CATHY BRUN

UNE PART DE SOI

Voyage intime au pays du don du vivant

UNE PART DE SOI

Par Cathy BRUN

UNE PART DE SOI

Voyage intime au pays du don du vivant

Parcours de femme et de maman,
Donneuse de Vie, donneuse d'organe

À mes enfants,
Avec tout mon amour,

Préface

Le don vu autrement…
Puisse mon histoire vous apporter un nouveau regard
sur votre vie dans votre quotidien.

Pourquoi ce livre ? Encore un manuscrit sur le don d'organe et sur la greffe ?

J'ai 50 ans, je suis divorcée, maman de deux garçons (16 ans et 22 ans) et suis salariée dans une grande entreprise française. Mon aîné, grand prématuré, a eu des années difficiles avec des problèmes de santé déjà in utero. À l'âge d'un an, un de ses reins lui a été retiré, et il a été suivi durant toute sa vie à l'hôpital.

Je lui ai donné un de mes reins en 2016, il avait 20 ans.

Je trouve qu'être donneur est une merveilleuse expérience sur le don d'amour et le don à soi.

À l'origine, en écrivant ce livre, je pensais parler essentiellement du parcours factuel du donneur d'organe, sorte de « guide du routard du donneur ».

Il s'avère qu'au fil de son écriture, ce journal a recueilli les blessures et la souffrance d'une maman ayant accouché d'un enfant né prématurément. Mettre

des mots à mes maux a été ainsi thérapeutique pour moi et m'a permis de traverser le « rein-blues », contrecoup de ce parcours. Et surprise, cela m'a apporté une belle guérison.

Et puis j'ai envie de faire partager en tant que maman et femme les ÉMOTIONS DE LA VIE.

Car c'est cela la VIE !

Je suis vivante. Je ris, je pleure, je ressens.

Nous vivons dans une société où les émotions n'ont pas leur place. Nous devons être performants, solides, et n'avons pas le droit de craquer.

J'ai été coupée de mes émotions durant de longues années. J'étais morte intérieurement. Aujourd'hui elles font partie de ma vie, et elles m'accompagnent dans mon quotidien. Je les apprivoise. Et même parfois, j'ai ce que j'appelle la « *déprime du bien-être* » : des petits coups de blues alors que je me sens merveilleusement bien, heureuse. J'envoie des textos à mes amis proches pour demander du soutien : « *Au secours, je vais bien, qu'est-ce qu'il m'arrive ?* ». Parce que je pourrais culpabiliser de me sentir bien. Il paraît que cela est normal et fait partie du processus de croissance et de guérison. C'est le vertige de la liberté d'être : plus rien ni personne à rendre responsable de ce que je vis et c'est parfois déroutant. C'est accéder de plus en plus à sa liberté intérieure. À quand des thérapeutes pour s'occuper du bien-être des gens et non pas uniquement des personnes en souffrance ?

« Les émotions ne sont qu'une traversée », nous répète-t-on dans les stages destinés à nous apprendre à mieux nous connaître. Ne pas s'identifier aux émotions, nous ne sommes pas les émotions. Alors je les traverse.

Faudrait-il que j'arrête de pleurer, de me plaindre, parce que tout s'est bien passé pour cette transplantation ? Mais non, je suis un être d'émotions ! J'ai le droit de pleurer, de ne pas aller bien, et cela n'enlève rien à la belle personne que je suis, ni à la personne compétente professionnellement, et encore moins à la maman bienveillante et attentionnée et à la femme désirée et désirante que je suis.

J'ai envie aussi de témoigner sur le « *comment* » j'ai pris soin de moi durant ce parcours de donneuse. Et peut-être être inspirante pour toutes et tous.

Par nature, la maman, mais aussi la femme, et d'une manière plus large les qualités du « Féminin » sont le don, l'amour, l'accueil, et la générosité.

Recevoir est difficile, prendre soin de soi n'est pas facile. Parfois, ou oserais-je dire souvent, nous préférons nous occuper des autres et nous délaisser nous-même, nous oublier. Et donc, ne pas nous respecter et dépasser nos limites.

Parfois il faut savoir dire non à l'autre pour se dire un oui à soi-même.

Être donneuse m'a appris :
– à me respecter,
– à prendre soin de moi,
– à me donner des permissions,
– à mettre de la conscience dans mes choix et dans mes actes au quotidien.

Je m'intéresse à tout ce qui a trait au bien-être et au développement personnel.

En accompagnement de mon cheminement, j'ai de l'intérêt pour toutes les méthodes qui permettent un épanouissement de la personne (approches psychologiques, mentales, corporelles, énergétiques et spirituelles).

Je crois à quelque chose qui est plus grand que nous. Je ne le nomme pas Dieu, mais « l'Univers » et pour lequel il y a des intendants dans le monde invisible pour nous soutenir et nous accompagner lors de notre passage sur terre et à réaliser notre mission d'incarnation (les Anges, les Guides et Êtres de lumière essentiellement).

J'adhère à la notion d'un univers vibratoire apporté par la physique quantique. Les coïncidences, les « hasards » qui arrivent au moment le plus adapté s'appellent des synchronicités.

L'Univers nous envoie toujours des expériences à la mesure de ce que nous pouvons vivre et dépasser.

En dehors du fait que la greffe apparaissait comme quelque chose de vital pour mon enfant, j'ai accepté cette épreuve parce que je savais que j'en avais les capacités et que cela était une nouvelle occasion de grandir intérieurement : un « inachevé à accomplir » (pour reprendre une expression entendue par Arouna Lipschitz, philosophe, auteure, enseignante) à réparer et à transformer, une mission d'âme.

En tant que maman, il était évident que je voulais donner un rein à mon fils Lucas.

Pour moi, la question du don à mon enfant ne se posait pas et c'est pour cela que je n'aborderais pas ce sujet tant il est ancré au plus profond de moi.

Dans ce livre, je vous fais part de mon expérience de donneuse. Car avec la réplique : « *Bien sûr que j'ai envie de donner un rein à mon enfant* », passer à l'acte est autre chose.

J'ai connu une sorte de traversée du désert avant de donner ma réponse. J'ai affronté tout ce qui se passait en moi intérieurement (mes peurs, mes faiblesses, mes blessures, mes réelles motivations…).

C'est ainsi que j'ai pu dire un VRAI OUI.

Ce parcours, je l'ai vécu comme un cheminement intérieur, un voyage initiatique. Je ne me suis pas positionnée en tant que « victime » ou parce qu'en étant parent, je me sentais obligée (par devoir, par sacrifice, par culpabilité, par réparation ou autre motif quelconque).

Cette greffe m'a mise en joie tout au long de ce parcours et ma convalescence m'a apporté des guérisons profondes.

Mon témoignage est avant tout un plaidoyer pour le don d'organe et la greffe de rein, en apportant une dimension pratico-pratique.

À travers mon histoire, peut-être que certains thèmes feront écho en vous et résonneront au plus profond de votre être.

Avec cette expérience de don de rein du vivant, le sujet de la famille est évoqué à travers la relation mère/fils, parents/enfants, et parents entre eux (en abordant en toute intimité la différence entre le couple parental et le couple amoureux).

Il est question également du traumatisme lié à la naissance d'un enfant prématuré et d'une jeune femme devenue brutalement maman.

De cette « Mère-Veilleuse » qui durant de nombreuses années a œuvré pour être une « bonne maman » en s'oubliant en tant que femme.

Du positionnement d'une femme qui ne renonce pas à l'être parce qu'elle est mère.

Les conditionnements, les croyances collectives, l'éducation, le devoir, la culpabilité se confrontent avec la liberté d'être femme, et la liberté d'être soi tout simplement.

Redonner la place aux émotions. Les réhabiliter et les intégrer dans notre vie. Nous avons des hauts et des bas, il n'y a pas à les cacher, juste à les écouter et à les accueillir, et cela n'est pas un signe de faiblesse.

Les émotions sont utiles dans notre vie, elles nous délivrent un message.

Derrière une émotion, il y a un besoin non satisfait. À nous alors de l'identifier et d'être pour soi le parent intérieur qui va subvenir à notre besoin et nous amener sur le chemin de l'autonomie émotionnelle.

Enfin, ce récit pourrait encourager les personnes qui sont confrontées à quelque chose de douloureux dans leur vie.

Comment poser un autre regard face à un événement difficile qui se présente à moi ?

Comment prendre soin de moi ?

Comment transcender une épreuve pour grandir intérieurement et aller vers un épanouissement de soi ? Se poser les questions afin de sortir de l'état de victime et se prendre en charge au quotidien. Mettre de la conscience dans son quotidien.

C'est tout le cheminement initiatique et spirituel de ma fabuleuse expérience de donneur.

Et si aujourd'hui j'ai l'impression d'avoir rêvé cette fabuleuse aventure, ma cicatrice est le témoin que toute cette histoire vécue est bien réelle.

Cathy BRUN

Présentation

Dans ce livre intime, je vous dévoile en toute authenticité mon parcours de donneuse en tant que maman et femme. J'y mets tout mon cœur, toute mon authenticité et toute ma spontanéité.

À travers mes correspondances, je vais confier au fil des semaines mes doutes, mes questionnements, mes peurs profondes mais aussi mes joies et satisfactions.

Je partagerai des témoignages et des messages de soutien que j'ai reçus, ainsi que des échanges avec mes proches.

Vous serez le témoin de la complicité qui s'est créée avec mon fils et de tout l'amour qu'une maman peut éprouver pour son enfant.

Et vous pourrez lire parfois des remarques pleines de sagesse de ma petite voix intérieure que j'appellerai « La voix de ma conscience ».

Ce parcours s'est fait en deux étapes :

- **L'ENGAGEMENT**
- **LA CONVALESCENCE**

Enfin des **LETTRES À MON FILS** dans lesquelles je lui ai exprimé tout ce que j'avais sur le cœur pour la maman que j'étais et celle que je suis devenue aujourd'hui, fière de ce jeune homme que je vois grandir, s'épanouir au quotidien et que je trouve formidable et très courageux.

