

## CHAPITRE 7

### **Gérer le quotidien**

#### **S'adapter**

Après la tentative manquée d'un traitement médicamenteux local par l'intermédiaire d'une « pompe », et les trois interventions subies pour en arriver là, ma spasticité était telle que mes médecins me suggérèrent de cesser mon activité. Il aurait fallu en effet un traitement par voie orale trop lourd, incompatible avec mon exercice professionnel. Continuer à soigner les gens et faire les trajets en étant « dans le cirage », impossible. Il y a déjà longtemps que je ne fais plus de soins à domicile. J'ai donc dû me résoudre à rester chez moi. Pas complètement invalide. Suffisamment éclopé pour ne pas me passer de mes cannes et encore sur de courtes distances. Le fauteuil fait le reste. Et je fais le maximum afin de m'adapter.

La première exigence que l'on doit s'imposer lorsqu'on est dans une telle situation est de mener une vie la plus proche possible de la vie courante. S'imposer un rythme normal. Se lever et se préparer pour la journée comme auparavant. La tentation survient vite de se laisser aller. Et si je m'autorise parfois une grasse matinée ou une petite sieste, ce n'est qu'en raison d'un coucher tardif ou d'un vrai coup de fatigue. Pas question de trainer en robe de chambre ou de rester vautré devant la télévision. Chaque fois qu'une activité est à ma portée, je m'y attelle. Simplement j'utilise beaucoup la position à genoux ou assis. J'arrive ainsi à jardiner un peu à genoux, à bricoler assis devant mon établi.

J'accompagne ma femme faire les courses avec mon fauteuil, mais je ne peux porter les paquets. Nous sortons et recevons comme tout un chacun. Et lorsque c'est possible, nous voyageons. Outre les symptômes, l'inconvénient majeur est le temps qu'il me faut pour parcourir quelque distance que ce soit. Et elles sont de plus en plus limitées. Détail, mais significatif du besoin d'adaptation, lorsque je suis seul, j'ai pris l'habitude d'avoir dans mes poches les téléphones de la maison pour ne plus rater les appels importants. Je conduis encore ma voiture et mes déplacements chez moi se font encore avec les cannes.

Entretenir son état physique fait partie des impératifs. Afin d'entretenir ses capacités lorsque le handicap est stabilisé, limiter les conséquences de l'aggravation lorsqu'il est évolutif. Ayant la chance de ne pas être encore cloué dans mon fauteuil, je m'oblige à bouger. Je me déplace chez moi debout. Cependant, lorsque nous avons pu faire construire notre maison, j'en ai fait les plans dans l'optique éventuelle de l'usage permanent du véhicule en question. Oh ! Pas de frais aberrants, simplement des volumes pour circuler et des portes plus larges qu'à l'ordinaire. Je sais par formation et suis à même de le constater chaque jour, que l'immobilité est nuisible à la souplesse articulaire. En l'occurrence, souplesse n'est peut-être pas le mot adapté.

Je m'impose de ce fait à ne pas rester plus d'une ou deux heures assis et déambule quelques minutes avant de m'installer à nouveau devant mon clavier par exemple.

Puisque les possibilités d'occupations physiques se limitaient de plus en plus, avec cet arrêt de travail forcé, j'ai décidé de mettre à profit ce temps libre pour me tourner vers des activités intellectuelles. J'ai pu ainsi donner libre cours à ma passion pour l'égyptologie, pour laquelle j'envisageai de faire des études. Las ! Même par correspondance, j'étais loin du niveau demandé. Qu'à cela ne tienne, mon attrait pouvait se porter vers d'autres pôles d'intérêt. C'est la raison pour laquelle j'ai décidé de préparer ma capacité en droit. Deux années de cours très conséquents reçus par internet et quelques travaux pratiques à la fac de droit de Rouen. C'est ainsi que j'ai pu à la fois reprendre contact avec l'ambiance estudiantine, et celle des partiels, et obtenir ce diplôme, lequel m'a apporté à la fois de la fierté et des connaissances utiles au quotidien. Parmi mes nombreuses lectures, il y a la paléanthropologie, étude entamée lorsque penché sur mes patients lombalgiques, je cherchais la cause de leurs douleurs. J'ai pu ainsi rédiger cet ouvrage, modeste, mais auquel je tenais beaucoup édité en novembre 2009<sup>1</sup>. La parution de ce livre me rappelle une anecdote significative. Je me rends au siège du journal local pour la promotion du dit ouvrage. Fauteuil roulant, neige sur les trottoirs, un peu galère.

