

Récit d'expérience

**La maladie,
un accident que je peux doter de sens
et voir comme une opportunité d'évolution**

ROSITA ERGASBENMAYOR

Septembre 2023

Parcs d'Étude et de Réflexion - Manantiales



Le 8 mars 2023, ma vie a été interrompue – apparemment interrompue – par une nouvelle brutale : une tumeur au foie qui m'a fait prendre conscience de ma possible finitude.

La manière dont j'ai découvert cette nouvelle a été aussi surprenante, voire plus encore, que la nouvelle elle-même. Trois nuits auparavant, mon compagnon avait fait un rêve avec Silo, notre maître, qui lui recommandait de s'occuper de moi et de faire toutes les démarches nécessaires pour me guérir ; ce qui nous avait mis en alerte.

Je n'ai donc pas été surprise que l'on découvre une tumeur de 10 cm dans mon foie, lorsque, presque par hasard et guidée par ce rêve, j'ai décidé de passer une échographie parce que "j'étais un peu gonflée".

À partir de ce moment, mon conjoint et moi étions en état d'alerte. Nous devions chercher le meilleur traitement auquel nous pouvions accéder, ce qu'avait également suggéré Silo dans ces cas spécifiques. Silo avait toujours recommandé de rechercher les meilleurs conseils médicaux et de les suivre, même lorsque nos préférences nous orientent vers un type de médecine plus naturelle ou en tous les cas moins liées à l'industrie pharmaceutique, il nous encourageait toujours à rechercher ce que les médecins proposaient.

Guidés par une force indescriptible, en particulier mon conjoint Robby, nous avons commencé à chercher les solutions qui étaient possibles. En l'espace d'une semaine, nous avons consulté au Chili cinq médecins différents, dont les avis divergeaient. Puis, en l'espace de deux semaines, nous nous sommes rendus aux États-Unis.

La première décision importante fut celle-ci : nous n'y arriverions pas seuls, nous devions demander de l'aide aux bons amis – aux "Cœurs Service", comme nous les appelions – et dans les cinq minutes qui ont suivi la nouvelle, ils étaient déjà là, à l'hôpital, pour nous aider à réfléchir et à prendre les meilleures décisions possibles.

J'ai réalisé tout au long de ma vie, à quel point il est important, tout particulièrement en ce qui concerne le domaine médical, de comparer et de partager les informations avec d'autres afin de prendre les bonnes décisions ; car il existe de nombreuses visions différentes et, parfois, la vie dépend de ces décisions différentes, qui sont des visions différentes.

Depuis le début de ce processus, c'est cette forme de travail en équipe, collective et conjointe, qui nous a accompagnés et qui s'est avérée être une méthode de guérison.

Pour préparer le voyage aux États-Unis, nous avons commencé à faire des cérémonies, la première étant la cérémonie d'imposition. Curieusement, à la fin de la cérémonie, on nous a appelés des États-Unis pour nous dire qu'une place s'était libérée pour que je puisse être reçue sept jours plus tard. Obtenir les rendez-vous chez le médecin n'a pas été un travail solitaire non plus, les réseaux humanistes nous ont soutenus, ainsi que les réseaux familiaux. Dans les moments d'urgence, les réseaux d'amitié, d'amour, d'affection et de soutien sont inestimables. En moins de deux semaines, nous avons eu deux rendez-vous importants dans les meilleurs hôpitaux des États-Unis. Et aussi, comme par "hasard", nous avons une assurance maladie que mon frère avait tenu à souscrire malgré moi. Sans cette assurance, cette aventure à New York aurait été impossible.

Toute la famille s'est impliquée, pour aider et apporter une réponse rapide. Certains cherchaient les clichés des biopsies, d'autres traduisaient les rapports, d'autres préoyaient où nous devions nous rendre, d'autres triaient toutes les informations médicales, etc.

