



Comment va la santé ?

Ya-t-il un plus beau souhait que celui de la santé? La conscience populaire le sait bien quand elle dit: « Quand on a la santé, on a tout! » Les sondages confirment d'ailleurs le choix prioritaire des gens en ce domaine. Mais qu'est-ce que la santé?

En ses débuts, l'Organisation mondiale de la santé (OMS) la définissait ainsi: « La santé est un état de complet bien-être physique, mental et social. » Au fil des ans, elle s'est aperçue que cette conception était utopique. La perfection n'est pas de ce monde. L'OMS a alors nuancé sa position en ajoutant que la santé « ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ». Qu'est-ce à dire?

Guérir ne consiste pas toujours à être délivré de la maladie. Guérir, c'est aussi la capacité d'accepter la maladie. Car dans bien des cas, la seule guérison possible est l'acceptation. Comme cet homme accidenté qui disait: « Maintenant que je suis devenu unijambiste qu'est-ce que je fais? » Sur la santé, je me suis toujours référé à la très belle définition qu'en donne le penseur Ivan Illich, dans *Némésis médicale*, pour qui la santé c'est « la capacité de s'adapter à un environnement qui change, la capacité de grandir, de vieillir, de guérir au besoin, de souffrir et d'atteindre la mort en paix. La santé tient compte du futur, c'est-à-dire qu'elle suppose l'angoisse en même temps

que les ressources nécessaires pour vivre avec l'angoisse ».

On reconnaît qu'une personne en santé est capable de s'adapter aux diverses situations de la vie, faites de frustrations et de joies, de moments difficiles à traverser ou de problèmes à résoudre. La santé n'est donc pas un état sans maladie, pas plus que la maladie est l'absence de

Guérir ne consiste pas toujours à être délivré de la maladie.

Guérir, c'est aussi la capacité d'accepter la maladie.

la santé. Il faut comprendre que la maladie est dans l'ordre de la nature. Le corps et le mental sont susceptibles de se dérégler. Cela tient de la nature même de l'espèce humaine. Nous sommes des êtres marqués par la finitude et nous devons prendre conscience qu'un jour, il y aura une maladie ou un événement qui nous emportera inexorablement.

Mais, si la maladie est de l'ordre de la nature, cela n'en fait pas pour autant un événement facile à accepter. Comme l'a écrit le romancier

Marcel Proust: « C'est dans la maladie que nous nous rendons compte que nous ne vivons pas seuls, mais enchaînés à un être d'un règne différent, dont des abîmes nous séparent, qui ne nous connaît pas et duquel il est difficile de nous faire comprendre: le corps. » C'est vrai! Si la santé et la maladie ne sont pas incompatibles, elles exigent, cependant, une bonne compréhension.

Lorsqu'une personne est devant l'inéluctable et se rend compte que son destin est de souffrir, sa mission devient alors d'assumer sa souffrance. Et c'est déjà une forme importante de guérison. Cela ne veut pas dire pour autant qu'elle doit démissionner devant la maladie et la souffrance et ne rien faire pour guérir. Au contraire! Il ne faut jamais baisser les bras, car c'est souvent en acceptant sa situation que l'on ouvre une voie de guérison. Et l'une de ces voies réside dans la capacité de se protéger, d'éviter la destruction psychique ou physique, et dans la possibilité de se refaire quelles que soient les circonstances. ❁

Jean-Paul Simard est écrivain.

Bienvenue sur son site Web :

www.jeanpaulsimard.com