---

<sup>1</sup> « Mal de dos, mal des siècles, mal de l'Homme ». Société des écrivains. 2009

L'accueil du journaliste est très aimable, il tient à faire, et il fera, un « bon article » sur le livre et sur moi. Lors de la sortie du journal en question, j'ai effectivement droit à la troisième page. Dès la première ligne le ton est accrocheur : « cloué dans un fauteuil roulant à cause de... » ! J'avais beau lui avoir expliqué la chance que j'avais de pouvoir encore marcher un peu, le sensationnel a pris le dessus. Et moi qui fait des efforts afin de rester debout le plus possible ! Tout le reste de l'article est flatteur. Je souhaite que ce soit cela qui fasse vendre, pas le fauteuil.

Ces occupations multiples et surtout la volonté affichée de ne pas se laisser aller est, du moins je me plais à le croire le signe d'une Force venue de je ne sais où, mais indispensable à ce quotidien souvent difficile, pour le rendre vivable. Je mentirais en disant n'avoir jamais flanché. Courtes périodes de « déprime » où il m'arrivait de m'effondrer en larmes, ressassant bêtement la question « pourquoi » ! Comme ce jour où je me suis ainsi « lâché » devant ma tendre épouse désolée de se trouver démunie de mots pour me remonter le moral et où nous fûmes stupéfaits de voir Sherpa, mon fidèle Yorkshire sauter sur mes genoux et venir lécher mes larmes.

Comme si je pouvais trouver la réponse dans le prix à payer de je ne sais quelle faute irréparable. J'ai perdu depuis longtemps la foi chrétienne dans laquelle je fus élevé. Je crois à la réincarnation et je prends la notion de karma comme la nécessité de réussir sa vie du moment le mieux possible. C'est-à-dire empreinte de la générosité du cœur et du chemin vers la sagesse. Platon avait-il cette vision du karma ? « L'essentiel n'est pas de vivre mais de bien vivre ». Cependant, j'ai toujours trouvé les ressources indispensables afin de reprendre pied. Parfois seul, souvent grâce à un entourage familial amical et compréhensif, mais sachant me bousculer lorsque c'est nécessaire.

Exemple d'une bousculade positive. Jusque à il y a peu, nous étions entourés d'une bande d'amis et de copains des plus sympathiques. J'étais « l'ancien » de notre petite bande et passais pour un « rassembleur » aux dires de certains. Cet hiver 2008-2009, je ne vais pas bien, moralement, un passage à vide. Je constatai que la « bande » se disloquait. Moins de rencontre, des projets sans nous, moins de nouvelles. Je confiai alors à un ami très proche cet état d'âme et les changements relationnels du moment, l'attribuant à une coïncidence.

Sa réponse fût sans appel et directe.

- « Tu n'est plus toi-même depuis quelque temps, tu as perdu ton charisme.

Certains l'ont senti et s'éloignent ».

- « ... »

- « Je l'ai senti aussi, tu as perdu cette énergie qui faisait ta gaité et ta force permanente. Tous ne comprennent pas et parfois le silence se fait ».

- « Cela veut dire qu'on ne pardonne pas de faiblir !? »

- « A toi de trouver la réponse ».