Pour ma part, je me trouvais entre la stupeur et le déni, et la seule chose claire pour moi était que je devais contribuer en mettant un grand OUI en avant, en essayant d'être la meilleure patiente du monde, en essayant de collaborer avec les personnes qui m'aidaient, en adoptant la meilleure attitude dont j'étais capable. Nous luttons ensemble pour ma vie, alors je n'allais pas mettre les bâtons dans les roues.

Alors que je me portais bien, étant encore au Chili, la tumeur s'est très vite fait sentir, et lorsque je suis arrivée à New York, j'étais déjà affaiblie, et je me suis seulement laissée guider par Juanita et Robby qui ont fait tout le travail administratif permettant de commencer la chimiothérapie le plus tôt possible ("*as soon as possible*").

Le premier défi consistait à réduire la taille de la tumeur car au vu de sa taille et l'endroit où elle se trouvait, il était impossible de l'opérer. Nous avons souhaité cette opération parce que, d'après ce que nous avons compris, c'était la meilleure chance de guérison complète. Plus tard, nous avons compris qu'on n'est jamais trop sûr en matière de cancer et nous avons adopté un grand dicton du médecin, "*pour l'instant, tout va bien*" ("*so far so good*"). Nous avons également réalisé que rien n'est jamais trop sûr et que l'incertitude est un état qui nous accompagne tous, même si je m'en rends peut-être plus compte ou si j'en suis plus consciente.

Conscients de la difficulté de la tâche qui nous attendait, nous avons décidé de demander de l'aide à tous nos réseaux et d'entamer un processus de cérémonies de demandes, de bien-être et de contact avec la force tous les 15 jours, en accompagnant chaque chimio du meilleur de nous-mêmes. De cette chimio dépendait la réduction de la tumeur et donc la possibilité d'opérer. Ainsi, lors des quatre chimios précédant l'opération, nous avons fait des demandes collectives très profondes. Je me suis sentie accompagnée par de nombreuses personnes qui m'envoyaient leurs meilleurs souhaits et chaque petit geste devenait ce que l'on appelle une "chimiothérapie de l'amour".

À propos de tous ces gestes, j'ai appris quelque chose : j'ai toujours été frileuse pour parler ou communiquer avec des personnes en difficultés, surtout lorsque je ne me sens pas en mesure de faire quelque chose d'important pour elles. Mais grâce à mon expérience, j'ai réalisé que même un petit coucou, une petite lumière, une bonne vibration, apporte de la force à l'autre ; et registrer cette affection curative des liens humains, ça fait beaucoup, beaucoup de bien. Il n'est même pas nécessaire de faire une grande cérémonie, il suffit d'un petit geste, d'envoyer un bon sentiment, une bonne pensée pour contribuer à la guérison de ceux que nous aimons.

Après la quatrième chimiothérapie, vint l'épreuve du feu : avons-nous réussi à réduire la taille de la tumeur ? Notre joie a été immense quand nous avons constaté que la tumeur était passée d'une masse de 10×10 à une masse de la taille d'une saucisse de taille moyenne de 6×1 ; et cela a sans aucun doute été le fruit de l'effort collectif.

J'étais maintenant prête à affronter l'opération, mais il s'agissait d'une opération difficile, qui nécessitait l'utilisation de toutes mes ressources. Lorsque l'on m'a dit que 5 % des gens mouraient lors de cette opération, une larme s'est échappée de mes yeux. C'est le moment le plus clair où j'ai réalisé que je pouvais mourir dans cette situation. J'ai revu ma vie et j'ai eu l'impression que tout était très bien.

J'ai toujours préféré penser, et je l'ai vérifié en discutant avec des personnes qui savaient ce que Silo pensait des maladies, que la plupart des maladies ne sont pas psychosomatiques, qu'elles ne sont pas provoquées par une sorte de "problème intérieur". Il y a la génétique, il y a le temps, il y a même la chance. Mais dans mon cas, il y a une partie de cette tumeur qui m'a donnée l'impression

qu'elle était liée à des problèmes non résolus, en particulier à des problèmes de gestion de la colère. Je payais le fait que je cherchais toujours à être la "gentille petite fille".