En cadeau, le « **DON DU GREFFÉ** » qui a rédigé un petit poème avec ses propres mots pour nous donner sa vision de la greffe vue par le receveur.

L'engagement

La question de la greffe s'est posée en fin d'année 2015.

Parents, nous avions souhaité savoir si nous étions compatibles afin d'être fixés sur l'option qui s'offrait à nous : greffe familiale, ou par donneur décédé. Dans ce dernier cas, cela voulait dire incertitude, pas de visibilité, et risque de dégradation de la fonction rénale de notre fils.

Le premier rendez-vous, pour une prise de contact avec les spécialistes de la transplantation, était fixé dans deux mois. C'est dans cette attente que le 31 décembre a sonné, marquant la fin d'une année et le commencement d'une autre.

Qu'est-ce que 2016 allait bien pouvoir nous réserver ?

À découvrir.

Bienvenue dans mon parcours.

1er janvier – L'engagement

Premier jour de l'année ! C'est le moment de prendre des résolutions.

– De quoi ai-je envie pour cette année ? Quels sont mes enjeux ? Quels sont mes buts ?

J'ai souhaité définir mon « plan de route » pour cette nouvelle année afin de pouvoir garder ma ligne de conduite tout au long de ces prochains mois, ce qui me permettrait de me raccrocher à mes objectifs en cas de turbulences intérieures. L'année s'annonçait mouvementée.

Voici les vœux que j'avais adressé à mes amis : « *Puissions-nous trouver notre équilibre, bien ancrés dans notre verticalité pour traverser 2016. Il est temps de récolter ces graines de vie que nous avons semées. Le soleil se lève. Nos projets peuvent enfin naître ! Regardons les grandir ! Vivons-les ! Lumière, joie, conscience et vibrations sont mes vœux pour cette nouvelle année. Paix, douceur, sérénité et bienveillance dans nos cœurs* ».

Parmi les différents objectifs que je m'étais fixés, j'en retenais deux essentiels :

– J'allais m'occuper de la santé de mon fils aîné, et de ce parcours pour la transplantation. Si je pouvais être donneur potentiel, j'allais avoir besoin d'un accompagnement thérapeutique pour ce geste d'amour.

– Je souhaitais également poursuivre mon développement personnel afin de me sentir pleinement épanouie en tant que femme et développer cet espace de rencontre de soi à soi, d'intimité et de relation à soi.

Qu'est-ce qui allait m'aider à réaliser ces objectifs ? Quels étaient mes ressources, mes soutiens, mes appuis ?

Avoir plus d'ancrage et de gravité

Je souhaitais me sentir ancrée, tel le roseau qui se courbe en période de gros temps, se plie mais ne casse pas.

Je souhaitais également avoir plus confiance en moi, développer ma partie masculine (c'est-à-dire pouvoir décider, agir, savoir dire non, savoir poser mes limites, me donner des repères, défendre mon territoire) et pouvoir ainsi jongler avec mes deux polarités, féminine et masculine.

J'espérais donner plus de souplesse dans ma vie et adoucir mon côté psychorigide.

Je souhaitais aussi me rappeler sans cesse ces questions :

Qu'est ce qui est juste pour moi ?

Est-ce que cela me convient, me satisfaisait ?

Que dit mon cœur ? Et dit autrement, est-ce que mes actes sont en accord avec ma pensée et mon cœur ?

Quels sont mes besoins ?

De quoi ai-je peur ? Quel est le risque ?

Qu'est-ce qui m'empêche d'être ce dont j'avais envie, et d'être pleinement femme ?

Mes valeurs

Elles seront mes piliers qui me guideront tout au long de cette année et seront mes repères dans la tempête.

J'avais choisi l'honnêteté, le respect, la fidélité, et le courage. Ce qui voulait dire être en accord avec moi-même. Être honnête vis-à-vis de moi-même et de l'autre. Ne pas me mentir à moi-même, ni à l'autre sur ce que je ressentais, sur mes arrière-pensées et sur les raisons profondes de mes actes. Ne pas avoir peur d'affronter ma part d'ombre et d'aller voir les réelles motivations de mes actes et de mes choix.

En conclusion, pour moi l'ENGAGEMENT c'était être fidèle à mes valeurs, mes engagements, mes choix et décisions, mes principes, ma morale, mes idées et faire le nécessaire pour les écouter, les appliquer et les faire respecter.

Être dans l'ici et maintenant

J'aurais aimé avoir plus de présence et de conscience dans ce que je faisais au quotidien.

Je souhaitais aussi profiter de ma nouvelle liberté (libre dans ma tête et dans mon corps en dehors de la liberté « classique » du fait de redevenir célibataire), autrement dit accéder de plus en plus à ma liberté intérieure.

Qu'est ce qui allait me permettre tout cela ?

– La méditation.

– L'assiduité dans la pratique de mes exercices énergétiques de médecine chinoise.

– La connexion avec mes Anges, les Guides, les Êtres de lumière, et leur demander de l'aide lorsque je serai dans ma tempête intérieure.

– Et repenser à mes objectifs lorsque je m'écarterai de mon chemin et que je serai tourmentée.

Quel programme !

Je souhaitais aussi mettre de l'Amour dans ma vie. Amour avec un grand « A » ; sous toutes ses formes.

J'étais déjà accompagnée par un professionnel afin de pouvoir me libérer de mon histoire familiale, sortir de ce mariage, et quitter mon mari définitivement.

Huit février – 19 h 43 – L'annonce

Ce matin nous avons rencontré tous les trois (le papa, mon fils et moi) le professeur pour la transplantation.

Voici ce que j'ai retenu :

– Le rein unique de mon fils fonctionne à 16 % aujourd'hui.

– Et son activité va se dégrader dans les mois à venir.

– La dialyse est envisagée lorsque la capacité rénale atteint 9/10 %. Ce qui veut dire pour lui probablement d'ici la fin de l'année ou début d'année prochaine.

– Pour l'instant nous avons le temps de préparer tout cela.

– C'est mieux de recevoir un rein d'un donneur vivant.

– À priori les deux parents sont des donneurs potentiels.

– Nous allons faire une prise de sang pour vérifier qu'il n'y a pas de réaction en mélangeant le sang de chacun des parents avec celui de notre fils (*cross match*) et une prise de sang pour regarder notre fonction rénale.

– Si tout est OK, les parents doivent décider lequel des deux fera les examens complémentaires en premier.

– Si tout est OK pour lui, il sera le donneur.

– À défaut, l'autre parent fait les examens et prend la suite.

– Il faut compter six mois pour aller jusqu'à la greffe.

– C'est, d'une manière générale, une semaine d'hospitalisation et un mois d'arrêt pour le donneur, dix jours d'hospitalisation pour le receveur.

– Pour notre fils, le plus difficile est de ne pas rejeter le rein et prendre des médicaments à vie, avec les contraintes de trouver le bon dosage et bien évidemment suivre scrupuleusement son traitement.

– Pour les femmes, le rein donneur peut sortir par les voies naturelles.

– Le fait que le papa fasse un peu de tension artérielle n'est pas très bon pour sa propre santé. L'hôpital n'a pas assez de recul dans le temps pour juger des incidences sur la santé d'un donneur atteint d'hypertension artérielle.

– Dès que le donneur est choisi, il rentre dans un processus d'examens, de rendez-vous avec des spécialistes et un passage devant un comité spécifique pour l'informer des conséquences du don, et une convocation ensuite chez le juge pour le recueil du consentement.

Ce fut un choc !

Je pensais que les deux parents allaient faire les examens simultanément et qu'en fonction du résultat serait choisi celui dont la santé et la fonction rénale seraient les meilleures. Je pensais que ce serait les médecins qui décideraient.

Nous sommes tous les deux volontaires. Comment choisir ?

Lorsque j'ai entendu que le rein pouvait sortir par les voies naturelles pour la femme, je me suis dit qu'en donnant mon rein je pourrais aussi revivre symboliquement un nouvel accouchement.

En sortant de cet entretien et encore sous le coup de ce rendez-vous, j'ai annoncé au papa qu'être donneur était un sujet qui me tenait à cœur. J'ai un lien particulier avec mon fils aîné : grand prématuré, accouchement par césarienne, des blessures liées à cette naissance traumatique. Ces blessures sont celles d'une grossesse éclair (6 mois !), en pleine préparation de notre mariage. Je n'ai pas eu le temps de vivre, de réaliser que j'étais enceinte. Rapidement des complications sont apparues. Il a fallu prévoir une intervention in utero, puis un accouchement trop tôt : je n'étais pas préparée à être maman. Rien n'était prêt. Une séparation dès la naissance et une rencontre avec mon bébé trois jours plus tard dans un service de soins intensifs. Un choc, intubation et perfusions. Une longue hospitalisation pour lui. Lucas est arrivé à la maison deux mois et demi plus tard. Donner mon rein c'est comme lui donner une nouvelle naissance, lui offrir à nouveau la vie.

Mais pourquoi serait-ce forcément moi qui donnerais ?

Pourquoi imposerais-je mon choix ? Le papa a autant le droit que moi de donner un rein à notre fils. Nous sommes tous les deux motivés et volontaires.

Être donneur : est-ce une réaction d'ego et de compétition avec mon (futur ex) mari ? Cette idée m'a effleurée.

Depuis quelque temps j'ai entrepris un gros travail de réflexion et d'analyse personnelle sur moi. Bien avant de savoir qu'il y aurait greffe et don. Et cela va m'aider aujourd'hui. Car je sais qu'être donneur demande un accompagnement thérapeutique. Je sais aussi que mon rein enlevé continuera de « vivre » en moi énergétiquement.

Nous faisons la prise de sang à la fin du mois et il faut attendre quatre semaines pour les résultats.

Entre la greffe, mon divorce qui s'annonce, mon job, ma nouvelle vie et mon introspection, cela fait beaucoup émotionnellement.

En consultation, le médecin nous remet à chacun un *Guide pratique de la prise en charge du donneur vivant de rein à l'hôpital Necker*, l'hôpital qui va nous accueillir. Il est assez clair et explique bien le parcours et les examens à faire. Avec du recul, je constate que tout ce qui était indiqué s'est réalisé précisément. Je trouve l'explication de ce petit manuel très bien faite.