Ce jour là, j'ai pris une vraie claque. Alors que je m'apprêtais à mettre sur le dos de certains, je ne sais quelle faute, c'était peut-être moi qu'il fallait que je questionne. Mais après tout, devais-je m'interdire de montrer mes faiblesses ? Etais-je en permanence obligé de faire « comme si » ? Après bien des questionnements, je compris que pour ma survie, je n'étais nullement dans l'obligation de « paraître ». Qu'importe de telles conséquences, après tout pas très graves, il me fallait continuer à « être ». Même faible. Passer son temps dans le « paraître » serait jouer faux. Rassembleur ou pas, je suis un homme comme les autres et je revendique mes moments de faiblesse. Il est cependant évident, dans cette société très égoïcentrique qu'on vous les pardonne difficilement ces faiblesses. Seuls les vrais proches le comprennent. Après tout, je ne demande à personne de porter le poids de mon handicap à ma place. Juste de m'accepter comme je suis. Cette phrase de Démosthène me revient en mémoire : « C'est de la folie que d'entreprendre quelque chose au-dessus de ses forces ».

Mais cette conversation m'a fait réagir sans doute plus vite que si elle n'avait pas eu lieu. Je ne sais pas si j'ai retrouvé le charisme qu'on veut bien me prêter, mais l'énergie est là, revenue comme avant. Et s'il avait fallu cela pour s'en convaincre, dans ce genre de situation, les copains s'en vont, les Amis restent.

### **Quand les douleurs s'invitent.**

Il est des symptômes d'évolution plus physiques. Le froid m'est très pénible, aggravant les contractures. La période hivernale n'est pas ma préférée loin s'en faut et faute de moyens je ne peux la passer au soleil. Mais surtout, chaque année, cette période d'aggravation laisse des séquelles. En clair, l'arrivée des beaux jours me voit marcher encore un peu moins bien.

Depuis un an, les douleurs se sont invitées. Lorsqu'on me demandait si mon état était douloureux, j'avais l'habitude de répondre : « non, c'est ch...mais j'ai la chance de ne pas souffrir ». Désormais, j'ai mal, et c'est toujours aussi ch... !

Alors, moi le phytothérapeute, je me suis vu obligé de prendre des antalgiques en essayant de gérer au mieux, c'est-à-dire le plus rarement possible.

Encore une fois ! Pourquoi ne pas m'autoriser plus souvent à soulager ces douleurs ? En y pensant, je crois que je cherche toujours la Force. « Plus les circonstances seront contre toi, plus ta force intérieure sera éclatante ».<sup>2</sup> Il y a quand même des jours où j'ai l'impression que le prix à payer pour la force intérieure est lourd. Mais ça doit être un effet de l'Euro ! Cette quête permanente passe ainsi par l'acceptation des jours difficiles, ceux pendant lesquels il serait raisonnable de s'arrêter. Ou d'en faire moins. Voilà le côté sombre !

---

<sup>2</sup> Swami Vivekananda. Philosophe indien (1863-1999) cité sur « [evene.fr](http://evene.fr) »

J'ai beaucoup de mal à accepter d'en faire moins. Pourtant, je sens s'infiltrer les conséquences néfastes de la fatigue. Comme s'est infiltrée sans doute la crainte de ne plus pouvoir rien faire. Qui peut dire où est le bout du chemin qui mène à la sagesse ?

### **Lorsqu'arrive la dépendance.**

La fierté, ma fierté m'a fait refuser la dépendance. Jusqu'il y a peu. L'usage permanent de deux cannes limite la liberté des mains. Ceci crée une première dépendance. Je l'ai dit, il m'arrive de jardiner encore un peu. Cela veut dire à genoux, d'où l'utilisation de genouillères dont il faut m'équiper chaque fois. Ensuite descendre sur les genoux sans s'écrouler est déjà un effort. Comme il faut un effort encore plus grand pour me relever en appui sur mes bâtons, je me déplace à quatre pattes sur quelques mètres et je peste après moi lorsqu'en avançant, j'ai laissé les cannes à mon point de départ. Je me vois donc obligé de retourner les chercher. Quand je disais ma passion pour les premiers Hommes, me voilà revenu à la quadrupédie !

