

EXTRAITS DE LA PRÉFACE

Comme nombre des millions de lecteurs de *Sagesse au coin du feu*, je n'ai pas acheté ce livre. On me l'a offert. Cet été-là, j'accompagnais en psychothérapie une amie, remarquable médecin, qui venait d'apprendre qu'elle était atteinte d'un lymphome très grave. Quand je lui ai demandé ce qui l'aidait le mieux à traverser cette épreuve, elle m'a tendu ce livre. Après l'avoir lu à mon tour, je l'ai offert à dix personnes de mon entourage... J'en ai d'ailleurs toujours quelques exemplaires en réserve dans ma bibliothèque, comme on garde un bon remède dans sa pharmacie personnelle, pour soulager dans l'urgence un ami qui en aurait besoin.

[...] Ne jurant que par une vision purement technique et scientifique du corps et de la maladie, Rachel Naomi Remen a opéré, vers l'âge de quarante ans, ce grand virage que certains autres médecins ont effectué eux aussi après avoir réalisé que, bien qu'indispensable, la technologie ne parvient souvent pas à nourrir l'essentiel.

[...] Les rencontres qu'elle évoque parlent d' « un lieu où la médecine et la liberté ne font qu'un ». Un lieu vers lequel la maladie, le mystère et le miracle de la santé et de la vie convergent. Il ne s'agit pas d'une médecine qui guérit à chaque fois, mais d'une médecine pour ne plus se sentir seul. Une médecine qui accompagne chacun au plus près de sa flamme de vie et de son lien avec tout ce qui est là, disponible, pour la nourrir, pour peu que l'on ouvre son esprit et son cœur à cette dimension extraordinaire et élémentaire de notre existence.

David Servan-Schreiber

EXTRAIT DU LIVRE

Les biscuits

Un autre de mes patients, un homme ayant réussi dans les affaires, me raconte qu'avant son cancer, il déprimait si les choses ne se passaient pas comme il le voulait. Pour lui, le bonheur c'était « du biscuit ». Si vous en aviez, tout allait pour le mieux ; si vous n'en aviez pas, la vie ne valait pas un clou. Malheureusement, le biscuit ne cessait de changer de forme. Parfois c'était l'argent, parfois le pouvoir ou le sexe. Ça pouvait également être une nouvelle voiture, le plus gros contrat, l'adresse la plus prestigieuse. Un an et demi après qu'on lui eut diagnostiqué un cancer de la prostate, il était assis dans mon cabinet et secouait la tête d'un air amer. "C'est comme si je ne savais plus vivre depuis que j'ai quitté l'enfance. Quand je donne un biscuit à mon fils, il est content. Si je lui reprends le biscuit ou s'il est cassé, il est malheureux. Mais il a deux ans et demi et j'en ai quarante-trois. Il m'a fallu tout se temps pour comprendre que le biscuit ne me rendra jamais heureux très longtemps. Il s'effrite à partir du moment où vous le tenez dans les mains. Et sinon, vous vous faites du souci à cause des miettes ou bien parce qu'on risque de vous le piquer. Vous savez, il faut renoncer à beaucoup de choses pour prendre soin de son biscuit, pour l'empêcher de s'émietter ou pour s'assurer qu'on ne vous le fauchera pas. Et si ça se trouve, vous ne croquerez jamais dedans parce que vous avez passé votre temps à le mettre à l'abri. Ce n'est pas ça, la vie. »

Mon patient s'est mis à rire : le cancer l'avait transformé, m'a-t-il avoué. Pour la première fois de sa vie, il était heureux. Quels que fussent ses résultats professionnels ou au golf. « Il y a deux ans, le cancer m'a demandé : "Bon alors, maintenant, qu'est-ce qui compte ? Qu'est-ce qui compte vraiment ?" Eh bien, c'est la vie qui compte. La vie. La vie sous toutes ses formes. Avec ou sans biscuits. Le bonheur n'a rien à voir avec les biscuits. Le bonheur, c'est être vivant. Avant, qui est-ce qui décidait ? » Il marque un temps de pause. "Bon sang, je crois que la vie c'est le biscuit. " »