

LES CONFIDENCES DU MOI

PAR THIERRY JANSSEN

TOUT ET SON CONTRAIRE

Il y a quelques années, une jeune femme m'appela pour que je reçoive sa maman à ma consultation. Cette dernière souffrait d'un cancer du sein avec des métastases osseuses. En entendant le nom de la patiente, je me souvins l'avoir rencontrée cinq ans auparavant. Elle était alors venue me demander mon avis thérapeutique suite à la découverte d'une petite tumeur cancéreuse dans son sein droit. Ayant lu mon livre *La Solution intérieure*, cette dame considérait que je faisais partie des médecins avec « un esprit suffisamment ouvert » pour confirmer que son cancer était d'origine psychologique. Je lui avais répondu que, par souci de garder l'esprit ouvert (comme elle disait si bien), je n'étais pas d'accord avec elle. Car, à l'instar de la plupart des maladies, bon nombre de cancers sont probablement causés par un ensemble de facteurs qui, séparément, ne sont pas dangereux mais, agissant ensemble, entraînent une perturbation responsable de la cancérisation de certaines cellules. Parmi ces facteurs, il y a des prédispositions génétiques, des déséquilibres alimentaires, des influences toxiques, des lésions infectieuses et sans doute, chez certains patients, des tensions psychiques et du stress chronique. **Affirmer que le cancer est d'origine exclusivement psychologique paraît aussi simpliste et caricatural que de dire que les troubles émotionnels et le stress n'interviennent jamais dans le phénomène de cancérisation.** Face à ma réponse tout en nuances, la patiente avait quitté ma consultation en déclarant que je n'avais pas l'esprit aussi ouvert qu'elle l'avait imaginé. En dépit de mes recommandations, elle avait décidé de ne pas se faire opérer et encore moins de se soumettre à une chimiothérapie, persuadée qu'une psychothérapie suffirait à la guérir. Cinq ans plus tard, la petite tumeur du sein avait grossi au point de s'ulcérer à la peau et d'envahir le creux axillaire du côté droit. Cette extension avait entraîné une paralysie du membre supérieur et, souffrant de violentes douleurs, la patiente avait accepté que l'on ampute son bras droit. « Je redoutais l'ablation de mon sein mais, finalement, j'ai subi bien pire », me dit-elle lors de nos retrouvailles, chez elle car elle n'avait plus la



force de se rendre à ma consultation. Très amaigrie et extrêmement faible, elle finit par être hospitalisée. Je continuai donc à lui rendre visite à l'hôpital. Un jour, alors que j'étais assis sur le bord de son lit, lui tenant la main, elle se mit à pleurer en me disant regretter de ne pas m'avoir écouté. « Je m'en veux terriblement d'avoir cru que ma maladie était d'origine psychologique. Je regrette d'avoir refusé d'être opérée tant qu'il en était encore temps ». Je lui répondis qu'il était absurde de culpabiliser. Elle avait décidé ce qu'elle avait pu décider, en fonction de l'éclairage de sa conscience au moment où elle avait pris sa décision. Sa culpabilité ne servait à rien si ce n'est à ajouter de la souffrance à ce qu'elle devait affronter dans le moment présent. À peine ai-je prononcé ces mots qu'elle s'apaisa, me sourit et, dans un sursaut de vie, se redressa en déclarant : « mais quand même, je reste persuadée que si j'avais pu mener mon travail psychothérapeutique plus en profondeur, aujourd'hui, je serais guérie ! » Je ne l'ai pas contredite. Car la pensée des êtres humains est ainsi faite : une croyance en chasser une autre. Même si la première affirme tout le contraire de la seconde. Le mental peut mentir et, bien souvent, ses mensonges servent à nous rassurer. Deux jours plus tard, en apprenant le décès de cette dame, j'éprouvai une profonde tendresse pour elle, pour moi, pour nous tous qui nous débattons face à l'adversité en tentant d'en comprendre les causes dans l'espoir d'en triompher. Nous tous qui, tôt ou tard, devons accepter avec humilité que nous ne pouvons pas tout contrôler.

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