Si je puis aider à faire des emplettes avec mon fauteuil, le premier obstacle est constitué par la hauteur du rayon sur lequel se trouve le produit recherché. Là, fort heureusement se confirme ce que j'ai dit plus haut, la proposition d'aide, acceptée volontiers. Faute de quoi je me vois forcément limité dans le choix des produits à acquérir. Seconde dépendance. Voilà déjà abordée la socialisation du handicap<sup>3</sup>. Par chance, la sensibilité de mes jambes est normale, et s'il m'arrive de me rendre seul dans un magasin, c'est en posant quelques achats sur mes genoux que je peux m'en sortir.

Si le fauteuil est devenu un moyen de déplacement indispensable, soit il ne passe pas partout, soit la pente est trop raide pour la gravir à la seule force de mes bras, soit encore des obstacles plus ou moins naturels rendent la progression difficile seul. Autre situation de dépendance. Ce ne sont que contrariétés car grâce à ce fauteuil et l'aide précieuse d'un autre ami cher, j'ai pu crapahuter dans les souks de Marrakech. C'eût été dommage de manquer ça ! Merci Jacques ! Et puis, mon fauteuil a un « fan », Sherpa. Dès qu'il me voit m'installer dans cet engin, il n'a de cesse de monter sur mes genoux. Dommage que dans la rue, ce soient les vieilles dames qui viennent le caresser ! Merci aussi à Fredo, Christelle et Pascal qui ont rendu possibles en connaissance de cause, ces merveilleuses semaines à Montréal et New-York. Un vrai hamburger new-yorkais sur Times Square la nuit vaut bien un fauteuil !

« My wheelchair for a hamburger ! »

---

<sup>3</sup> Voir infra : seconde partie.

Les voyages ne sont pas toute ma vie, hélas, et celle de tous les jours réserve d'autres dépendances. Celles dans lesquelles ma femme et mon fils sont très présents. Me vêtir devient franchement pénible. Il me faut m'y prendre suffisamment tôt, et lorsqu'arrive le moment des chaussettes, assis sur mon lit, je perds plus d'une fois l'équilibre avant d'y parvenir. J'ai dû demander de l'aide cet hiver pour enfiler des après-ski. Et encore demander de l'aide, plus tard afin de les ôter. Soyons franc, je n'aime pas ça. Je devrais insister avec les fleurs de Bach pour accepter l'idée de me faire aider (Olive). Encore une fois, je *crois* avoir la Force pour faire tout ce que je fais afin de m'adapter. Mais j'en vois le côté sombre lorsque j'ai du mal à me faire à l'idée d'être de plus en plus dépendant. Je m'y fais peu à peu, cependant, l'acceptation n'est pas encore complète. « Ne pouvant régler les événements, je me règle moi-même ».<sup>4</sup> Lorsque je disais plus haut qu'on n'accepte pas son handicap, « qu'on faisait avec », il en va de même avec la dépendance. Enfin, il faudrait !

Ma femme fait ainsi la plupart des démarches qui ne sont plus à ma portée. La banque, difficilement accessible à cause d'une marche trop haute et sans place de stationnement à proximité. D'autres, simplement, et gentiment, afin de me faciliter la tâche. La Poste, pour laquelle il lui est facile de descendre de voiture, glisser une enveloppe dans la boîte et revenir. S'il m'arrive de le faire, je mets presque autant de temps pour effectuer ce parcours que le courrier mettra à arriver !

Heureusement internet permet de plus en plus d'en simplifier certaines. Mon fils se voit attribuer l'entretien du jardin. Une chance, c'est son futur métier, mais à dix-huit ans, on a aussi d'autres envies que ces contraintes répétitives.

