

Leçon de vie et message d'espoir

VAINCRE LE CANCER DU SEIN

Propos recueillis par Michel PAQUOT

Dans *Une terrible envie de vivre*, Anne Fagot-Campagna retrace son long combat contre une maladie qu'elle a d'abord eu du mal à accepter. Sortie victorieuse, elle a mis sur pied Les voies de la guérison, un projet basé sur le défi sportif.

Elles se prénomment Vickie, Lisa, Raïcha ou Claudine, ont entre trente-neuf et soixante-huit ans, et ont toutes été confrontées au cancer. Ces neuf femmes passionnées et courageuses se sont retrouvées dans les Alpes pour une semaine de stage organisée par Les voies de la guérison, une association créée par Anne Fagot-Campagna au sortir de sa lutte contre un cancer du sein. Un combat gagnant, et cependant pas totalement terminé puisque cette quinquagénaire mère de deux ados et férue d'alpinisme doit suivre pendant cinq ans une hormonothérapie. Et qu'une maladie préexistante s'est réveillée.

UN MONDE D'INCERTITUDE

En réalité, celle qui, dans *Une terrible envie de vivre*, retrace ce parcours éprouvant en un constant aller-retour entre le récit de ses soins médicaux et la confession de ses ressentis n'est pas une patiente comme les autres : elle est elle-même médecin. À l'origine diabétologue, elle a effectué deux missions pour Médecins sans frontières en Éthiopie et en Ouganda, où elle a notamment travaillé sur la malnutrition. Elle est ensuite devenue épidémiologiste. Se retrouver 'de l'autre côté' n'a pas été simple pour elle. « *Comme médecin, on a beau ne pas le vouloir, on anticipe les complications, les questions, constate-t-elle. On voudrait être encore plus acteur de ses soins, avoir le choix, pouvoir décider. Il est compliqué de faire confiance, de lâcher prise, car les choses ne sont pas dites, tout est très protocolisé. Le médecin soignant doit comprendre que le médecin patient comprend d'emblée les choses.* »

Lorsqu'elle apprend sa maladie, la première chose que fait Anne est d'aller consulter les statistiques sur internet. Les taux qu'elle trouve – septante-sept pour cent de survie nette à dix ans, tous âges et stades confondus - ne la satisfont pas : « *Ça ne s'appelle pas une guérison, il me semble.* » Et elle ne trouve rien d'autre correspondant à son cas. « *J'ai découvert l'incertitude, se souvient-elle. Mon corps me trahissait, sérieusement, ouvrant à tout un monde incertain. On perd alors ses repères, on ne peut plus faire ce que l'on faisait. Survient la peur de la mort, de ne plus contrôler les choses, de ne plus être capable.* »

LA MÉTAPHORE DU HÉRISSEON

Elle rejette intérieurement l'idée de suivre une chimiothérapie, dont elle connaît la possible dangerosité, même si elle sait ne pas avoir le choix. « *Je n'ai pas encore touché du doigt le véritable problème, mon problème* », soupire-t-elle. Ce qui l'amène à consulter la psychiatre de l'hôpital. À qui elle parle... du hérisson, auquel elle s'identifie. « *Il se met en boule pour se protéger, se déploie lorsqu'il a confiance et reste fragile lorsqu'il traverse. Comme lui, je me sentais fragile, vulnérable.* »

« *Le problème, pour moi, était de sortir de ma coquille, me tourner vers l'autre. Il y a plein de malentendus avec l'entourage, avec les professionnels de santé. Il faut parler, exister pour trouver une meilleure compréhension. C'était devenu une évidence et cette psy m'a mise sur la route. J'ai commencé à écrire pour faciliter le lâcher-prise, évacuer la colère contre mon corps qui m'a trahi, alors que personne n'a eu cette maladie dans ma famille où on vit jusqu'à nonante ans. Pourquoi est-ce à moi que cela arrive, et pas à ma voisine qui fume et boit de l'alcool, ne fait pas de sport ?* »

Les premières chimios sont très difficiles. Mais après la quatrième, elle s'étonne de retrouver de l'énergie. Le bien-être revient, plus psychologique que physique. Elle doit néanmoins vivre avec la perte de ses cheveux, dont la progressive repousse scande les étapes de sa guérison. « *C'est un stigmate très important, car les cheveux sont porteurs de beaucoup de féminité. Et on vous repère dans la rue. Mais on ne veut pas être différent. Quand on me traitait en malade, j'étais en colère. Très vite, j'ai voulu redevenir comme les autres.* » Le regard porté par les proches reste fondamental. « *Il y a ceux qui sont par-faits, d'autres qui en font trop. Mais les pires sont ceux qui ne vous parlent plus, ne vous appellent plus, parce que leur silence vous enferme dans la non-existence. Or le cancer lui-même vous y pousse déjà. Dès lors, de ces gens-là, on ne veut plus entendre parler. On se trouve dans une hypersensibilité.* »

