

Jusqu'au bout de la logique

Hervé a quarante-cinq ans, une femme, deux enfants et un travail qui le passionne ; il est directeur du marketing dans une importante fabrique de confiseries. Malheureusement, Hervé a aussi un héritage familial qui l'a conduit à déclencher un diabète quelques jours avant son quarante-quatrième anniversaire. « Mon médecin est formel, explique t-il. Le fait que mon père et mon grand-père aient été sujets à l'hyperglycémie me prédisposait à cette maladie. La tendance à avoir trop de sucre dans le sang serait donc familiale. Cependant, mon médecin a ajouté que mes mauvaises habitudes alimentaires y étaient aussi pour quelque chose. Je me serais fabriqué mon diabète, conclut-il. »

Se fabriquer un diabète. C'est aussi la thèse du psychothérapeute qu'Hervé a consulté afin d'apaiser l'immense angoisse provoquée par le diagnostic de sa maladie. Le psy lui a expliqué que son diabète est la conséquence d'un manque affectif. Hervé se serait "fabriqué" sa maladie en mangeant les "douceurs" dont il se sentait privé dans ses rapports avec les autres. Un conflit professionnel vécu avec son patron aurait alors suffi à le déstabiliser et à précipiter l'évolution de la pathologie. L'explication du thérapeute lui est apparue pleine de sens. « Il est vrai que j'ai toujours eu besoin de douceur dans mes relations familiales, amicales et professionnelles, avoue t-il. Je dois bien reconnaître que j'ai consommé beaucoup de sucre dans ma vie. » Ce constat est plutôt sévère. Hervé finit par en éprouver un sentiment de culpabilité.

A quoi bon culpabiliser ? En effet, même si Hervé a consommé de grandes quantités de sucre, il n'est pas coupable du manque affectif que celles-ci venaient combler. De plus, la difficulté émotionnelle éprouvée lors du conflit avec son patron s'est révélée liée au souvenir de situations douloureuses subies très jeune, à cause d'un père manipulateur et violent. Personne n'est coupable des déceptions et des frustrations ressenties pendant son enfance. Néanmoins, devenus adultes, nous avons la responsabilité de comprendre les causes de nos relations conflictuelles, de définir nos besoins essentiels, de choisir nos priorités. La responsabilité au lieu de la culpabilité. C'est la condition de notre liberté et de notre dignité. Car nous sommes habilités à répondre aux différentes circonstances et contingences de notre existence, dans le plus grand respect de qui nous sommes et, bien sûr, de qui sont les autres.

Hervé a donc entrepris une psychothérapie afin de ne plus tomber dans les pièges de ses blessures. Conscient de l'importance de ne plus associer la douceur du sucre à celle qu'il recherchait dans ses relations autrui, il a profondément changé ses habitudes alimentaires. Son diabète s'en est trouvé considérablement amélioré. « J'assume ma responsabilité, annonce t-il avec fierté. Néanmoins, je pense que cette responsabilité dépasse ma petite personne. Car la société dans laquelle nous vivons encourage la consommation du sucre, à l'excès. Les biscuits et les confiseries dont j'assume la promotion sont autant de douceurs que nous vendons comme des "pansements affectifs". Cela me paraît totalement incohérent. J'ai donc décidé de changer de boulot. »

Hervé fait partie de ces patients qui bousculent, questionnent et enrichissent la démarche d'un soignant. Hervé est un maître. Il est capable de poursuivre la logique de sa sagesse jusqu'au bout.