

## LES CONFIDENCES DU MOI

PAR THIERRY JANSSEN

# « JE NE FAIS PAS CE QUE JE VEUX MAIS JE VEUX CE QUE JE FAIS ! »

**Maria** à quarante-trois ans. Divorcée, mère de deux adolescents, elle a dû fuir son pays ravagé par la guerre civile. Depuis, elle vit en Belgique où son diplôme de dentiste n'est pas reconnu. « Je ne peux donc pas exercer la profession pour laquelle j'ai été formée », explique-t-elle. Obligée de travailler pour nourrir et éduquer ses enfants, elle a été engagée comme technicienne de surface pour nettoyer des bureaux, la nuit, dans les tours du Quartier Nord à Bruxelles. « Dit plus simplement, je travaille comme femme de ménage », commente-t-elle avec humour. Je connais Maria depuis cinq ans ; je ne l'ai jamais vue de mauvaise humeur. Nous nous sommes rencontrés à ma consultation car un cancer du sein l'avait incitée à entamer une psychothérapie. Non pas qu'elle se sentait « malade » mais, simplement, elle désirait regarder en face de vieilles blessures psychologiques, les nommer, les apprivoiser et même s'en débarrasser. « Je suis convaincue que cela m'aidera à guérir ce cancer », m'avait-elle annoncé d'emblée. Son cancer est à présent guéri cependant Maria continue à fréquenter ma consultation. C'est pour elle l'occasion de se poser, de revenir à elle et de se ressourcer. Car son travail de nuit combiné à l'éducation de deux adolescents est éprouvant. Certains jours, je lui trouve le teint pâle, la mine fatiguée. Elle m'avoue être épuisée mais cela ne l'empêche pas de sourire. Même lorsqu'elle a appris que l'entreprise pour laquelle elle travaille risquait de la licencier. Aussitôt, elle a entrepris des démarches pour trouver un autre emploi, toujours comme femme de ménage mais de jour, cette fois ; si possible. « Je ne fais pas ce que je veux, me dit-elle. Mais ce n'est pas si grave car je veux ce que je fais ! » Ces mots me firent l'effet d'un électrochoc. Le matin même, je m'étais plaint d'être surchargé par mes activités professionnelles. Trop de consultations, trop de



conférences, trop de cours à donner, pas assez de temps pour méditer et pratiquer mon qigong, l'envie de me retirer quelques semaines pour commencer l'écriture d'un nouveau livre. Cela me parut absolument déplacé. J'ai la chance de faire ce que je veux, d'exercer la profession que j'ai choisie et d'avoir suffisamment de liberté pour diversifier mes activités, et je m'apitoie sur mon sort. **Maria ne fait pas ce qu'elle veut, elle préférerait pratiquer la dentisterie au lieu de nettoyer des bureaux la nuit, mais elle ne se plaint pas. Mieux, elle se réjouit d'avoir du travail.** « J'ai décidé d'être contente car j'ai besoin de ce travail, il me permet de gagner de l'argent et avec cet argent j'offre un avenir à mes enfants ; j'arrive même à me faire plaisir de temps en temps. » Lorsque je lui partageai mon admiration face à sa manière de penser, elle ajouta : « J'ai toutes les raisons d'être heureuse puisque je peux assurer l'avenir de mes enfants. C'est ce qui a le plus de sens pour moi. » En disant cela, Maria confirme les conclusions de plusieurs enquêtes sur le bonheur menées auprès d'un grand nombre de gens issus de cultures et de milieux socio-professionnels très divers : trouver un sens à ce que l'on fait est le meilleur moyen d'être heureux. Et, lorsque l'on interroge les participants à ces enquêtes sur ce qui donne le plus de sens à leur existence, la plupart affirment que c'est d'abord de pouvoir être en lien avec les autres, de s'occuper des autres – en particulier de leurs enfants – en exprimant le meilleur d'eux-mêmes. « L'important est de savoir pour quoi et pour qui on accepte de faire des efforts dans sa vie », conclut cette heureuse femme.

*Chirurgien devenu psychologue, spécialiste dans l'accompagnement des patients atteints de maladies physiques. Dernier ouvrage : Confidences d'un homme en quête de cohérence (Les Liens qui libèrent, 2012).*