

MON CANCER, QUELLE CHANCE!

Collection Témoignages
dirigée par Michka Seeliger-Chatelain et Tigrane Hadengue
© Mama Éditions (2023)
Tous droits réservés pour tous pays
ISBN 978-2-84594-537-1
Mama Éditions, 1 rue des Montibœufs, 75020 Paris (France)

Adeline PASTEUR

*MON CANCER,
QUELLE CHANCE!*

AVERTISSEMENT DE L'ÉDITEUR

Ce livre est publié à titre informatif et ne saurait se substituer aux conseils de professionnels de la santé. Les points de vue exprimés ici n'engagent que leurs auteurs. Toute utilisation des éléments contenus dans ce livre relève de la responsabilité du lecteur.

MAMA ÉDITIONS

Pour Sylvie et Marie-Jeanne.
À Melvil et Claude.

*Accepte la situation telle qu'elle est,
et elle disparaîtra d'elle-même.*

PROLOGUE

Au cœur de la tempête

Si mon cancer du sein devait se résumer à un simple mot, je choisiraï celui de « chance ». Ce qui est peu commun, j'en conviens.

À 37 ans, on m'a diagnostiqué un carcinome infiltrant au niveau du sein, de grade trois, très virulent, estampillé « triple négatif », c'est-à-dire ne disposant pas de marqueurs spécifiques pour un traitement ciblé. La chance n'est donc pas un concept qui m'a frappée dès le début...

Évidemment, je suis passée par des heures extrêmement sombres. J'ai hurlé, ragé, craché ma haine et mon désespoir plus d'une fois. Mais je sentais, intuitivement, que j'étais en train de vivre un moment charnière de ma vie.

Dès l'annonce de la maladie, j'ai entrepris un voyage au tréfonds de mon être, qui m'a permis d'évoluer, de grandir et de me déployer, je pourrais dire « malgré » la maladie, mais en réalité grâce à elle. Sans ce cancer, je serais complètement passée à côté de ce qui dysfonctionnait dans ma vie. La maladie a été le révélateur de tout ce que je ne

voyais pas, mais aussi de tout ce que je pouvais changer, pour cheminer vers la guérison.

Au cœur de la tempête, je me suis découvert un pouvoir hors norme : celui de gouverner très concrètement mon état de santé. Je l'ai fait malgré moi pour le pire pendant des années, et j'ai fini par comprendre que j'avais toutes les cartes en main pour mettre ce pouvoir au service du meilleur.

Le cancer est un drame, un coup de tonnerre, et certainement l'une des choses les plus effrayantes auxquelles notre condition de mortels nous amène à faire face. Mais nous avons, tous et toutes, le pouvoir de le transformer en une expérience lumineuse, afin de peler petit à petit les couches qui nous entravent, au profit d'une vie plus riche et plus alignée.

Et si, vous aussi, vous faisiez de votre cancer une chance ?

CHAPITRE 1

La petite fabrique des tumeurs

Mars 2020. Comme les trois quarts des habitants de cette planète, je patiente devant mon écran en attendant le début d'une énième réunion en visio. Dans mon dos, mon fils de 6 ans jacasse devant un dessin animé, sans doute le dixième de la journée, mais j'ai renoncé à compter, et par là même à sévir. Nous sommes en plein confinement, celui que nous appellerons plus tard « le premier », et je tente de survivre sans gober tout ce que je trouve dans ma pharmacie, ni descendre les bouteilles du minibar dès onze heures du matin.

Ce ralentissement imposé, nous sommes peu à le vivre comme une aubaine. Après coup, bien sûr, beaucoup avoueront combien ce détachement leur a permis d'envisager la vie autrement. Mais à ce stade de l'histoire, la névrose est à son paroxysme. Je me console, chaque soir, en scrollant sur les réseaux sociaux à la recherche de mêmes ou de bonnes plaisanteries sur ce confinement qui nous rend tous fous. Nous sommes à la fois esclaves de notre quotidien (spécialement avec des enfants à demeure) et

témoins privilégiés de nos limites, de nos peurs et de toutes ces choses que nous refoulons en nous noyant habituellement dans toutes sortes d'activités.

Je patiente et m'agace de la lenteur de ma connexion internet, sans même imaginer que le pire se prépare dans mon organisme. Une partie de mes cellules a déjà décidé de lancer l'anarchie et d'entreprendre un putsch. Elles s'organisent en bandes, en se multipliant comme des petits pains, pour former une tumeur qui, pour l'instant, passe complètement inaperçue. Du reste, je ne me préoccupe absolument pas de mon corps, bien trop occupée à assumer les obligations auxquelles je me sens enchaînée.

Mon employeur nous a laissé le choix d'assumer, ou pas, une certaine quantité de travail. C'est un vrai luxe. Je pourrais faire comme l'une de mes collègues parisiennes, mère de trois jeunes enfants, qui a choisi de ne travailler qu'à dix pour cent. Mais j'en suis incapable. Je ne parviens pas à lâcher ce travail qui me fait l'effet d'une bouée et m'empêche de sombrer, engloutie par les obligations familiales. Alors, je tente de tout tenir à bout de bras et d'endosser le costume qui, depuis mon plus jeune âge, me sied à la perfection : celui du bon petit soldat.