Afin d'être complètement honnête, il demeure en moi une appréhension de taille. C'est celle du jour où ma dépendance future devrait passer par celle des gestes les plus intimes. Bien des handicapés qui peut-être me liront, et leur famille savent de quoi je parle, eux qui en sont là depuis des années pour certains. Les contraintes de la toilette, celle des accidents de sphincters, etc. Lorsque ce sujet vient dans les discussions, et jusqu'à aujourd'hui, j'affirme que ce ne sera pas le rôle de ma femme de palier à ces gestes loin pour nous, handicapés, d'être anodins. Même par amour. L'intimité d'un couple devrait rester celle des câlins. Ne pas devenir celle de changer nos couches. Loin de moi l'idée même de critiquer celles et ceux qui ont fait ce choix. J'aimerais tant que cela soit autrement et que nous ne gardions tous les deux que les bons souvenirs. Il y a des auxiliaires de vie pour ce rôle là.

---

<sup>4</sup> « Maximes ». François de la Rochefoucauld. Flammarion.1977

Ce métier d'aide-soignante à domicile lorsqu'il est fait par vocation est emprunt d'une rare générosité du cœur. Fierté, fierté, que de problèmes on se crée en ton nom ! Mais encore une fois, paraphrasant Montaigne « cet avis, c'est le mien ».

### **Pourquoi et pour qui lutter ?**

La question est de taille et je suis loin de me la poser en me levant chaque matin. Toutefois il m'est arrivé de m'interroger sur cette motivation.

Première réponse, quitte à me répéter, je ne suis pas un nostalgique. Je ne passe donc pas mes journées, ou mes nuits, à ressasser ce qu'a été ma vie avant. Je vis. Chaque jour, je trouve à faire des choses occupant mon corps ou mon intellect. Lire beaucoup, écrire, d'où rechercher de la documentation. C'est mon quatrième ouvrage et j'ai deux projets en cours.

Il y a encore deux ans, je donnais des cours d'anatomie et de naturopathie. Si d'autres propositions me parvenaient, j'y répondrais favorablement, donnant ainsi libre cours à mon intérêt pour l'enseignement et la communication.

L'arrivée des beaux jours me voit sortir, profiter de mon jardin, prendre la voiture, faire des photos. Bref, une vie normale, comme le retraité que je suis maintenant, avec juste les aléas du handicap. Ainsi, je lutte pour moi d'abord. Ce n'est pas cette paraplégie qui aura ma peau. Il me reste tant de choses à faire. Si je lutte pour moi, c'est aussi afin de pouvoir lutter pour les miens. Nombreux sont ceux qui m'entourent, c'est un cadeau pour lequel chaque journée vaut que l'on se batte. Ma famille en premier, si attentive et compréhensive à la fois. Avec pour moi, la meilleure attitude qui soit. M'aider, je l'ai dit, mais surtout, être là sans être envahissante de compassion. L'amour nous a fait trouver des compromis et nous nous répartissons les tâches. Même si avec l'aggravation progressive, ma femme est tentée (et un peu obligée) d'en faire de plus en plus. Je me bats aussi pour nous deux.

La vie a fait qu'après trois enfants, lesquelles m'ont donné des petits-enfants, j'ai un fils de dix-huit ans. Si à cet âge, l'oiseau a très envie de prendre son vol, il a encore besoin de parents présents et d'un père qui joue son rôle de père. « Nous ne faisons pas des enfants pour en faire des enfants, mais pour en faire des adultes ».<sup>5</sup> C'est une autre bonne raison de se battre.

