêté serment. Ce fameux serment d'Hippocrate. J'en ai un souvenir ému, et en même temps je me sens mal à l'aise quand j'y repense, je ne suis plus si certaine que ç'ait été une bonne idée.

Je m'appelle Margot. Je suis médecin paraît-il. Je suis même anesthésiste-réanimatrice. C'est un métier à la mode depuis peu. Tendances printemps 2020. Au bal masqué ohé ohé. Je veux quitter la fête, ou la mascarade selon, je vais quitter l'hôpital. Je ne veux pas partir comme une voleuse, dès demain, mais je vais partir, c'est certain. Pour aller où ? Pour quoi faire ? Je ne le sais pas encore avec certitude.

Triste constat. Constat amer. Amertume. Tu me déçois Hôpital.

Si j'ai traversé la première année des études de médecine comme on traverse une longueur de piscine en apnée, ne regardant que la ligne d'arrivée sans vraiment penser ; dès les premiers jours de la deuxième année, le doute en moi