Curieusement, dans mon cas, le processus de ce cancer s'est développé parallèlement à un problème émotionnel très complexe dans ma famille. Je n'avais jamais ressenti autant de douleur dans ma vie, et la tumeur est apparue en même temps que cette douleur.

Il m'a donc paru évident que je devais accomplir un triple travail, à la fois médical, psychologique et spirituel.

Tout au long de ce processus, nous avons été protégés, et de manière très étrange, les personnes pour lesquelles je ressentais de la colère, de la colère non résolue et du ressentiment, sont venues à New York. Elles sont arrivées pile au début, au milieu et à la fin de ma maladie. Quelle synchronicité ! Il ne faisait aucun doute que je devais continuer à approfondir mon processus de réconciliation. J'étais certaine que ma guérison dépendrait de la réconciliation. Et c'est ce qu'il s'est passé. Lorsque j'ai pu rencontrer les personnes qui me posaient problème, voir leur faiblesse, leurs difficultés, me mettre à leur place et comprendre en profondeur pourquoi elles avaient agi de la sorte, une grande compassion s'est réveillée en moi et la colère et le ressentiment se sont dissipés. Dans le même temps, je me suis comprise moi-même, j'ai compris ma propre douleur, ma difficulté à fixer des limites, à exprimer ce que je ressentais, et je me suis acceptée. Ils ont reconnu leur point de vue et, de mon côté, j'ai reconnu le mien.

Je ne nierai plus jamais ce que je ressens, je n'étoufferai plus jamais ma colère, la colère est nécessaire, elle nous informe sur nos limites, elle nous informe sur nos besoins, il est important d'apprendre à la diriger et à l'utiliser pour en faire bénéficier la relation. La garder à l'intérieur revient à garder une bombe à retardement à l'intérieur de soi, ou en d'autres termes, à garder une tumeur à l'intérieur de soi.

À présent plus réconciliée, je me sentais plus confiante pour affronter l'opération, mais cela ne suffisait pas. J'avais besoin d'en savoir plus sur ce que Silo pensait de ces situations de maladie afin d'être guidée par mon maître. Je me suis donc tournée vers Nicole Meyers. Je savais qu'elle même avait dû faire face à un cancer dont elle avait été atteinte, et qu'elle avait été proche du maître. De plus, dans une situation précédente relative à la maladie de ma fille, nous avons déjà discuté de certains emplacements utiles suggérés par Silo dans ces cas.

Lors de la maladie de ma fille, survenue il y a trois ans, Nicole m'a demandée : "*Comment tu vas faire pour en sortir plus forte ou, en d'autres termes, comment tu vas faire pour sortir de cette difficulté mieux que tu n'y es entrée ?*" Cet emplacement a commencé à guider ma vie.

La maladie de ma fille a été très dure pour moi et j'ai cherché de l'aide pour essayer d'avancer dans mon processus, je ne voulais pas souffrir. Parmi les aides qui me sont parvenues, il y a eu une orientation de Lao Tseu¹ : "*Plutôt que d'attendre que l'orage passe, il faut apprendre à danser sous la pluie*", et c'est ce que j'ai décidé de faire aussi avec mon cancer. Au fur et à mesure que la chimiothérapie avançait, je me suis offert des petits cadeaux, nous sommes allés nous promener, nous avons essayé de profiter de la vie, car il n'y a rien qui vous fasse plus apprécier la vie que la prise de conscience de sa finitude.

J'ai continué à recueillir les éléments de sagesse de Nicole afin de faire face à l'opération et à ce qui s'ensuivrait. Un jour, elle a partagé avec moi des notes qu'elle avait prises auprès de Silo, en rapport avec sa maladie. Je voudrais profiter de l'occasion pour la remercier de ce geste et du fait qu'elle soit toujours prête à aider ceux qui en ont besoin et qui le souhaitent, à trouver le meilleur emplacement mental face à leur maladie, en se basant sur sa propre expérience.

¹ NdT : il semblerait que la citation qui suit est plutôt attribuée à Sénèque, non à Lao Tseu.

