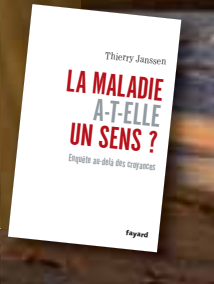
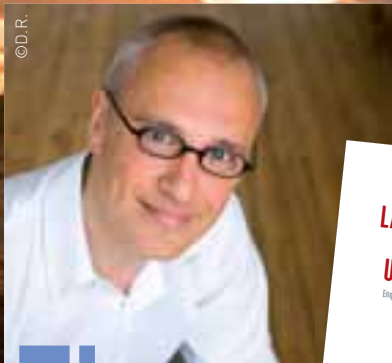


Trouver le sens

Thierry Janssen



Thierry Janssen, Chirurgien devenu psychothérapeute, spécialisé dans l'accompagnement des patients atteints de maladies physiques, Thierry Janssen enseigne les principes d'une « médecine humaniste et responsable » aux professionnels de la santé dans divers hôpitaux et facultés de médecine. Il est l'auteur des livres *Le Travail d'une vie* (Robert Laffont 2001, Marabout 2008), *Vivre en paix* (Robert Laffont 2003, Marabout 2008), *Vivre le cancer du sein autrement* (Robert Laffont 2006), *La solution intérieure – vers une nouvelle médecine du corps et de l'esprit* (Fayard 2006, Pocket 2007), et *La maladie a-t-elle un sens ? – enquête au-delà des croyances* (Fayard, octobre 2008).

© Natalia - Fotolia.com

Avoir l'espoir ne veut pas dire que nous pensons que les choses vont se produire bien, écrivait Vaclav Havel. Cela signifie simplement que nous pensons que les choses auront un sens. A en croire les confidences des malades que j'accompagne, cela apparaît comme une évidence.

La maladie est une crise et, comme toutes les crises, elle provoque le chaos dans nos existences. Nous perdons nos repères et nos certitudes. Nous avons donc besoin de nous rassurer. Nous tentons d'expliquer pourquoi et comment. Nous essayons de rétablir un nouvel ordre dans notre vie. Partout et de tous temps, l'être humain a cherché à trouver un sens à ses expériences douloureuses. De récentes études psycho-neuro-endocrino-immunologiques montrent que cela permet de générer les émotions positives indispensables à la survie de notre organisme. Hélas, notre médecine scientifique et technologique a évacué la question du sens. Elle soigne des corps-objets, en oubliant d'écouter les sujets avec leurs émotions, leurs sentiments, leurs pensées, leurs croyances et, donc, leur besoin de sens. Du coup, un nombre croissant de malades s'adressent à des thérapeutes initiés aux concepts de la médecine dite « psychosomatique ». Et, malheureusement, certains thérapeutes – véritables « donneurs de sens » – affirment une origine exclusivement psychologique pour toutes les pathologies. La dérive s'avère dangereuse !

Pourtant, au-delà des croyances des uns ou des autres, il y a l'humain et son « bon sens ». Je suis souvent émerveillé en consultation par la capacité des malades à recontacter des qualités essentielles, conditions indispensables d'un retour à la bonne santé.

“ Les qualités essentielles, conditions indispensables d'un retour à la bonne santé, sont fluidité, confiance et cohérence ”

Celles-ci sont fluidité, confiance et cohérence. La cohérence entre ce que l'on pense, ce que l'on dit et ce que l'on fait. C'est précisément de cette cohérence dont nous manquons en médecine et dans de nombreux autres secteurs de notre vie personnelle et collective. Les chaos qui se profilent à l'horizon ne seront pas le fruit du hasard. Alors, il est peut-être temps de se rappeler ces mots écrits par le psychiatre autrichien Viktor Frankl à sa sortie des camps de concentration nazis : « l'important n'était pas de savoir ce que la vie nous apportait, mais plutôt ce que nous apportions à la vie ». Il en va de notre responsabilité. De notre liberté aussi. A chacun de trouver le sens de ses maladies. A chacun d'attribuer un sens à son existence. Mais, tous, nous devons choisir une direction afin de poursuivre notre aventure.

Pb