Mais la greffe dans la pratique, c'est quoi exactement ?
Voici quelques questions que l'on m'a posées :
Qu'est-ce qu'une transplantation rénale ?
Pourquoi ? Pour qui ? Qui peut donner ?
Quel est le parcours du donneur ?
Combien de greffes rénales en France ? À quoi servent les reins ?
C'est gros un rein ?
Sources : Renaloo.com, l'Agence de Biomédecine, et Wikipédia.

Qu'est-ce qu'une transplantation rénale ?
La transplantation rénale, ou greffe de rein est « une intervention chirurgicale consistant à remplacer un rein défectueux par un rein sain, prélevé sur un donneur. Selon la pathologie initiale, le greffon peut être posé sans que le rein ou les reins malades n'aient été retirés. Elle peut se faire à partir d'un donneur vivant sous certaines conditions, ou à partir d'une personne décédée » (Renaloo.com).

Mais concrètement, où se trouvent ces reins ?
Ils sont localisés dans la partie inférieure de l'abdomen, de chaque côté de la colonne vertébrale. Un rein mesure environ 11 cm de longueur, 6 cm de largeur et 3 cm d'épaisseur. Il pèse environ 100 à 150 g en moyenne chez l'adulte. Et il prend la forme d'une oreille ou d'un gros haricot.

À quoi servent les reins ?
Selon la définition du dictionnaire français Larousse, « les reins sont un organe pair placé sous l'abdomen à côté de la colonne vertébrale, qui forme l'urine à partir de la filtration du sang, élimine des déchets, participe à l'équilibre de l'eau et des minéraux dans l'organisme, et sécrète diverses substances ».

En résumé, les reins gèrent les liquides du corps et purifient le sang. Ils ont la responsabilité d'être un filtre et ils sont indispensables à la vie.

On peut vivre avec un seul rein, alors pourquoi est-ce qu'on en a deux ?
Pour pouvoir en donner un !

DONNER, c'est un don d'Amour
C'est aussi donner une part de Soi

Extrait de l'Agence de Biomédecine

Si le nombre de greffes rénales à partir de donneur vivant ne cesse d'augmenter en France, il demeure modeste en proportion du nombre total de greffes.

Recensement de l'activité greffes rénales en France

	2014	2015	2016	2017
Greffes rénales (nbre)	3 232	3 486	3 615	3 782
(Dont à partir de donneurs vivants -nbre et %)	514 15,9 %	547 15,7 %	576 15,9 %	611 16,2 %
TOTAL greffes (nbre)	5 357	5 746	5 891	6 105
% Greffes rénales / TOTAL	60 %	61 %	61 %	62 %

Source RENALOO.COM : 3 782 greffes rénales ont été réalisées en France en 2017. Parmi elles, 16 % (611) provenaient d'un donneur vivant. Ce taux a progressé ces dernières années, mais reste très inférieur à ceux d'autres pays : la greffe de donneurs vivants représente 24 % de l'ensemble des transplantations rénales en Autriche, 31 % au Royaume Uni, 32 % en Suède, 41 % au Danemark, ou encore 57 % aux Pays Bas.

Pourquoi privilégier la greffe donneur vivant ?

Les bénéfices et résultats sont nombreux :

- Un accès à la greffe dans des délais contrôlables et qui peut permettre d'éviter de passer par la dialyse et l'incertitude liée à l'inscription sur la liste des receveurs potentiels.

- L'intervention est programmée à l'avance. Tout le monde est préparé à cet événement qui ne se fait pas dans l'urgence.

- La greffe se réalise dans des conditions idéales : le donneur et le receveur sont opérés en même temps par deux équipes médicales différentes dans deux salles d'opération voisines.

- Le donneur est en excellente santé. Il a passé un check-up médical complet.

- Le rein est de meilleure qualité car le greffon ne subit pas de stress physiologique majeur. Il est réimplanté immédiatement après avoir été prélevé.

- Il a une meilleure compatibilité avec le donneur et donc moins de risques de rejet.

- Il a une espérance de vie supérieure (20 ans en moyenne contre 10 ans s'il est prélevé sur une personne décédée).

Qui peut donner ?

Le Code de santé publique fixe précisément les conditions du don d'organes du vivant (articles L 1231-1 et 1231-3 du Code de la santé publique issus de la loi de bioéthique n° 2011-814 du 7 juillet 2011).

Peuvent pratiquer le don :

– Le père ou la mère du receveur,
– Son conjoint,
– Son frère ou sa sœur,
– Son fils ou sa fille,
– Un grand-parent,
– Son oncle ou sa tante,
– Son cousin germain ou sa cousine germaine,
– Le conjoint de son père ou de sa mère,
– Toute personne pouvant justifier d'aux moins deux ans de vie commune avec le malade,
– Depuis 2011 : toute personne pouvant apporter la preuve d'un lien affectif étroit et stable depuis au moins deux ans avec le receveur.

Comment est sélectionné le donneur ?

Le donneur doit avoir un groupe sanguin compatible avec celui du receveur :
– Un donneur de groupe O peut donner à un receveur de groupe O, A, B ou AB,
– Un donneur de groupe A peut donner à un receveur de groupe A ou AB,
– Un donneur de groupe B peut donner à un receveur de groupe B ou AB,
– Un donneur de groupe AB peut donner à un receveur de groupe AB.

Un bilan rénal, général et psychologique est réalisé pour écarter tout risque de complication après le don et doit être parfait.

Rappelons que depuis novembre 2016, en France, la loi indique que nous sommes tous présumés donneurs, c'est-à-dire donneurs d'organes et de tissus, sauf si nous avons exprimé de notre vivant notre refus d'être prélevé.

Huit février – 23 h 03 – suite

Je suis préoccupée par la greffe de mon fils. J'ai peur d'être « dans » mon ego en voulant être donneur.

J'écoute mon cœur et spontanément je ne me pose pas de question sur le don lui-même. Pour mon fils, je suis prête à tout.

Devoir choisir et décider qui de mon mari ou de moi sera le donneur me perturbe.

Suis-je dans la rivalité ? Le désir de vengeance ? Le désir de puissance ? Plus forte émotionnellement que lui ?

De plus cette question de la greffe arrive la veille d'un divorce. Forcément des rancœurs, des blessures et probablement aussi un esprit de compétition comme dans tous les divorces avec la question des enfants.

Je ne sais plus quoi penser.

Est-ce que parce que je fais un travail personnel que je me juge plus légitime pour donner mon rein ? J'ai mal de penser tout cela !

Ceci me renvoie à la notion d'engagement.

Décider d'être donneur est un CHOIX et un ENGAGEMENT !

Dix février – L'attente

La turbulence émotionnelle s'essouffle.

J'ai pu discuter hier soir avec un ami qui m'a apporté une autre vision et m'a invitée à me poser certaines questions pour sortir de l'affect.

Mon fils a besoin d'une greffe. Ok.

Soit on attend et on risque de passer en dialyse. Il ne le souhaite pas, et nous non plus.

Soit on trouve un donneur. Ok.

Il y a les parents.

Est-ce que l'un des deux veut donner ? Si oui, lequel ?

Est-ce que je veux donner mon rein ? Pourquoi ?

Est-ce que j'en ai le courage ? Le parcours est lourd avec tous ces examens… Il faut même donner son consentement devant un juge !

Qui commence les examens ?

Est-ce qu'on a la disponibilité pour faire ce parcours ? C'est cinq semaines d'arrêt de travail a minima…

En imaginant le pire, si l'un des parents meurt durant l'intervention, vaut-il mieux que les enfants aient leur papa ou leur maman pour la suite ?

Et comment organise-t-on le futur si les choses se passent mal ?
Qui les prend en charge ? Financièrement on les met à l'abri…

Faut-il souscrire une assurance décès temporaire pour être serein, et prévoir l'avenir, les modalités, etc. ?

Le retour, comment ça se passe ? Qui garde les enfants pendant la convalescence du parent ?

Cela permettra également de donner à mon fils une explication rationnelle et pas affective. Et ne pas choisir en disant que celui qui fait les examens aime l'enfant plus que l'autre. Les raisons du choix de chaque parent donneur lui sont personnelles.

Je me serais bien passé de ce sujet-là. Ça fait beaucoup déjà avec le reste.

Et comme « par hasard » ça arrive à un moment où l'on sera divorcé. Avant cela aurait été plus simple car pour tout ce qui touche le côté matériel aurait relevé du droit de la famille et du mariage. Et la convalescence aurait été partagée sous le même toit…

En définitive, la conversation avec cet ami m'a permis de mener une analyse plus terre à terre.

Dix-sept février - Questionnements, doutes, interrogations

J'ai essayé d'avoir une discussion avec le papa pour que nous puissions déjà « débroussailler » le sujet du choix. Échanger sur nos motivations, nos craintes, nos peurs, et se poser les questions qui pourraient nous faire réfléchir et nous aider à nous départager.

Il préfère attendre les résultats.

J'ai besoin de parler, de discuter, d'échanger sur ce sujet important. On n'a pas encore fait les prises de sang, mais le sujet me préoccupe au quotidien. Je trouve que c'est quelque chose d'important pour notre histoire familiale.

Je lui ai demandé : « *Si j'étais donneur et si dans l'avenir j'avais besoin d'un rein, est-ce que tu me donnerais un des tiens ?* ».

Sa réponse a été un « *non* » rapide et catégorique. Je suis sortie de sa vie. Pour ma part, j'ai dit spontanément et sous l'effet de sa réponse, que je ne savais pas. Que ce ne serait pas un « *non* », un « *peut-être* », et puis la question ne se pose pas aujourd'hui. Pas la peine de gaspiller de l'énergie sur cette éventualité qui n'arrivera probablement jamais.

Sa réponse m'a affectée.

Avec du recul, je réalise que ce n'était pas un « oui » franc de ma part.

Et moi, qu'est-ce que je serais capable de faire pour lui ? Il a recréé quelque chose de nouveau de son côté, il a quelqu'un dans sa vie et peut s'appuyer sur cette personne pour le soutenir.