Le travail, j'en ai toujours fait ma raison d'être. C'est le prolongement de ma personnalité, l'extension de moi-même. Je lui consacre du temps, des efforts, du soin et une abnégation sans faille. Historiquement, je suis conceptrice-rédactrice, ou *copywriter*, pour les Anglo-Saxons. Je cède des mots à tous ceux qui en ont besoin pour vendre leurs produits ou services. J'ai commencé ma carrière en tant qu'indépendante, à 23 ans, et j'ai fait prospérer mon entreprise pendant quinze années, juste avant d'être

recrutée par l'un de mes plus fidèles clients. Aujourd'hui, je fais donc partie de l'équipe communication d'une grande école internationale d'ingénieurs.

J'avoue que j'ai toujours plutôt bien réussi, sans me poser de questions. Je sais que je dois cette forme de succès aux qualités que je cultive depuis mon plus jeune âge : volonté, réactivité, pugnacité. J'ai la chance de travailler vite et bien, et je comprends aussi très rapidement les enjeux que l'on me confie. J'enregistre malgré moi les subtilités que personne n'exprime à haute voix, ce qui me rend capable d'exprimer tout haut ce que les gens pensent tout bas, ou en tout cas ne savent pas formuler clairement. C'est ainsi que j'ai, très souvent, été la « plume » de dirigeants d'entreprises ayant besoin de clarifier leur stratégie auprès de leurs équipes, ou de la presse.

Je travaille vite, mais aussi beaucoup. Ayant une faculté à enchaîner les dossiers sans perdre en précision, je me retrouve à encaisser une charge de travail qui ferait s'écrouler n'importe qui d'autre. L'un de mes amis dit que je suis « piquouzée au stress », mais j'ai beaucoup de mal à l'envisager, car pour moi, tout est normal. Je ne me sens jamais stressée. La vie m'apprendra plus tard qu'en réalité *je vis en permanence dans la zone rouge*. Mais rien de préoccupant pour l'instant à mes yeux. J'ai simplement la sensation d'observer le reste du monde depuis un petit perchoir, d'où je vois les uns et les autres se sentir débordés, là où tout me semble simple et fluide. Je sens bien que mon esprit est un peu plus agile et adaptable que la moyenne ; mais pour moi, ce ne sont que des qualités à mon service, et au service des autres, quand je peux les aider.

Interrogez mes amis sur ma personnalité et ils vous broseront sans doute le profil d'une fille farfelue, avec mille projets dans les poches, et une audace de tous les diables. Il est vrai que peu de choses m'effraient. Je suis capable d'exercer un métier très prenant puis, prise par un élan créatif soudain, décider que je vais aussi acheter un petit camion pour sillonner les brocantes afin de collecter de la vaisselle et des accessoires vintage à louer pour des mariages. Cumuler deux activités? Même pas peur! Si la prise de risque est mesurée, je fonce. Souvent, je m'emballe un peu vite et je reviens rapidement sur mes décisions, ce qui peut me donner la réputation de ne fonctionner que par tocases. Mais cela m'est égal, car l'essentiel pour moi est de vivre l'expérience. Oser, créer et vibrer. Pendant des années, mon aptitude à gérer de multiples sujets à la fois m'a permis cette singularité, jusqu'à l'épuisement parfois. Mais je mettais la fatigue sous le tapis, car j'étais avide de trouver l'expérience avec un grand E, celle qui me ferait sentir pleine et entière, et, oserais-je le mot, heureuse.

En apparence, tout me réussissait. Or je vivais avec une mélancolie sourde, qui me poussait à chercher des solutions pour aller mieux. Les multiples projets dans lesquels je me lançais me semblaient des réponses valables, sur le moment. Mais j'étais une hyperactive par défaut: malgré l'intensité de mon quotidien, je sentais bien que je n'étais pas nourrie. Alors je cherchais, j'imaginai, et dès qu'une idée séduisante se profilait, je passais à l'action. Et je ne faisais jamais les choses à moitié. L'autre trait de caractère majeur que l'on peut m'accorder est le besoin de voir grand. Je ne peux pas me contenter du tiède dans ce que j'entreprends, il me faut toujours le brûlant.

Si je vous invitais à fouiller dans mon grenier, vous trouveriez un carton rempli de trophées, collectés pendant mes nombreuses années de gymnastique rythmique. On m'a collé un ruban dans les mains à 3 ans et, ayant manifestement quelques aptitudes dans ce domaine, j'ai très vite été poussée à faire de la compétition. Et j'adorais ça! Le dépassement de soi, le public, la pression, l'envie de réussir... Les compétitions me donnaient des objectifs à atteindre et des challenges à relever. Il y avait toujours une nouvelle étape, un nouvel eldorado.

Un jour, à 11 ans, je suis montée sur la deuxième marche du podium au championnat de France et, à partir de ce moment-là, *plus rien n'a été insouciant*. Il me fallait viser plus haut, plus fort. Vers 16 ou 17 ans, j'étais tout à fait capable d'atteindre la catégorie située juste en dessous du plus haut niveau, sauf que je m'effondrais à chaque championnat qualificatif. Je faisais des erreurs grossières de débutante qui me reléguai en queue de classement. Un auto-sabotage que je n'explique pas vraiment. Au troisième échec de ce genre, j'ai claqué la porte du gymnase pour ne plus jamais y revenir. À mon plus grand étonnement, j'ai ainsi tiré un trait sur quinze ans de vie du jour au lendemain, sans aucun regret. Aujourd'hui, mon fils attrape mes médailles en bouquet et fait tinter mes coupes entre elles, les yeux brillants, tandis que je minimise tous mes succès. Car à mes yeux, j'ai raté quelque chose.

Ma petite carrière de gymnaste est aussi intrinsèquement liée à la relation particulière que je nouais avec ma mère. J'étais sa fierté, sa plus belle réalisation. Elle me mettait sur un piédestal tel que je me sentais obligée