

## **Le refus d'un processus**

Écrit par Administrator

Samedi, 14 Mai 2011 08:52 - Mis à jour Mercredi, 15 Juin 2011 15:36

---

### **Sclérosé en Plaques.**

Une fois de plus, le 2 février 1981, le terrible diagnostic m'était asséné par un grand neurologue de la Salpêtrière, à Paris. Il ne faisait que confirmer celui que m'avait octroyé des médecins berlinois alors que j'y vivais, à la veille des années 80. Mais les premiers soupçons dataient, eux, de 1973.

### **Sclérosé en Plaques□ !**

Quelles perspectives de vie m'étaient dès lors offertes ? Les dictionnaires m'étaient d'un

## **Le refus d'un processus**

Écrit par Administrator

Samedi, 14 Mai 2011 08:52 - Mis à jour Mercredi, 15 Juin 2011 15:36

---

appui... radicalement désespérant ; les revues qui abordaient ce sujet n'en donnaient qu'un tableau évolutif effrayant, même si elles s'efforçaient de laisser entrevoir quelque espoir ; les gens que je rencontrais, quand ils connaissaient cette affection, n'en rapportaient que des histoires de décrépitude plus ou moins horribles !

Et je devais désormais vivre avec ÇA ! Suivre ce processus qui ne me promettait qu'une déchéance plus ou moins rapide, plus ou moins grave, mais qu'on disait totalement inéluctable.

### **Sclérosé en Plaques ?**

J'ai refusé. Même si cela paraît impensable, je m'en suis sorti ! Malgré quelques poussées parfois dramatiques, j'ai refusé de m'enfoncer plus en avant dans la Sclérose en Plaques. Je vis désormais pleinement. La vie. Ma vie. Mis à part ceux qui m'ont connu sur ce chemin de perte, peu de gens l'admettent aujourd'hui.

Il m'a semblé que cette histoire, la mienne, n'était en fait pas vraiment la mienne, qu'elle ne m'appartenait pas, mais qu'elle appartenait à l'Humanité ; il était donc de mon devoir de la lui rendre. C'est à dire, de vous la rendre.

## Le refus d'un processus

Écrit par Administrator

Samedi, 14 Mai 2011 08:52 - Mis à jour Mercredi, 15 Juin 2011 15:36

---

Comment suis-je sorti de cette peste qui m'invalidait peu à peu ? J'ai fait un « travail sur moi », une « analyse psycho-corporelle », un chemin qui a changé le cours de ma vie, de ma vision du monde, des choses, des gens, ... et de moi même.

L'écrire s'est révélé une tâche énorme. Car il s'agit de dix ans de vie : entre les séances individuelles de travail, les week-ends mensuels de thérapie en groupe, les groupes de travail résidentiels une à deux fois l'an, cela représente sûrement près de mille cinq cents heures de travail. Pendant ces dix années tout ce qui se passait dans mon quotidien pouvait devenir support ou objet de ce travail ; je suis en outre revenu sur une multitude d'événements de ma vie antérieure ; raconter tout cela, c'était proprement titanesque.

Et puis, à quoi cela servirait-il ? Et à qui ? Ne me suffisait-il pas d'être sorti de la Sclérose en Plaques ?

En fait, et je ne l'ai compris qu'après avoir terminé ce travail : j'ai cherché à comprendre comment les multiples événements de ma vie, qui sont à vrai dire éminemment « normaux » et semblables à ceux qu'ont pu vivre nombre de mes contemporains, ont provoqué en moi une fermeture profonde, celle de l'état d'ouverture dans lequel je crois être venu au monde. En exposant au thérapeute (1) que j'avais choisi de multiples expériences de ma vie, j'ai pu mettre en place une nouvelle perception de mon vécu et changer mon mode de relation au monde, plutôt que de persister dans celui dans lequel on m'avait inscrit. « On », c'est à dire la plupart des gens que j'ai rencontrés en grandissant. J'en suis arrivé à modifier ma réalité, celle qui m'avait amené tout à fait naturellement à la Sclérose en Plaques. J'ai ressenti jusqu'où pouvait

aller ma responsabilité.

J'ai choisi de prendre le risque de raconter cette expérience de vie. Je me suis efforcé de faire passer l'espèce de renversement des choses auquel cette nouvelle appropriation de mon vécu m'a amené : voir le monde d'une façon radicalement autre que celle que j'avais acquise ; me voir dans le monde autrement que comme je m'y étais installé. C'est probablement cela le plus important ! Cela fut une sacrée aventure : un « Voyage en Sclérose » qui me fut l'occasion d'un repositionnement dans une histoire qui m'échappait de plus en plus.

J'espère en avoir fait un récit vivant et intéressant ; c'est du moins ce que je me suis efforcé de faire. Dans le premier chapitre, j'expose qui je suis, d'où je viens et comment je me suis embarqué dans cette histoire. Dans les six suivants, en partant de différents points d'accès, je décris ma recherche sur moi-même, mes découvertes et ma reconstruction. Je montre comment, après avoir été amené à percevoir et à sentir le monde d'une certaine façon, j'ai peu à peu ébranlé cette façon de le voir et d'entrer en relation avec lui pour en arriver à changer. J'ai écrit mon récit en étant conscient de faire un certain étalage de ma vie, avec des redites et des répétitions, qui sont à l'image de celles que je vivais durant ma thérapie. On m'a même dit que tout cela n'était que pure logorrhée impubliable... Certes, raconter cette histoire, en soi, ne mène à rien. Cependant c'est en la remâchant tout au cours de mon chemin de thérapie que j'ai pu en sortir et arriver à une autre vérité, celle que je donne dans le neuvième chapitre. Je n'ai pu atteindre à cette nouvelle vision qu'en revisitant ma vie entière. J'ai fait un véritable « saut qualitatif », totale transformation de mon existence que je ne saurais vous délivrer sans décrire le chemin même qui m'y a mené. Je n'ai pu écrire ce neuvième chapitre qu'après avoir décrit le trajet qui m'y a conduit. Je suis convaincu qu'un récit complet de mon expérience peut seul amener à cette autre vision du monde que je donne à la fin de mon livre.

## Le refus d'un processus

Écrit par Administrator

Samedi, 14 Mai 2011 08:52 - Mis à jour Mercredi, 15 Juin 2011 15:36

---

Je ne prétends pas que mon expérience peut être transposable et offrir une solution infaillible à ceux qui connaissent la Sclérose en Plaques ou d'autres troubles qualifiés d'irrémediables. Je pense néanmoins que mon histoire peut offrir des ouvertures vers la santé et le mieux-être que nous n'imaginons pas.

(1) Dans les années 80, l'usage du titre de « thérapeute » ou « psychothérapeute » n'était pas encadré comme il l'est depuis la loi du 9 août 2004. Je ne me posai pas la question alors de savoir s'il était légal ou non d'accorder cette qualification à quiconque. Je ne me le permettrais plus aujourd'hui.

## Le refus d'un processus

Écrit par Administrator

Samedi, 14 Mai 2011 08:52 - Mis à jour Mercredi, 15 Juin 2011 15:36

---



Le refus d'un processus