Et moi, sur qui puis-je compter s'il m'arrivait quelque chose ? Je suis toute seule.

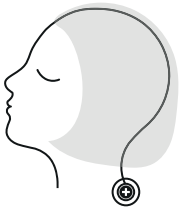
Je ne peux plus trouver d'appui et de réconfort auprès de lui qui représentait ma « famille » durant ces vingt années. Le couple amoureux est mort depuis longtemps (j'ai encore du mal à en faire le deuil). Et apparemment ce n'est pas dans le couple parental, qui demeure encore, que je vais pouvoir puiser toute cette force qui me portait jusque-là.

J'aurais besoin de pouvoir échanger avec lui sur ce grave sujet.
Je me tourne vers mes amis et collègues pour m'éclairer.

Les échanges auprès d'eux ont été variés. Certains m'ont dit que je me « *prenais trop la tête* », que je me posais trop de questions. Qu'il ne fallait retenir qu'une chose, c'était donner pour améliorer la santé de mon fils tout simplement et ne pas chercher à trop rationaliser.

D'autres m'ont dit que c'était bien de se poser des questions, qu'il s'agissait d'une décision importante à prendre, qui avait des conséquences.

À partir du moment où la question de la transplantation s'est posée, le sujet de la greffe a été très présent dans mon quotidien. Je ne pensais plus qu'à cela : dans le RER, le soir en m'endormant, le matin en me réveillant, et j'en parlais beaucoup autour de moi également avec mes amis et collègues. J'en avais besoin ! Je les remercie pour leur écoute et leur patience.



La voix de ma conscience :

Donner un rein ce n'est pas anodin, c'est un choix important. Le rein symboliquement est lié à nos peurs. C'est aussi l'organe qui permet d'évacuer nos anciennes mémoires, tous les déchets de notre sang qui véhicule l'énergie vitale.

« *Faites tous les deux les tests dans un premier temps. Tu te projettes beaucoup alors que toi ou son père n'êtes peut-être pas donneurs compatibles. Vis l'instant présent. L'heure du choix n'est pas encore arrivée. Une fois les résultats connus, il sera temps de prendre une décision mais pas avant* ».

Vingt-quatre février – L'apaisement

Aujourd'hui je suis sereine quant à la transplantation de mon fils. J'ai trouvé ma raison d'être et pourquoi je souhaite le faire. En deux mots c'est un don d'amour pour mon fils et un cadeau de guérison que je me fais à moi-même en redonnant une nouvelle naissance à mon fils.

Vingt-neuf février – Encore l'attente

J'ai fait ma prise de sang pour les tests de compatibilité. Demain ce sera le tour de mon fils et de son père.

Un mois à attendre pour les résultats !

Revenir dans cet hôpital vétuste m'a rappelé de douloureux souvenirs. Nous nous sommes rendu régulièrement mon fils et moi pour des consultations spécialisées et des hospitalisations, depuis sa naissance et durant des années.

Trois mars – Séparation

Le divorce a été prononcé ce matin. Je suis contente, une page se tourne. Je me sentais mal dans mon couple. Souriante la journée au travail, et le soir dès que je franchissais la porte de la maison, je devenais une autre personne (râleuse, contrôleuse, qui criait beaucoup après les enfants, je ne me sentais pas écoutée, ni soutenue dans leur éducation pour inculquer mes valeurs, et je ne m'occupais pas de moi). C'était comme si je n'existais pas vraiment. J'étais une épouse, une maman, mais pas une femme (pour moi d'abord).

Aujourd'hui c'est comme si je sortais d'une emprise émotionnelle qui me maintenait dans un mal-être depuis tant d'années. Je suis seule à décider et à m'organiser. Je deviens autonome. Par rapport aux enfants, à la maison je peux mettre en place les règles de vie qui sont en cohérence avec mes propres valeurs et mes attentes.

Mais bon, pas de répit, j'ai d'autres préoccupations avec la greffe. Je vais pouvoir m'y consacrer pleinement.

Quinze mars – Toujours l'attente !

Il me tarde d'avoir le résultat pour les tests de compatibilité. Mon fils est agressif avec son frère cadet. Ce dernier lui reproche son manque de sociabilité et le fait qu'il le frappe.

Connaissant le parcours de mon aîné (les hospitalisations, les examens médicaux, les prises de sang, etc.), je sais qu'il a de la colère en lui, un sentiment d'injustice et que son corps a emmagasiné tout cela.

Pour être passée par là, j'ai des solutions à lui proposer afin de l'aider à se libérer de ses blessures, mais il n'est pas prêt.

La voix de ma conscience :

« Pour ton fils, l'agressivité est aussi un moyen d'exprimer un conflit interne, une colère par rapport à quelque chose. Malheureusement en tant que mère tu n'es pas forcément la personne la mieux placée pour l'aider sur le plan thérapeutique, juste lui montrer le chemin à travers ton exemple. »

Vingt-quatre mars – L'attente n'en finit pas…

Encore quelques jours à attendre ! Je trouve ce temps extrêmement long. Et je ne discute toujours pas avec le papa.

Je me sens seule sur ce sujet.

Je pense de plus en plus à cette guérison par rapport à la greffe. La réparation de mon accouchement prend de plus en plus de place, et je m'éloigne de la notion du don. Des blessures liées à la naissance de mon fils remontent peu à peu.

Je me sens dans la confusion. Je mélange tout : le don pour mon fils, l'acte d'amour, la réparation pour moi. J'ai besoin d'y voir plus clair. Je souhaite vraiment que cet acte soit un don d'amour.

Trente et un mars – 17 h 50 – Les résultats

Nous sommes tous les deux compatibles avec notre fils. C'est à nous de décider maintenant lequel va se lancer dans le parcours. Nos fonctions rénales sont équivalentes.

Ce qui est juste embêtant pour mon ex-mari, c'est qu'il fait un peu de tension, et qu'il est sujet aux anti-inflammatoires. Tout cela est plutôt gênant pour le donneur et il faut le protéger.

Ce soir je me dis que cette décision est un choix et même LE CHOIX LE PLUS IMPORTANT DE MA VIE. Je souhaite donner en toute conscience. Je m'aperçois que cette situation réveille en moi la peur de la mort.

Je vais demander une discussion avec le papa pour que l'on puisse s'exprimer et que chacun fasse part de ce qu'il ressent.

Franchement je ne souhaite pas à des parents de se trouver dans cette situation difficile.

Affaire à suivre.

19 h 34 – suite

Il est nécessaire pour moi de décorréler le don qui est un acte d'amour de la décision elle-même. Faire un choix vient réveiller quelque chose d'inconscient en moi.

Peur – Mort – Courage – Naissance - Amour… Ces notions font surface et m'invitent à la réflexion.

Dans les doctrines ésotérique et occulte qui tirent leurs origines de l'Ancienne Égypte, est enseigné le principe de polarité. Il explique que, dans toute chose, il y a deux pôles, deux aspects opposés, et que les « contraires » ne sont en réalité que les deux extrêmes du même objet. Ainsi, la mort s'oppose à la naissance, la peur au courage, l'amour à la haine. Mourir c'est aussi renaître. Tout ceci va faire son chemin.

Généralement je fonctionne comme cela : je m'endors avec la problématique, mes pistes de réflexion de la journée, mes questionnements et interrogations, et le matin j'ai souvent des réponses. Durant mon sommeil, mon inconscient et mon âme trient, classent et analysent pour me restituer à la première heure de précieuses informations.

J'ai des prises de conscience partielles sur des points de détail, et puis au fur et à mesure que les jours passent, des connexions et des liens se créent, les pièces du puzzle s'assemblent, et c'est la révélation, l'évidence, la prise de conscience globale.

Tout devient limpide, clair. Je comprends et j'intègre tout cela dans mon corps et mes cellules comme faisant partie intrinsèque de moi.

Plus tard, j'oublie que j'ai eu ces prises de conscience car c'est devenu tellement évident pour moi, comme si cela avait toujours été.

22 h 54 – Quelle journée !

Je suis épuisée ce soir. J'ai annoncé les résultats à mon ex-mari et nous en avons discuté. Il m'a fait part de sa motivation : il ne se prend pas la tête, ne se pose pas de question existentielle et n'a aucun problème avec le fait de vouloir donner son rein à son fils.

En revanche il trouve que je m'interroge beaucoup et que j'ai l'air de ne pas être si certaine de ma décision. Il me demande si j'ai quelque chose à me reprocher vis-à-vis de notre fils ? Si je culpabilise ? Parce que pour lui, ce n'est pas le cas.

Je lui ai répondu que nous n'allions pas décider ce soir sur un simple coup de fil.

Je lui ai demandé un rendez-vous mardi soir tous les deux en face-à-face dans un endroit neutre pour que l'on puisse discuter de tout cela. Il espère toutefois que nous aurons statué sur la question et me précise que sa motivation ne changera pas d'ici là.

D'un côté je me dis qu'il a bien de la chance d'être aussi clair, motivé et de pouvoir trancher si rapidement.

Il me dit *« qu'il ne se battra pas contre moi pour donner son rein »*. Que si c'est si important pour moi, il *« n'a pas de problème avec cela »*, il me laissera *« la place »*.

Au fond de moi, je suis en train de regarder ma part d'ombre et ce don n'est pas un don complet.

OUI, je ressens un peu de culpabilité en tant que maman :

– Culpabilité de l'avoir « mal fabriqué ». Parfois mon fils me le reproche sur le ton de l'humour ou de la provocation. Je sais bien que je n'ai pas à me sentir coupable mais toutefois une partie de moi y croit.

– Culpabilité de l'avoir mal aimé parce que je me suis appuyée sur son état de santé pour justifier mon mal-être durant mon mariage et que j'ai été très sévère avec lui concernant ses problèmes médicaux.

J'ai fait tout ce que j'ai pu à l'époque et qui me semblait juste. Je n'avais pas encore commencé l'introspection qui m'amenée à me poser des questions sur mon mal-être et regarder ce qui ne fonctionnait pas en moi et dans ma vie. Si aujourd'hui je suis capable de prendre conscience de tout cela c'est parce que je me sens mieux dans ma vie.