Est-ce en raison d'un rapport d'homme à homme, mon fils a compris tout cela. Lorsqu'il m'a vu plus d'une fois m'étaler sur la pelouse ou la terrasse, il s'est approché : « ça va ? ». Il sait que je n'aime pas que l'on m'assiste, que je tiens à me relever tout seul. Merci à l'Aïkido, pour m'avoir appris à chuter ! Comme il m'arrive de plus en plus souvent de n'être pas sûr de moi dans certaines situations, je lui demande son aide. Dans ces cas là, il est là, à côté, au cas où !

---

<sup>5</sup> « Absence de père, absence de paroles ». Didier Dumas. Hachette littératures.1999

Quant aux autres, tous les autres, tous ceux que je n'ai pas envie de perdre, ils sont pour moi une source d'envie d'aller le plus loin possible, le mieux possible.

### **Laisser tomber ?**

Ayant compris pourquoi je me battais et bien décidé à le faire, cela ne veut pas dire que je ne me suis jamais posé la question d'abandonner cette lutte quotidienne. Ce serait mentir. Sur l'écran de veille de mon ordinateur, j'ai écrit : « un jour = un sourire ». Comme un rappel, parfois nécessaire.

Je ne suis pas un héros, j'ai souvent été indécis dans ma vie, mais je ne suis pas un lâche. Ce serait l'être que de laisser tomber. Au-delà de tout ce que je viens d'écrire à propos des miens, j'aurais la sensation de m'être battu inutilement. Cette fois c'est Jean-Jacques Goldman que j'ai envie de paraphraser : « si je me trahissais, je me serais tout à fait perdu ». J'ai aussi par mon métier et ma personnalité été souvent à l'origine d'encouragements, de soutien, de présence. Je me renierais d'aller contre mes convictions. Quel serait le résultat d'une vie passée à chercher le meilleur possible, oserai-je dire, à montrer un exemple, tout au moins à chercher la voie de la sagesse, si tout cela devait se terminer par un abandon pur et simple de la lutte ?

Grâce à mes patients, grâce à toutes les rencontres, j'ai commencé à connaître les autres. Il me reste encore à achever de me connaître moi-même. « Connaître les autres, c'est sagesse. Se connaître soi-même, c'est sagesse supérieure ».<sup>6</sup>

### **Vers une nouvelle tentative thérapeutique.**

C'est clair, je ne laisserai pas tomber. Mais, ma situation devient inconfortable. Franchement, et de plus en plus. La tentative d'un traitement local avait échoué à cause d'une infection indépendante de la méthode elle-même, j'ai décidé une nouvelle tentative.

Après presque huit ans, j'ai revu mon neurochirurgien. Il m'attendait. Ou pas. Il est dans une démarche volontaire du patient. Ce sont ses propres mots. Il connaît le dossier par cœur et se souvient de la dose de remède à laquelle nous nous étions arrêtés, laquelle s'était avérée efficace...quelques heures. Autant la première fois nous partions vers l'inconnu, autant il m'assure du résultat puisque la tentative avait réussi, si provisoire qu'elle fut. Matériel un peu plus performant, suites moins compliquées. Plus d'essais du style cobaye, plus de caméras. Juste lui et moi.

Dans l'immédiat, nous décidons ensemble de retenter le médicament par voie orale. Il rédige la prescription avec une posologie précise, tout en me laissant le soin d'augmenter si le besoin s'en fait sentir. Après trois semaines, l'effet n'est pas là.

J'en parle avec mon kinésithérapeute, pour tomber d'accord sur le fait que trois prises par jour n'auront jamais la même efficacité qu'avec la diffusion

---

<sup>6</sup> Lao Tseu.

en continu que permettra la pompe. Il me suggère de tenter des prises par doses moins fortes plus fréquemment. Aussitôt dit, aussitôt fait. Je décide d'essayer un demi-comprimé toutes les heures.