La première chose qui m'a frappée dans ses notes, c'est la recommandation de Silo de ne pas s'apitoyer sur son sort, de ne pas tomber dans ce piège. L'apitoiement sur soi est une direction mentale obscurcie, et je faisais attention à ne pas tomber dans ces sables mouvants.

Une autre chose intéressante a été sa recommandation concernant les peurs : il est important de les regarder, de voir ce qui se cache derrière, et chaque fois qu'on les voit, c'est comme si on ramollissait le métal, ce qui permet l'assouplissement. Je ne pouvais pas ne pas me souvenir de l'allégorie qu'il nous avait enseignée un jour : les peurs ou les défauts sont comme des vampires qui disparaissent lorsqu'on les éclaire. J'ai donc décidé d'affronter la peur, de parler de mes peurs, la peur de la mort, mais aussi la peur de la douleur, la peur de la vulnérabilité, de la dépendance et trouver ainsi l'attitude qui consiste à toujours ouvrir le futur. J'ai appris à dépendre des autres, j'ai appris à être vulnérable. Et tout cela ferait partie de mon chemin d'évolution. Cela m'aiderait à atteindre un nouveau niveau de conscience auquel j'aspirais. Cela participerait de mon ascèse, d'un grand apprentissage.

Silo avait dit à Nicole : *"Tu dois faire en sorte que tout cela te profite, tu dois en sortir différente, avec un certain changement à l'intérieur de toi ; sans aucun bénéfice, ce serait absurde"*. Ce point de vue me semble très important. Parfois, dans le système, les gens parlent de la maladie comme d'un chemin, comme si la maladie en elle-même avait un sens, comme si la maladie était presque la conséquence de quelque chose de mal fait par soi-même. C'est très différent du point de vue qui est proposé ici : on ne se demande pas pourquoi cela nous arrive car de multiples causes peuvent être à l'origine de la maladie, et elles ne sont pas nécessairement en rapport avec soi-même.

En revanche, si l'on est déjà tombé malade, alors il est important de savoir donner un sens à la maladie. Cela n'a pas de sens en soi, la maladie est une grande "cagade", un accident, mais une fois dans cette situation, on peut se dire : *"Bon, j'ai un cancer, à quoi cela peut-il me servir, comment puis-je l'affronter pour en sortir plus forte, comment faire pour transformer cette situation en une opportunité évolutive ?"*.

En relation avec ce point, j'ai révisé les notes de Danny Zukerbrot dans lesquelles il dit que Silo a souvent parlé de la façon dont la maladie pouvait être provoquée par la somatisation et du rôle de la contradiction dans la maladie, mais il a également dit que ce n'était pas toujours la racine de la maladie, parce qu'il y a des bactéries, des virus, de la génétique, des problèmes environnementaux qui génèrent la maladie. Par exemple, si un bébé naît avec une maladie, une malformation, un cancer, on ne peut pas dire qu'il souffre de contradiction.

Et cela a été dit par Silo dans le contexte où il (Danny) essayait de comprendre les causes de son cancer. Silo a insisté sur le fait que certains problèmes sont dus à l'exposition à certaines toxines et à d'autres facteurs qui n'ont rien à voir avec la personne, que l'on ne peut pas tout mettre sur le dos de facteurs psychiques ou émotionnels. Dans ses notes, Danny décrit le désir évident de trouver la raison d'une situation, on a besoin d'une histoire, d'un récit qui explique ce qui se passe ; et cela n'est pas nécessairement mauvais ou bon, mais il est important de savoir qu'il s'agit d'un mécanisme.