Je suis encore très dure envers moi-même, et je me juge beaucoup. M'accorder de la bienveillance me permettrait d'être plus douce envers moi-même et me déculpabiliser pour ce passé et ma façon d'avoir agi.

Donner mon rein toucherait à la notion de réparation et de guérison, ainsi qu'à la peur (inconsciente) de mourir.

Donner un rein à mon fils pour qu'il aille mieux et si l'opération se passait mal (parce qu'une anesthésie n'est pas anodine), j'aurais donné quelque chose de précieux à mon fils aîné et je n'aurais rien « donné » à mon cadet.

Cela me renvoie à un cauchemar que je faisais à une époque : coincée en montagne avec mes enfants, je devais aller chercher de l'aide et ne pouvais en emmener qu'un seul avec moi. Lequel ? Choisir l'aîné parce qu'il avait des problèmes de santé ou le cadet parce qu'il était plus jeune et n'avait pas encore profité de la vie. Ce n'était pas un rêve, mais plutôt un cauchemar. En fait, ce dilemme était de choisir entre la vie (la naissance) et la mort.

Je constate ce soir que mon choix de don n'est pas si désintéressé que cela, qu'en réalité il n'a pas la vraie couleur du don.

Donner pour donner sans rien attendre en retour. C'est vraiment difficile. C'est cela l'amour inconditionnel ?

Dans ces conditions je ne suis pas prête. Ce n'est pas vraiment un don au sens que j'aimerais lui donner.

Et donc je pourrais laisser la place au papa puisqu'il me réitère qu'il est d'accord pour le faire et que nous sommes tous les deux compatibles. Comme il me le dit, lui ou moi c'est pareil.

Je vais réfléchir pour arriver à dissocier ce choix et cet acte de tout ce qui est lié à mon histoire.

Cette question de choix et d'engagement aurait pu arriver avec n'importe quel autre événement.

La question de la transplantation est une épreuve pour évoluer encore et augmenter mon niveau de conscience. J'ai l'opportunité de comprendre quelque chose. J'avais souhaité, pour mon année 2016, être « dans » l'Amour… Je n'avais pas imaginé une greffe.

Eh bien, lorsque j'aurais compris et assimilé ce que je dois comprendre, je pense que ma relation à l'amour aura bien changé.

L'Univers nous met en présence d'évènements parfois difficiles pour apprendre une leçon de vie. Et nous avons les épreuves qui sont à notre portée même si parfois elles nous semblent insurmontables. Avoir une approche spirituelle dans mon quotidien me permet de regarder ce qui m'arrive avec un autre regard sur ce que je vis ou ai à vivre.

Je vais continuer à méditer. Pas de repos, pas de répit…

Lorsque je discutais sur la question du choix, que ce soit dans mon entourage personnel ou professionnel, les personnes interrogées me répondaient que « *Bien sûr elles donneraient à leur enfant, c'est évident* ». Et lorsque je rajoutais : *« Ok ! Et dans l'hypothèse où les deux parents seraient compatibles avec un état de santé et une situation professionnelle équivalents, comment décideriez-vous ? Qui donnerait ? La mère ? Le père ? Sur quels critères vous appuieriez-vous pour vous départager et choisir celui qui s'engagerait dans ce parcours de donneur ? »*. On me répondait *« Le plus motivé »*, et là je répondais *« Mais vous êtes motivés tous les deux »*. C'est alors que les personnes reconnaissaient que ce n'était pas si évident et elles restaient perplexes.

Premier avril – 7 h 44 – Fatigue

Je suis épuisée ce matin au réveil.

Je cogite et je me dis de plus en plus que si je n'ai pas évolué d'ici mardi (j'entends en prise de conscience), je me dirige vers la décision de laisser à mon ex-mari la possibilité de donner son rein à notre fils.

Pour moi, je ne suis pas vraiment prête et j'ai le courage d'être honnête envers moi-même.

Oui c'est évident que ma motivation première est la santé de notre fils et que pour cela je ne me pose pas de question sur le fait que s'il a besoin d'un rein et

que si je peux lui donner le mien pour qu'il puisse vivre, je le fais sans hésiter. Mais derrière tout cela, ce sont mes réflexions qui m'interpellent.

Je donne pour moi aussi. J'y trouve un « avantage », une opportunité de me soigner, de guérir de cette grossesse pour laquelle il y a encore beaucoup « d'émotionnel » et de blessures que je n'ai pas soignées. Et donc ce don n'est pas si inconditionnel que cela. Je reconnais également que j'ai peur. Peur de la mort. Peur de laisser mes enfants sans leur maman.

Et parce que je peux me permettre d'hésiter (nous sommes deux donneurs potentiels et motivés), je peux aller jusqu'au bout de cette réflexion et essayer de déconnecter cet événement de ce qu'il vient de réveiller en moi.

Il y a également l'urgence à prendre en compte. En effet, nous devons donner notre décision rapidement. La santé de notre fils ne peut pas attendre et il faut compter environ six mois pour le parcours jusqu'à la transplantation.

Je trouve que mon attitude est courageuse. Être honnête envers soi-même et ne pas se mentir faisaient partie de mes engagements de début d'année.

L'infirmière qui s'occupe de notre dossier à l'hôpital me disait qu'elle se méfiait des personnes qui disaient oui trop facilement.

Et puis, si au cours du parcours il s'avère que mon ex-mari ne peut pas poursuivre au vu du résultat de ses examens, je prendrais la relève.

Je ne serai pas étonnée qu'un rein puisse « tomber du ciel » (mon fils est inscrit sur la liste des receveurs potentiels) et qu'au final ni lui ni moi n'ayons besoin de donner notre rein.

La vie nous met en tant que parent devant une épreuve avec la possibilité d'évoluer. Je comprends que l'Univers me demande de m'engager.

Je n'ai pas besoin de donner mon rein pour réparer quelque chose, déculpabiliser et rétablir mon lien avec mon fils.

Le rendez-vous avec mon ex-mari est mardi soir. C'est dans quelques jours et d'ici là il peut se passer beaucoup de choses dans mes prises de conscience.

Cinq avril – 21 h 00 – Discussion

Je rentre du restaurant. Le dîner n'a pas duré très longtemps. Nous avons discuté. Il espérait que nous allions décider ce soir.

Il m'a redit qu'il était toujours ok pour donner son rein.

Je lui ai fait part de ma confusion :

– Que la question de donner un rein avait réveillé en moi des blessures, notamment en relation avec la naissance de notre fils et que dans ces conditions, je ne me sentais pas libre dans mon choix ; et donc pas prête !

– Que nous n'avions pas des mois pour réfléchir et que s'il fallait donner immédiatement, je disais NON. Je souhaitais que ce soit lui.

En lui exposant mes motivations, je me suis sentie incomprise et dévalorisée par ses remarques que j'ai mal accueillies.

J'aurais aimé être écoutée dans mes interrogations. J'aurais aimé être rassurée. Je me suis sentie incomprise parce que pour moi, me poser des questions m'apparaissait comme essentiel, preuve que je mesurais réellement la portée de cet acte et ses conséquences. Je me suis sentie dévalorisée parce que cela me renvoyait au fait que j'étais perturbée, fragile. Si je me prenais la tête pour quelque chose de simple, c'est peut-être parce que je ne savais pas décider, j'étais peut-être inconstante.

Je lui ai demandé de laisser passer quelques jours pour que la discussion de ce soir mûrisse, et de décider après le week-end.

Pour ce qui le concerne, il m'a dit qu'il ne changerait pas d'avis.

Quant à moi, je vais retrouver de très bons amis avec qui je vais pouvoir échanger sur ce sujet important. Je trouve que tout cela n'est vraiment pas facile.

Six avril – Réflexion

Je repense à la réflexion de mon ex-mari : *« Que ce soit toi ou moi qui donne, c'est pareil. »* (sous-entendu pour notre fils)… Et finalement, peu importe qui donne.

Cette réflexion m'interpelle. Je sens que ça commence à cogiter en moi.

Huit avril – Polarités masculine et féminine

Dans le milieu du développement personnel, il est dit que chacun possède à l'intérieur de soi des polarités masculine et féminine. Et dans les traditions orientales, on parle du YIN (féminin) et du YANG (masculin).

Ainsi, nous portons tous en nous des valeurs féminines, qui sont essentiellement des qualités d'accueil, de réceptivité, et des valeurs masculines qui sont plus liées à l'action.

On dit que le féminin est réceptif, et le masculin émissif.

Dans de nombreux enseignements et d'une manière générale, si l'on s'intéresse à la symbolique du corps, on peut ainsi lire que :

– la partie droite du corps représente la polarité masculine parce qu'elle est reliée à l'hémisphère gauche du cerveau (la logique, le raisonnement, etc.),
– la partie gauche du corps à la polarité féminine en lien avec l'hémisphère droit du cerveau (la créativité, l'intuition, etc.).

Autrement dit, le côté droit du cerveau est YIN (intuitif, artistique, mystique, féminin, tourné vers l'intérieur) et le côté gauche YANG (sens logique, autorité, masculin, tourné vers l'extérieur).

Je deviens de plus en plus convaincue que mon fils a besoin de « Masculin ».

Dix avril – Le choix

J'ai pu échanger ce week-end sur la question du don du rein avec des amis qui sont dans la spiritualité comme moi. Ils partagent mon avis : c'est au père qu'il revient de donner son rein. Mon fils doit devenir un homme : couper le cordon avec sa mère et assumer pleinement sa sexualité d'homme. Symboliquement, en donnant un rein à son fils, c'est comme si le père donnait une partie de son « Masculin » à son fils afin qu'il puisse devenir un homme. Et puis le rein est en lien avec tout ce qui touche aux organes génitaux et reproducteurs.

Douze avril – Je souhaite que ce soit lui

J'ai dialogué hier soir une heure au téléphone avec mon ex-mari au sujet de la transplantation.

Je lui ai fait part de ma décision :

– Parce que J'AI LE CHOIX (nous sommes compatibles, en bonne santé, et volontaires).

– Parce qu'au final « lui ou moi », c'est pareil.