La contrainte n'est pas de préparer ma médication quotidienne, mais d'y penser. Le résultat est positif. La spasticité diminue. Pas notablement, mais suffisamment pour que je sois moins gêné par les températures basses. Ne prenant pas le remède la nuit, le lever me voit à nouveau très contracturé. Il me faut, chaque matin deux heures après la première prise pour retrouver un semblant de soulagement. Confirmation de l'effet modéré, mais présent. Mieux, je pars un week-end et oublie d'emporter les fameuses pilules. Retour à la case départ. Les jambes complètement spastiques, j'ai grand peine à avancer et le fauteuil est impossible là où je me trouve. Bingo ! J'ai la preuve par l'inverse. L'absence de médication régulière voit revenir ces fichues contractures.

Si j'hésitais encore, cette fois je fonce ! Une fois la pompe posée, il nous faudra retrouver la dose quotidienne correcte. Sans doute sera-t-elle différente puisque ma spasticité a augmenté. Qu'importe, il s'agit de simples réglages. La date est fixée. Ce sera pour la seconde quinzaine de février 2010. Une fois la cicatrisation effectuée et le bon réglage trouvé, la seule chose qui me sera interdite est la plongée sous-marine. Qu'importe ! J'ai fait tant de choses.

D'ici-là, j'aurais pu caser quelques séances de dédicaces de mon livre à propos du mal de dos. Il me tenait à cœur celui-ci ! Tout en réfléchissant aux problèmes posés par les lombalgies de mes patients et surtout comprendre pourquoi les récurrences étaient si fréquentes, je faisais partager mes réflexions à des confrères lors de stages de perfectionnement.

### **Et la chance dans tout ça ?**

Voilà une question qui peut passer pour incongrue par rapport à un tel sujet. Et pourtant, pour peu que l'on ose se la poser, la réponse n'est pas si simple qu'il y paraît.

Premièrement, l'élément de comparaison : « Après tout, il y a pire que moi ! » C'est une évidence dans certains cas, mais je ne suis pas certain de trouver là une saine réflexion. Si je compare avec d'autres niveaux de handicap, je peux considérer que j'ai de la chance. Bien qu'atteint par une paralysie évolutive, aujourd'hui, à soixante ans passés, je ne suis pas encore paraplégique complet.

Je marche encore un peu avec mes cannes, je vais et viens dans la maison, prends ma voiture et participe à la vie quotidienne de la famille. Ainsi, puisque je suis atteint et que je n'y peux rien, si je considère ce que je peux encore faire, j'estime avoir de la chance. Peut-être celle-ci sera-t-elle encore plus marquée dans quelques semaines après l'intervention. Si le résultat espéré est là, au mieux, marcherai-je plus droit, plus longtemps et pourquoi pas avec une seule canne. Au pire, il y aura le confort d'une spasticité moindre, ce qui entraînera moins de douleurs.

Je ne suis pas encore totalement dépendant, tout en ayant de plus en plus souvent besoin d'aide et en constatant tout de même que les possibilités d'activités diminuent. Je suis très bien entouré physiquement et moralement. Cela aussi c'est une chance.

Ensuite, lorsque je parle de chance dans une situation semblable, elle n'a rien à voir avec celle du jeu, ou cette condition de certains d'avoir tout ce qu'ils peuvent souhaiter de mieux sans rien faire pour l'obtenir. La chance dont je parle se mérite, se cherche, se gagne. C'est la réussite avec un peu d'aide venue de je ne sais où.

Cette chirurgie tentée une seconde fois, c'est un essai, une possibilité qui m'est proposée, que je veux tenter et qui donnera peut-être de bons résultats...avec un peu de chance. Qui ne tente rien n'a rien, c'est banal. Je sais mon devenir si je ne fais rien pour le changer, donc j'essaie quelque chose. Mais cette perspective là tous ne l'ont pas. Aussi je considère avoir une certaine chance de me la voir proposer.

Ce facteur là, ce petit coup de pouce du destin, il faut aller le chercher. Ce qui compte dans la vie, ce n'est pas d'avoir de la chance, c'est de savoir ce que l'on va en faire.