Dans son cas, il a jugé plus utile de considérer la maladie comme un accident auquel on peut donner un sens plutôt que d'essayer d'en découvrir la cause. Dans mon cas, je considère également qu'il s'agit d'un accident, mais je pense qu'un pourcentage de celui-ci est lié à des problèmes de ressentiment et de colère non résolus. En d'autres termes, il y avait des contradictions. Et j'ai très bien compris pourquoi, dans les notes de Danny, Silo dit que, dans le cas où la contradiction produit la maladie, celle-ci est si profonde qu'elle devient évidente lorsqu'il s'agit d'une somatisation ; tout à fait évidente ! C'est pourquoi je dis que, bien que je croie et voie

généralement la maladie comme un accident, dans mon cas c'était différent, mais c'était tout à fait évident. Il n'est donc pas conseillé de se mortifier en cherchant des causes psychologiques ou spirituelles lorsque l'on tombe malade, si celles-ci ne sont pas claires et évidentes.

Parmi toutes les suggestions faites à Nicole et à Danny, je pense que celle qui a résonné le plus fort a été celle de "bien mettre la tête" (la posture mentale). C'est également ce que j'ai ressenti. Tout comme Danny, je partage le sentiment que nous étions très bien préparés, grâce à tout ce que Silo nous avait donné, pour faire face à cette expérience. Mais une chose est le savoir et une autre est la mise en pratique. L'important était de parvenir à l'unité intérieure dans une situation aussi complexe. Cependant, cette même complexité m'a aidée à accorder une très forte priorité à la tentative de guérison et cela m'a donné une direction très claire, sur laquelle tout s'est aligné, comme sur un aimant, pour parvenir à l'unité. Cette situation douloureuse a donc servi à renforcer mon dessein.

Danny a fait remarquer qu'il s'agissait d'adopter une direction mentale et que l'aphorisme approprié pour l'occasion était celui qui dit que sur le chemin intérieur, on peut marcher obscurci ou lumineux, et qu'on doit prêter attention à ces deux voies qui s'ouvrent devant soi. Chaque moment, chaque situation devient un choix où l'on peut être guidé vers l'obscurité, sous l'effet de la douleur dans le corps ou de l'inconfort, ou bien pousser son être en direction lumineuse. Je pense qu'il est important de souligner que lorsque la douleur mord le corps, il est très difficile de faire un travail intérieur. Le travail intérieur important doit être fait avant que l'énergie ne soit vraiment consommée par la maladie, par la douleur dans le corps. En ce sens, j'ai appris qu'il était important de faire le travail intérieur quand on est en bonne santé et non pas quand la maladie commence à gagner du terrain. Lorsqu'on a peu d'énergie, on peut entrer en contact avec le profond en faisant des demandes au guide, en utilisant les ressources spirituelles plus faciles, ce qui ne requiert pas beaucoup d'énergie.

Je voudrais ajouter que pendant tout ce processus, la présence de la finitude a permis d'aiguiser le regard pour être capable de voir la présence du sacré en moi-même et chez les autres. C'était franchement impressionnant pendant tout le processus, de voir que les rêves cherchaient à aider, que les gens se présentaient au moment précis où on avait besoin d'eux, que des amis qui n'avaient jamais été là se rendaient présents, que des portes s'ouvraient toujours lorsque nous avions le moral en baisse...

Le sentiment d'être protégé a été présent du début à la fin, à commencer par le rêve de Robby, suivi de multiples coïncidences significatives jusqu'à notre arrivée au Chili avec nos valises pleines et notre passage à la douane sans même avoir à remplir un papier à la SAG (Service de l'Agriculture et de l'Élevage). J'ai invoqué mon guide à chaque instant, avant chaque petite ou grande difficulté : "Ô guide, que cela ne me fasse pas mal, ô guide, que cela se passe bien, ô guide, donne-moi la joie malgré tout, ô guide, accompagne-moi dans ce scanner, donne-moi la patience", etc., et ensuite, le sentiment de gratitude apparaissait de lui-même jusqu'à parfois ressentir un état de gratitude pendant des jours entiers.

Enfin, je voudrais partager une réflexion que je me suis faite, lorsque, avec mes amies Paulina Hunt et Ely Cordova, j'essayais de comprendre le processus que j'avais vécu pendant la maladie. Je leur ai dit que, malgré toute la complexité, j'avais l'impression d'avoir vécu une très belle expérience, que je pouvais même dire que j'avais passé un très bon moment, que j'avais été renforcée, que j'avais même pris du plaisir. J'ai donc demandé à mon amie pourquoi, comment cela était-il possible ? En réponse à cette question, Paulina m'a écrit ce qui suit :

Pourquoi les oranges tombent-elles ?