– Parce que pour moi aujourd'hui le choix n'est pas complètement libre : je suis encore dans la confusion même si les choses s'éclaircissent de plus en plus. Je souhaite pouvoir dissocier le don, en faire un acte d'amour inconditionnel détaché des éléments relevant de la thérapie.

– Parce que ma prise de décision et mon choix sont encore accrochés à des émotions liées à mon enfance, ma grossesse et ma vie familiale et conjugale de ces vingt années écoulées.

– Parce que mon fils a besoin de « Masculin » et qu'il est temps pour lui de devenir pleinement homme (j'avoue que tout ce point-là n'est pas encore complètement assimilé). Je comprends parfaitement qu'il est temps aussi de couper le lien maternel afin qu'il puisse vivre sa vie d'homme.

Ainsi, pour toutes ces raisons je lui ai dit que je préférais que ce soit lui le donneur.

Je pense qu'il ne s'attendait pas à ma décision. Probablement espérait-il au fond de lui que je sois le donneur. Il m'a demandé de lui redonner mes motivations et m'a dit qu'il ne les comprenait pas.

Il m'a paru décontenancé.

Je l'ai invité à consulter son médecin généraliste au plus tôt afin de savoir si être donneur n'aurait pas d'incidence sur sa santé par rapport à sa tension artérielle actuelle.

Finalement, rien n'était encore décidé.

Treize avril – 7 h 15 – Lucidité

Ce matin j'ai la prise de conscience que si je donne mon rein ce sera depuis mon « Masculin intérieur ».

Les choses m'apparaissent moins confuses et du coup je me sens plus légère.

En médecine traditionnelle chinoise, l'énergie des reins, c'est l'énergie sexuelle. Elle constitue les fondations du corps physique.

Dans le tao (philosophie chinoise liée au taoïsme), le rein est appelé la « Racine de la Vie ». Il stocke l'Essence de l'Être, et contribue ainsi à la naissance, à la croissance, à la reproduction et au développement de l'homme.

En tantra (courant spirituel qui vient de l'Inde), le deuxième chakra (centre énergétique) est le siège de notre identité profonde : le lieu de connexion entre notre corps physique et notre âme.

Les reins représentent donc nos racines, notre héritage, ce que l'on transmet. *« Que ce soit toi ou moi qui donne, c'est pareil »*.

Cette phrase, je l'ai travaillée longtemps. Oui, au début, c'était pareil ; mais au fur et à mesure que j'avance dans mes réflexions, cela me semble différent. Chacun met dans ce geste, ce don, sa symbolique, ses sentiments propres, son analyse de la situation, ses envies, ses craintes, ses raisons… Alors, non, ce n'est pas pareil pour l'un ou pour l'autre.

Si on en reste au niveau de l'organe physique, oui ce peut être pareil. D'ailleurs mon fils me dit se moquer que ce soit le rein de la mère ou du père, ou même d'un inconnu, à partir du moment où il aura un rein. Une attitude dévêtue de tout ce qu'il y a autour, comme la préparation, le parcours médical, les motivations.

Mais avec les deux ans de recul que je connais maintenant, je sais que ce n'était pas pareil. Et cela me conforte dans l'idée que ce stade de réflexion a été important pour ma décision finale et ce choix en pleine conscience.

Il me semble évident pour moi maintenant que c'est au père de donner :

– Parce que c'est lui laisser la possibilité de donner une nouvelle naissance à notre fils. La greffe est une belle opportunité de redonner la vie.

– Parce qu'en donnant une partie de lui, il transmet symboliquement à son fils quelque chose lui permettant de devenir un homme. C'est transmettre du « Masculin ».

– Parce que le rôle du père est de couper le cordon mère-enfant afin que ce dernier puisse devenir un homme, autonome et accomplir son développement libéré de toutes attaches. Le père est le tiers séparateur de cette symbiose mère-enfant permettant de s'individualiser.

La voix de ma conscience :

« Tu as fait preuve de courage et tu as pris tes responsabilités en annonçant au père ta préférence et en lui exposant tes motivations. Est-ce qu'il les a entendues ? Écoutées ? Comprises ? »

20 h 30 – La décision

Je viens de raccrocher avec mon ex-mari. Notre discussion a duré pratiquement une heure.

Je lui ai refait part de mes motivations. Il ne les comprenait et ne les acceptait toujours pas. Il me trouvait égoïste et disait que je ne me préoccupais pas de la santé de notre fils.

Je ne me suis pas sentie comprise et soutenue dans mes choix. J'aurais aimé recevoir de sa part plus d'écoute, de bienveillance et de compassion face à mes inquiétudes, questionnements et interrogations.

Il a été voir son médecin. Effectivement le fait d'avoir une tension artérielle un peu élevée était gênant pour sa santé (bien que là encore, nous n'en sommes pas complètement certains puisque les médecins n'ont pas assez de recul pour apprécier les conséquences).

J'ai regretté que ce sujet n'ait pas été abordé ensemble en février ou mars dernier.

Je savais au plus profond de moi, et ceci dès notre premier rendez-vous avec le professeur, que la référence artérielle était un frein pour être donneur potentiel. J'avais attiré l'attention plus d'une fois sur cette « contre-indication » qui présentait à mes yeux un motif raisonnable pour se désister. Si dès le début, j'avais entendu : « Ok, c'est moi qui donne, mais avec ma tension artérielle c'est risqué », je pense que j'aurais dit : « Ok, si cela représente un risque pour toi, j'y vais parce que je suis en meilleure santé que toi », (ou parce que je n'ai pas de contre-indication médicale.)

J'ai accepté cette raison qui nous départageait. Ce sera moi le donneur.

J'ai vécu ma décision avec force et courage. Et après coup, avec appréhension. Cela me réconfortait dans mon choix. Ce qui était important à mes yeux, c'était tout le cheminement qui amène à la prise de décision et le choix en conscience.

Ce soir je ressens un grand soulagement en moi.

J'assume pleinement cette décision qui m'a fait grandir intérieurement. MAINTENANT je peux aller jusqu'au bout du parcours.

Ces deux derniers mois ont été difficiles et je me suis sentie vraiment seule durant cette période. Je n'étais plus l'épouse mais j'avais besoin d'être soutenue dans mon rôle de maman et j'aurais aimé que le papa soit plus présent.

Avec du recul, je me suis rendu compte que c'était probablement trop difficile pour lui. Émotionnellement il n'était peut-être pas prêt.

Inconsciemment, je l'ai exclu de mon parcours de donneur, et j'ai fait le choix d'y aller toute seule.

J'ai demandé à mon thérapeute de m'accompagner afin d'être préparée pour cette opération.

Tout ceci m'a permis d'évoluer et de comprendre que j'allais donner avec mon « Masculin intérieur ».

Au départ c'était mon « Féminin » blessé qui souhaitait donner. Je me rendais bien compte que cette décision n'était pas seulement pour moi. Et puis le comportement de mon ex-mari pour se défausser, sa phrase *« toi ou moi qui donne c'est pareil »* a résonné en moi. Je suis une femme, et j'ai aussi une polarité masculine en moi.

Je vais appeler l'Univers et demander à tout l'Invisible de former un égrégore* autour de cette intervention. Que tous les Guides, Anges, Êtres de lumière des personnes impliquées dans cette transplantation œuvrent ensemble pour conjuguer de belles énergies le jour J.

** Un égrégore représente en matière ésotérique, l'ensemble des énergies cumulées de plusieurs personnes vers un but ou une croyance définie par eux. (Wikipédia)*

Je vais continuer à pratiquer mes exercices énergétiques pour « booster » mes organes et mes énergies.

Je vois cette expérience comme un chemin initiatique.

J'ai très peu de temps, la greffe est dans trois mois. Ensuite cela reporte à septembre. Je pense que ce serait mieux. Nous pourrions ainsi prendre des congés et nous reposer.

Je suis vraiment contente de mon cheminement. Lorsque je repense à tous mes doutes et questionnements du mois de mars dernier, de ma confusion, et de l'emprise émotionnelle dans laquelle j'étais, cela semble lointain maintenant.

Quatorze avril – Annonce à mon fils

J'ai dit à mon fils que c'était moi qui allais être le donneur.

Il m'a demandé quelles étaient les raisons qui nous ont départagés. J'ai été assez simple. Je lui ai dit qu'au départ j'avais préféré que ce soit son père le donneur parce que je ne me sentais pas libre dans ma décision à cause de mon

« émotionnel ». Je lui ai parlé du « Féminin » et du « Masculin ». Il ne croit pas à tout cela, du moins pas encore. Un jour, peut-être il y *« adhérera »* comme il dit.

Au final, il m'a dit qu'il savait depuis le départ que ce serait moi. Il perçoit beaucoup de choses.

Je suis vraiment ravie d'avoir pu exprimer mes trois choix. Puisque nous étions tous les deux volontaires et compatibles, je pouvais refuser :

– le premier « non » (le 05/04) : j'étais confuse et il fallait donner une réponse rapide. Cette greffe faisait remonter en moi des blessures. J'aurais donné pour des mauvaises raisons (culpabilité, réparation…). En toute sincérité, ça aurait été un « oui conditionné ».

– le deuxième « non » (le 11/04) : je suis sortie de la confusion. Il me semblait juste de laisser au papa la possibilité d'accomplir cet acte, les mères ayant la chance de connaître la maternité.

– et le « oui » (le 13/04) : les raisons données par le papa me paraissaient légitimes. J'y ai adhéré. C'est ainsi que j'ai pu donner **un vrai « Oui »**.

Oui à la Vie.

L'attitude du papa m'a permis de traverser tous ces questionnements et interrogations. J'en suis ressortie plus grande intérieurement.

De cette expérience, j'ai appris que lorsque mon choix est juste, je ne reviens pas dessus, je n'ai pas de doute, et cela même s'il y a des obstacles, parce que mon âme est en accord avec mes actes.

Ce vrai OUI va me permettre d'avancer sereinement tout au long de ce parcours.

J'ai lu qu'il y avait une surreprésentation de femmes donneuses.

À l'hôpital Necker Enfants Malades, sur ces dix dernières années, pour 157 greffes avec un parent donneur, les 2/3 sont les mères.

