

AGNÈS BARONCINI

vous répond



On vient de m'annoncer que j'ai un cancer. De la colère est montée en moi et j'aimerais que ça cesse. Comment faire ?

" Cancer ", voici un petit mot annonciateur de tant de souffrance, d'incompréhension et de questionnement. Sans parler de la colère qu'il provoque car en effet, qui n'est pas désorienté et paniqué face à un tel diagnostic ? Je vais vous rassurer. La colère est, dans un premier temps, plus que légitime et il est bon de l'exprimer. Mais pourquoi ressentons-nous de la colère ?

Une des premières raisons majeures est l'injustice que nous éprouvons face à la maladie. Pourquoi moi? Qu'ai-je fait pour mériter un tel châtiment ? Oui, n'avons-nous pas tendance à penser que c'est la conséquence de quelque chose que nous aurions fait alors que ce n'était pas bien ? Comme un sentiment de culpabilité. Certes, il y a parfois des cas de figure où cela peut être la conséquence de nos comportements, mais ce n'est de loin pas systématique !

Mais au-delà de l'injustice, n'est-ce pas la confrontation à la mort qui induit la colère ? C'est une réalité à laquelle personne ne veut faire face, surtout si nous sommes encore jeunes avec plein de projets de vie et non de mort en tête. Il est toujours trop tôt pour partir et nous ne sommes jamais prêts pour vivre ce grand passage qu'est la mort.

La question serait donc plutôt : est-il bon de rester sur cette colère ? Est-il bon de la laisser nous submerger au point qu'elle dirige notre vie ?

Non, bien entendu. Si exprimer notre colère est bon et saint dans un premier temps, il est tout aussi important de ne pas s'installer dans un état de colère permanent. Et c'est là où je veux vous encourager. Vous savez, la colère, non seulement elle entamera votre moral (amertume, tristesse, dépression, etc.), mais il y aura indéniablement une répercussion sur votre état physique (tensions, agressivité, insomnies et d'autres signes encore) alors que, face à la maladie, votre corps devrait être le plus fort possible pour être à même de supporter les divers traitements qu'il va endurer tout au long du protocole établi par le corps médical.

Alors, comment faire pour ne pas laisser la colère s'installer afin qu'elle ne devienne pas votre alliée pour un temps indéterminé ?

Très souvent, l'état de colère se transforme en une résignation où la maladie est subie sans beaucoup d'espoir de guérison. La résignation est souvent une réponse possible pour la personne vivant cet état de colère. Et pourtant, d'autres options nous sont offertes.

Certaines personnes sortent de leur colère en décidant de mettre en action leurs propres ressources pour combattre ce mal qui les ronge. Il s'agit de cette catégorie de personnes qui ont un moral d'acier et qui transforment la colère en une énergie " positive " telle qu'elles sont prêtes à tout affronter pour s'en sortir.

Bien des individus ont réussi à combattre leur cancer de cette façon. Ça marche, mais attention, il y a un danger : l'épuisement ! A compter uniquement sur soi, nous pouvons nous trouver face à un immense désarroi lorsque le traitement n'agit pas comme nous le souhaitons ou si le cancer se manifeste à nouveau, après plusieurs mois ou années d'accalmie.

Mais alors, existe-t-il une autre option ? Une autre solution pour sortir de sa colère ?

Oui, accepter la maladie et la combattre avec l'aide de Dieu. Cela n'évoque peut-être rien pour vous, et pourtant tant de personnes l'ont expérimenté... et j'en fais partie. Je vais vous dire, vivre les épreuves lorsque nous faisons confiance à Dieu donne une autre perspective. Ça permet de " traverser " la maladie en puisant les forces non pas en soi mais en les puisant auprès du Seigneur qui n'attend que cela pour agir dans nos vies. Passer de la colère à l'acceptation, c'est ne pas chercher à tout prix à comprendre le mystère de la souffrance et des épreuves qui nous arrivent. C'est inviter Dieu à nous prendre en charge en lui faisant une totale confiance. C'est lui donner les rênes de notre vie et le laisser agir. Pour cela, il est impératif, bien entendu de le croire et d'avoir foi en celui qui peut tout ! La foi vient de la prière et de l'étude de la Bible qui vous aideront à traverser l'épreuve et vous permettront de sortir de votre colère, aussi légitime soit-elle !