Pourquoi cette orange juteuse tombe-t-elle dans ma main ? se demandait-elle en savourant chaque quartier, allongée sous l'arbre qui lui en offrait des centaines. Surprise, elle se demandait toujours : pourquoi tombent-elles pour moi ?

Sa mémoire, pleine de pièges et de non-pouvoirs, bourrée de bruits et de choses à régler, toujours occupée à cacher et à élaguer des histoires... effaçait le chemin qu'elle avait parcouru. Ainsi, entre questions, brises douces, délicieuses bouchées d'orange, elle s'endormit... Pourquoi, pourquoi tombent-elles pour moi...

"Il y a des années, ma chère, tu rêvais d'avoir un oranger bien garni, et tu rêvais que les grands fruits te tombent généreusement dans les mains. Tu as préparé ta parcelle de terre pendant de longues saisons de soleil et de pluie, en emportant de chaque voyage les meilleurs engrais pour ton objectif. Puis, avec une patience infinie, tu as sélectionné les graines les plus variées et les plus délicieuses, jusqu'à ce que tu trouves celles qui prendraient racine dans ce climat particulier. Tu en as planté une douzaine et trois seulement ont vu la lumière du soleil. À chaque saison de l'année, tu as nourri leurs pousses avec douceur et ténacité. Deux d'entre elles ont vu leur croissance tronquée et la frustration que tu as ressentie ne t'a pas abattue. Tu as mis ta foi et ton espoir dans le seul qui avait une chance de mûrir et de porter des fruits. Tu as attendu. Tu en as pris soin. Tu n'as jamais baissé les bras. Même lorsque des tempêtes ont frappé la région où pendant les longues périodes de sécheresse, tu le venais avec gaieté ou sérieux, avec courage et bravoure pour lui donner de l'eau, un abri ou simplement pour l'accompagner dans sa croissance. Aujourd'hui, tu profites de ses fruits et tu les partages partout... parce que les oranges tombent. Elles tombent pour toi".

Elles tombent pour toi, ma chère, pour toi.

(À Rosita, de la part de Paulina Hunt).

Visiblement, tout le processus antérieur consacré à mon travail intérieur et spirituel, mon travail d'ascèse soutenu et systématique, mon travail d'évolution, avait porté ses fruits au moment où j'en avais besoin !!! Merci Silo, merci aux porteurs de son esprit, merci à la science, merci à la famille et aux amis qui se sont connectés dans l'amour.

Je termine ce récit en partageant ce que j'ai appelé des dessins transférentiels. J'y ai placé mon foie au centre, j'ai dessiné la tumeur et la façon dont j'imaginai pouvoir la réduire. Autour, toutes les compréhensions que j'ai eues pendant le processus. Le dernier dessin contient tous les noms des personnes qui ont contribué au processus. Si le vôtre n'y figure pas, j'espère que vous m'en informerez pour que je puisse l'inclure. Un aspect très important de tout cela est de reconnaître que nous avons fait tout cela ensemble et d'en être reconnaissants.

So FAR So GOOD

Acceptación Radical



Se cierran
puertas y se
abren otras

Ha sido
crecedor para
el sistema
familiar

Soltar Expectativas

VIVIR EN LA INCERTIDUMBRA
ALGO ME GUIA...