« Donner » serait-il une qualité essentiellement « féminine » ? La femme est par nature donneuse de vie et se bat pour maintenir la vie. Pourquoi si peu de pères ?

Parfois, des tests de comptabilité révèlent que les pères ne sont pas les géniteurs, et afin d'éviter des problèmes au sein du couple, le personnel médical se borne à donner pour réponse « pas compatibles » et ce sont les mères qui donnent.

Est-ce que la cicatrice physique serait également un élément déterminant dans le choix du donneur ? Les mères peuvent faire sortir le greffon par les voies naturelles. Pour les hommes, l'extraction est plus douloureuse et laisse des marques. Les hommes sont-ils plus douillets que les femmes ?

J'ai questionné quelques hommes dans mon entourage. Certains pensent que c'est plus à la mère de donner parce que c'est « naturel » pour elle puisqu'elle a déjà donné la vie. Elle peut renouveler ce geste, ce don avec le même naturel et avec aisance. D'autres le feraient par devoir.

Et en pratique, qui sont les donneurs de reins ?

Chiffres issus du rapport annuel de l'Agence de Biomédecine :

En 2017, 611 greffes à partir de donneurs vivants ont été réalisées en France, soit 16 % du total des greffes de reins.

La répartition des donneurs est la suivante :

21 % de père ou mère,
29 % de frère ou sœur,
29 % de conjoint,
7 % de fils ou fille,
3 % de cousin ou cousine germain/germaine, d'oncle ou de tante,
4 % de personnes en vie commune supérieure à 2 ans,
7 % de personnes entretenant un lien affectif étroit et stable*.

** En 2016 les chiffres étaient quasiment identiques mais j'ai voulu les actualiser en vous donnant les derniers parus.*

L'étude « qualité de vie donneur vivant » menée par l'Agence de biomédecine et le Centre de Nancy en 2011 nous indique que parmi les donneurs, les femmes sont majoritaires à 65.4 %. Cette proportion s'explique surtout par le lien entre conjoints, et traduit en miroir l'atteinte préférentiellement masculine de l'insuffisance rénale. Cette prédominance se retrouve sur les autres liens, dans une moindre proportion.

Quinze avril – L'engagement

Je suis toute joyeuse en mon for intérieur depuis que j'ai pris ma décision. Je m'engage pleinement et en pleine conscience sur ce chemin de donneur. Heureuse de ce pas que je viens de faire pour mon évolution.

Depuis que j'ai compris que c'était mon « Masculin intérieur » qui devait s'engager dans cette voie du don, je suis sortie de la confusion.

Je suis heureuse depuis deux jours. Je savoure mon week-end d'anniversaire par anticipation. Que de chemin parcouru depuis un an (mon déménagement à la suite de ma séparation avec le père de mes enfants, le jugement du divorce, la décision pour la greffe) !

J'ai baigné hier durant toute la journée dans de belles énergies d'amour. J'ai senti intérieurement ce qu'était le don inconditionnel. Plus j'avance et plus je réalise qu'avoir l'opportunité de donner un organe à quelqu'un et de plus à son enfant se révèle être un acte magnifique de générosité.

Un cadeau de la vie qui est offert au donneur d'aller sur ce merveilleux chemin initiatique.

Je suis convaincue que pour moi, cet acte est beaucoup plus fort et plus beau que de mettre au monde un enfant. En plus, il est possible pour l'homme.

J'ai rendez-vous début mai pour faire des examens en hôpital de jour. La date de l'opération n'est pas encore fixée. J'ai un peu de temps pour travailler sur mes énergies afin de préparer mon corps pour cette intervention qui aura lieu, ou pas. À tout moment du parcours, mon fils peut recevoir un rein par donneur décédé. Cette possibilité perdure malgré le choix d'un donneur de l'entourage, car ainsi, on élimine le risque pour ce donneur vivant.

Je sais qu'à travers cette épreuve, l'Univers me demande de m'engager, d'aller jusqu'au bout du processus et d'avoir confiance dans le futur.

La voix de ma conscience :

« Le plus dur, c'est l'absence de décision.
C'est ce qui demande le plus d'énergie.
Une fois la décision prise, l'apaisement s'installe. »

Vingt avril – Je me prépare

À partir du moment où j'ai décidé de m'engager sur ce chemin, je me suis prise en charge pour me sentir en pleine forme physiquement.

J'ai mis mon réveil plus tôt pour avoir le temps quotidiennement de faire mes exercices énergétiques ainsi que mes prières auprès de mes Guides et Anges.

Huit juin – Rendez-vous (rein désigné)

Rendez-vous ce matin avec le chirurgien urologue. Ce sera le rein gauche !
Cette nouvelle me perturbe et je ne sais pas pourquoi. Je pensais que ce serait le droit puisque je donnais du « Masculin » à mon fils.

Cela fait des années que j'avais la croyance que le côté droit représentait le « Masculin ». Dans le yoga par exemple on commence les exercices par le côté droit qui correspond à l'énergie masculine, côté solaire par opposition au côté lunaire (gauche et donc féminin).

Je me rends compte que je n'ai pas très bien compris pourquoi je donne avec mon masculin puisque c'est mon rein gauche !

Mes reins sont quasiment symétriques. De vrais jumeaux.

Je sens la peur du rein droit s'activer. Rester tout seul. Sentiment d'abandon et de peur.

Pour l'intervention je dois décider si l'on me retire le rein par le ventre ou le vagin :

– Par le ventre, c'est peu esthétique. La cicatrice est verticale comme un appendice mais c'est moins douloureux.

– Par le vagin, pas de cicatrice visible. Il peut y avoir des douleurs dans les rapports sexuels pendant quelque temps (le vagin ayant été ouvert et recousu).

Pour moi, symboliquement, la voie vaginale me permettra de revivre une nouvelle naissance et d'accoucher par les voies naturelles, car mon fils est né par césarienne. De plus, j'avoue qu'esthétiquement je n'avais pas envie d'avoir une grosse cicatrice sur le ventre.

Je dois rendre ma décision au plus tard une dizaine de jours avant l'intervention.

Je subis encore le contrecoup de cette nouvelle. Cela étant, je sais déjà ce que je vais choisir.

De mémoire, je crois que je n'avais pas posé la question en consultation, à savoir quel serait le rein retiré, ou alors cela a dû être dit et je l'ai occulté.

Selon les chiffres 2017 de l'agence de Biomédecine, c'est le rein gauche qui est prélevé dans presque 90 % des cas de donneurs vivants. Il est préféré en raison de ses caractéristiques anatomiques (longueur plus importante de la veine rénale gauche notamment).

Des informations sont disponibles également sur l'âge des donneurs vivants :
18-35 ans : 11 % - 36-50 ans : 37 % (en 2016 j'étais là)
51-60 ans : 31 % - 61 ans et plus : 21 %
La moyenne d'âge des donneurs vivants prélevés d'un rein est de 51,3 ans.
Et précisons qu'il faut être majeur pour pouvoir donner de son vivant son rein.

Suite – 21 h 30

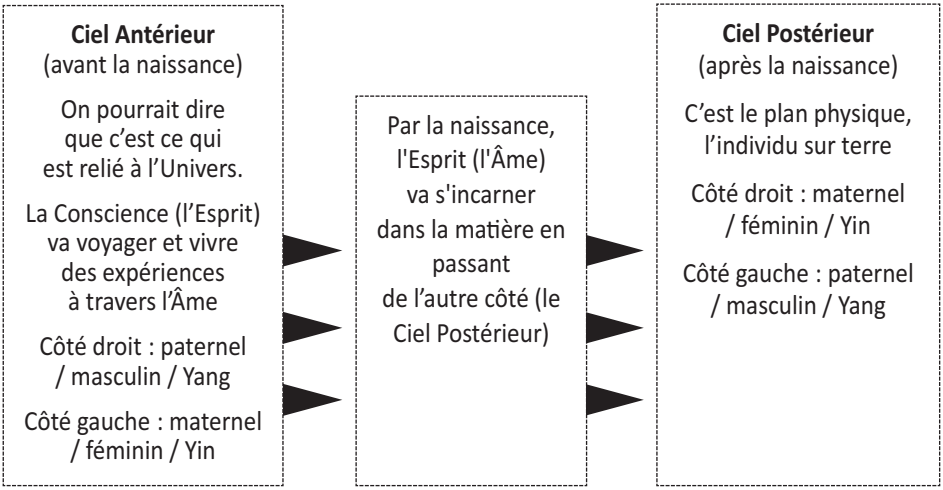
Quelques échanges avec mon ex-conjoint sur l'organisation de nos week-ends à modifier. Je suis contrariée, et je ne me sens pas respectée. Je dois apprendre à m'affirmer.

J'ai eu une prise de conscience ce matin en méditant sur le « pourquoi » je donne mon rein et pourquoi mon rein droit reste avec moi. C'est la continuité du divorce. Je dois couper les liens avec le père aussi. Devenir autonome émotionnellement, plus mature, prendre ma place, m'affirmer, en un mot me réapproprier mon « Masculin ».

J'ai fait des recherches pour aller loin sur ces questions de féminin/masculin.

Les taoïstes font la différence en ce qui concerne la naissance et distinguent deux plans :

– le Ciel Antérieur : ce que nous recevons avant la naissance,
– le Ciel Postérieur : ce qui est de l'ordre du matériel et du manifesté.



Ainsi pour faire une synthèse sur les philosophies occidentales et orientales :		Côté gauche physique	Côté droit physique
En Occident		Féminin	Masculin
En Orient	Avant la naissance	Féminin	Masculin
	Après la naissance	Masculin	Féminin

Ainsi d'après les taoïstes, en donnant mon rein gauche, mon fils recevra mon « Masculin ».

Il y a quelque temps, j'ai appris que mon père avait eu une néphrectomie partielle deux mois avant la greffe. Le masculin que j'espérais n'était pas celui auquel je pensais (le père de mon fils), mais celui de mon père.