La foi lui a-t-elle été un secours ? Son père lui parlait de la communion des saints et certains proches ont même voulu l'emmener à Lourdes. « *Je suis croyante, même si*



© Anne FAGOT-CAMPAGNA

LE SPORT.
Face au mal, reconquérir la confiance en soi et en l'avenir.

peu pratiquante. Mon rapport à Dieu reste interrogatif, je suis à la fois émerveillée par la puissance de la nature et par celle de l'homme, et révoltée face à la mort et à la souffrance. La foi aide beaucoup les croyants pratiquants, comme une femme dont je parle dans mon livre. Beaucoup de personnes prient pour moi, et c'est une force. Ma foi dans cette force universelle m'apaise et me rend sereine face à l'avenir. »

AU JOUR LE JOUR

« La peau devient plus sèche, on a l'impression de prendre dix ans. On apprend à vivre au jour le jour. Et puis on sort définitivement changée », raconte encore Anne Fagot-Campagna. Car elle en est sortie. « Sur mon plan de soins bien écorné, toutes les cases redoutées et longuement observées sont bien cochées. J'ai accompli mon devoir envers mon corps nettoyé, j'ai subi les attaques, je me suis relevée, j'ai plié la tête sous les contraintes, et c'est fini pour aujourd'hui. » Direction Chamonix en compagnie de son compagnon afin de renouer avec la marche et l'escalade. « Après tous ces traitements, j'étais animée par une terrible envie d'aller en montagne. De vivre tout simplement. Je n'avais plus de colère, j'avais réussi à lâcher prise, habitée par la joie de vivre pleinement chaque journée comme un don. L'alpinisme est pour moi une véritable passion. C'est une façon d'exister, de prouver ce dont le corps est capable, et aussi de retrouver la beauté des paysages, le côté extrême de la nature, le danger aussi. L'alpiniste est en cordée, il fait confiance à son partenaire qui doit, lui aussi, lui faire confiance. Cela m'a permis de me

défaire de la maladie et des soins, alors qu'ils agissaient encore en moi. »

Elle veut aussi retravailler pour retrouver la vie d'hier, quitte à nier ses faiblesses. « Il fallait que je refasse tout rapidement. Mon père était très fâché de me voir reprendre à temps plein, même si le médecin du travail m'avait trouvée plutôt en forme. J'avais besoin de me prouver que j'étais toujours capable de faire mon métier. Pourtant, j'ai encore du mal à contrôler mes pieds, ma tête. L'importance des projets n'est plus le même. Mais la tête a quand même gagné : j'ai réussi à reprendre le travail et à refaire de la haute montagne. »

Elle ne voulait pourtant pas en rester là. Sitôt guérie, tout en se sachant sous la menace d'une épée de Damoclès, elle a créé Les voies de la guérison. « Je crois à l'apport des exercices physiques contre les maladies chroniques et le cancer, explique-t-elle. Aux participantes du stage, je voulais proposer un défi. Les encourager à aller plus loin pour se prouver qu'elles étaient capables d'aller au-delà de ce qui leur semblait possible. Arrivées au sommet, celles qui étaient les plus en forme physiquement sont allées à la rencontre des autres qui, ayant plus de difficultés, avaient emprunté un chemin différent. Et elles ont pris leurs sacs, ce qui montre le besoin d'entraide. Au sommet, elles se sont prises dans les bras et ont chanté Étoiles des neiges. À ces moments-là, on oublie complètement la peur de la mort. » ■

Anne FAGOT-CAMPAGNA, Une terrible envie de Vivre, Paris, City, 2020. Prix : 18,80€. Via L'appel : - 5% = 17,86€.

Au-delà
du corps



VIVRE SON CORPS

« La clé de la vie en pleine forme et en pleine possession de ses moyens ne réside pas dans les gélules et dans les bistouris, mais dans chacune de nos actions de tous les jours. » Fort de cette conviction, ce médecin chroniqueur dans *Le magazine de la santé* propose de redécouvrir, au fil

des étapes d'une journée type, comment fonctionne le corps et comment on peut l'aider à marcher. Au passage, dans de petits encadrés, l'auteur coupe aussi les ailes à quelques canards concernant la santé. (F.A.)

Antoine PIAU, 24 heures dans la vie du corps humain, Monaco, Éditions du Rocher, 2020. Prix : 18,80€. Via L'appel : - 5% = 17,86€.