No pierdo
Me encuentro
Me siento de nuevo
Hay paz que
ayuda

No desconfíe en la
FUSIÓN

OTRALA' SEAN LAS MENOS POSIBLES PERO

DESCANSAR EN LA CONFIANZA de Algo que
me sostiene

Es inevitable
que enferme
muera, pero

CADA MOMENTO
RECORDA +
SIGNIFICADO

TIENEN LA FUERZA
CONECTA CON EL
AMOR

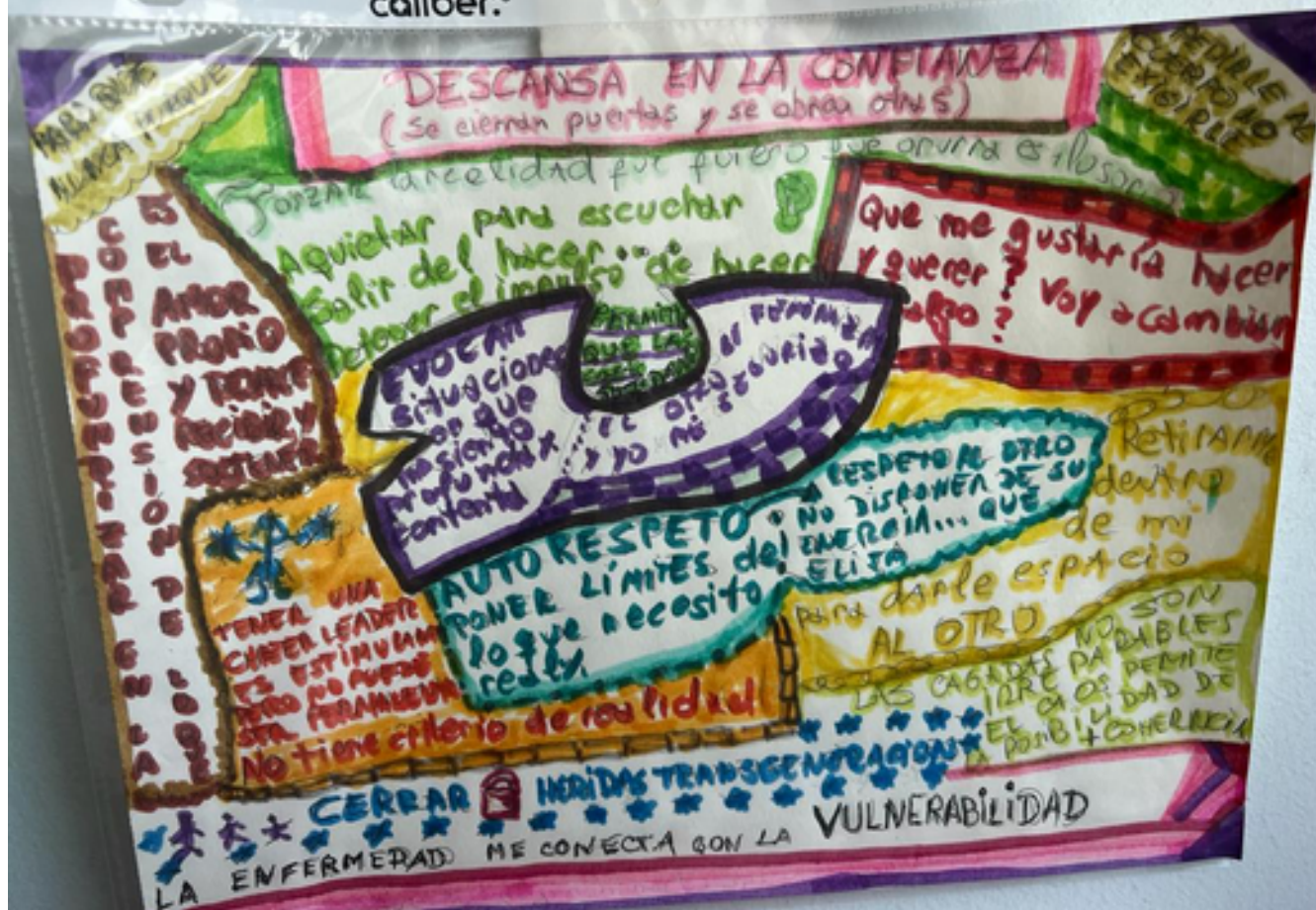


CADA INSTANTE TIENE SU GRACIA
CONECTAR CON EL AMOR Y LA GRATITUD





caliber:



caliber.®