Ainsi un bout de rein gauche de mon père allait lui être enlevé tandis que j'allais donner à mon fils mon rein gauche. Finalement avec cette « Rein Naissance », c'était comme si mon fils avait bien reçu quelque chose provenant d'un « masculin terrestre ». Une sorte de transmission d'homme à homme.

Et ces coïncidences vont bien plus loin encore lorsque l'on connaît l'importance du rein en médecine traditionnelle chinoise.

C'est au niveau des reins que résident l'énergie ancestrale et la créativité. Et les émotions qui leur sont rattachées sont la peur et la frayeur.

Les reins sont les fondations de la vie et mettent en réserve l'Essence vitale :
– Le JING du Ciel Antérieur qui contient les informations que nous recevons avant la naissance (héritage inné provenant de nos ancêtres, de nos parents et l'esprit de la lignée),
– Le JING du Ciel Postérieur issu essentiellement de la nourriture.
Dans l'Invisible, il s'est passé quelque chose au sujet de la transmission du grand-père au petit-fils, et moi j'en étais l'intermédiaire sans le savoir.

Lors d'une méditation, j'ai posé en conscience mes mains sur mes deux reins. Je suis entrée en connexion avec eux et j'ai « parlé » à mon rein droit.

Je lui ai dit que je ressentais sa peur de se sentir tout seul, qu'il n'avait pas à s'inquiéter de rester seul, et qu'il était capable d'assumer pleinement sa fonction rénale.

Depuis ce dialogue intérieur, je n'ai plus ressenti cette peur en moi.

Pour mon rein gauche, à aucun moment je n'ai éprouvé de peur de sa part.

Seize juillet – Inquiétudes d'été

Le rendez-vous avec le comité des donneurs m'a vraiment perturbée. Ils m'ont demandé si je pensais que mon fils était prêt pour la greffe et si je le sentais mature et responsable pour la prise régulière de son traitement qui allait être lourd et contraignant pour lui.

D'autre part, ils ont attiré mon attention sur le fait que le donneur pouvait dire « non » à tout instant du parcours, même au dernier moment, devant les portes du bloc opératoire.

En sortant de cet entretien par une belle journée ensoleillée de juillet, je me suis sentie abattue. Peut-être que j'étais trop dans la réflexion et pas assez « les pieds sur terre » dans l'organisation pratique de cette intervention.

Je suis inquiète car je viens d'apprendre que Lucas rentre de vacances, et qu'il n'a pas anticipé le renouvellement de son traitement « ordinaire ». Il faut encore être derrière lui pour vérifier !

Je ne suis pas contente ce soir. Je ressens de la colère et de la trahison. Je lui ai fait confiance !

Qu'est-ce qui me dit qu'il sera consciencieux avec le suivi draconien de son traitement antirejet, alors que dans les faits, je constate que pour ses médicaments d'aujourd'hui (qui ne sont cependant pas vitaux) il n'est pas sérieux ? Une greffe demande de l'autodiscipline, de la rigueur et de la responsabilité.

Il paraît qu'il y a un taux de rejet important chez les jeunes parce qu'ils ne suivent pas correctement leur traitement. Des peurs en moi s'activent. J'ai peur pour lui, j'ai peur pour moi.

Je lui fais part de mes inquiétudes, et il me répond : *« Oui maman, je te promets… »*

Mais ce ne sont pas de promesses dont j'ai besoin, mais d'actes concrets !

J'ai choisi de donner mon rein à mon fils, pas à un inconnu. Je vois s'il est mature ou pas.

Et ce n'est pas du chantage.

Si c'est pour que cela ne serve à rien, ce n'est pas la peine ! Je mets ma vie en jeu, c'est mon choix. Et je le fais parce que j'estime que cela vaut le coup.

Alors oui, il y a une prise de risque pour moi. J'engage ma santé et ma future vie également, et donc avec cet événement, c'est normal que je ressente de la colère contre cette attitude que je trouve immature et irresponsable. C'est une question de survie !

Eh oui, cela vient d'éveiller en moi de la peur, c'est pour cela que je réagis violemment. Un rein est précieux, et on ne peut pas en donner un autre. Il n'y a pas de seconde chance pour le donneur, et cela avec tout l'amour que l'on éprouve vis-à-vis de son enfant.

Est-ce qu'il est juste pour moi de donner mon rein maintenant ?

Dans l'avenir proche, je lui donne mon rein pour que la greffe tienne. Dans dix ans, si la greffe ne fonctionne plus parce qu'il n'aura pas respecté son traitement, ni pris soin de sa santé, ce sera de sa responsabilité.

Est-ce qu'il est prêt à recevoir ?

J'ai fait part de mes inquiétudes à Lucas.

Je lui ai rappelé que je prenais un risque pour ma santé en lui donnant mon rein et que ce risque je ne l'acceptais que si j'étais persuadée qu'il suivrait son traitement.

Je lui ai précisé que le rein que j'allais lui donner lui appartiendrait. Qu'il serait responsable de « sa vie ». Il ne me serait pas redevable. C'était un don.

Ce rein n'était pas un acquis par le seul fait que j'étais sa mère. C'était un choix de ma part. Donner est un droit et pas un devoir et je choisissais de lui donner mon rein mais pas à n'importe quelles conditions.

Peut-être n'était-il pas assez mature pour cette greffe ? Pas prêt ? C'est vrai qu'il n'a bénéficié d'aucun soutien psychologique pour ce parcours. Il disait qu'il n'en n'avait pas besoin. Il a réussi à avoir son BTS en juin dernier, et il se sentait fort.

Il est toujours possible de reporter la greffe de quelques semaines.

Peut-être qu'il a besoin de passer par la phase de dialyse pour prendre conscience de tout cela ?

Ça a été difficile de dire à mon enfant : *« Je te donne mon rein. Je ne remets pas en cause ma décision mais peut-être que ce n'est pas pour tout de suite. J'ai besoin d'être rassurée sur le fait que tu mesures bien la portée de cet acte et j'ai besoin de savoir si tu es prêt, mature et responsable de ta santé car je ne pourrais pas t'en donner un autre. C'est ta vie qui est en jeu »*.

C'est ce que l'on appelle poser des limites. Cet épisode me met dans la position de savoir dire « non » ou de poser un « non lumineux ». Et le non peut se poser à n'importe quel moment !

Je trouve que parfois le rôle de maman est difficile.

Mois d'août – Frayeurs d'été

Je n'ai pas eu le temps de décompresser de mes magnifiques vacances (reprise du boulot) que voilà un week-end imprévu du 15 août.

Mon fils a fait une infection urinaire (sa dernière datait de ses 6 ans). Je l'ai récupéré un soir avec 40 °C de fièvre, il a eu très mal. Le pauvre ! Je l'ai conduit à l'hôpital avec le plus de douceur que je pouvais. Les dos-d'âne sur la route étaient pour lui insupportables.

Je ne me suis pas reposée du week-end ; cela étant, je trouve que j'ai superbement bien géré ces derniers jours. Cela m'a rappelé les hospitalisations de Lucas quand il était plus petit et l'état émotionnel dans lequel j'étais. Je vois le chemin parcouru. Plus forte. Plus sûre de moi. J'apprivoise mes émotions également et je ne panique plus comme avant.

Cette expérience m'a fait grandir dans le sens où j'ai réussi à gérer toute seule (le papa était en vacances à l'étranger et mon second fils en colonie) sans perdre le contrôle comme par le passé, emportée par mon « émotionnel » (peurs et inquiétudes de maman).

J'ai été une super maman. Mon fils était très reconnaissant et m'a dit que je m'étais bien occupée de lui. On s'est encore rapproché. Un avant-goût de notre future hospitalisation. Il a testé le lit et la nourriture de l'hôpital. Il a hâte d'être greffé ! Et attend avec impatience cette nouvelle vie pour lui.

J'ai eu peur car je pensais que cet épisode allait remettre en cause la greffe programmée dans quelques semaines.

J'ai vu la psychologue de l'hôpital. On a discuté de ma relation avec ma mère qui se fait beaucoup de soucis pour la transplantation. Elle m'a remis une brochure « la greffe rénale à partir de donneur vivant » pour que je la lui transmette afin de la rassurer.

J'ai demandé à ma mère de venir une semaine à mes côtés à ma sortie d'hôpital.

Je ne sais pas si cela est une bonne idée. Je n'ai personne d'autre. J'ai besoin d'être entourée de personnes qui me font du bien. Je vais avoir besoin d'être chouchoutée, et que l'on prenne soin de moi. Ma relation avec ma mère est un peu difficile même si je m'entends très bien avec elle. Si j'étais encore en couple, la convalescence se ferait avec mon fils sous le même toit, tous les quatre.

Mes vacances m'ont apporté plus de sagesse. Avec la greffe et le week-end du 15 août je me rends compte que j'apprends à devenir plus autonome émotionnellement. Je prends soin de mon « enfant intérieur » et deviens mon propre parent.

Le concept de « l'enfant intérieur », utilisé en développement personnel fait référence au fait que nous portons tous en nous une part malheureuse, blessée ou joyeuse. Il nous appartient de la reconnaître et de la libérer pour évoluer et nous épanouir.

Fin du parcours « administratif et médical » du donneur

Le parcours du donneur a duré quatre mois s'étalant de mai à août :

– la consultation de pré-transplantation qui explique les avantages pour le receveur, les risques pour le donneur, les aspects juridiques, les examens à réaliser, l'hospitalisation, la prise en charge des donneurs.

– la prise de sang :

J'ai été traumatisée petite fille par une prise de sang et depuis j'ai une appréhension des piqûres.

Me retrouver à jeun, de bon matin, dans les locaux vieillots de cet hôpital que je connais depuis vingt ans, compter les tubes de prélèvement (environ une vingtaine), forcément, je tombe dans les pommes. Le nombre impressionnant de flacons de prélèvement m'a fait prendre conscience de la gravité de la chose. Cette prise de sang n'était pas une simple formalité comme j'en ai l'habitude pour des contrôles réguliers. Non, je m'engage bien vers quelque chose d'important et c'est une opération « impliquante ». Les infirmières sont toutes gentilles avec moi et me donnent à boire une brique de jus d'orange.

– les analyses d'urines (à recueillir sur 24 heures) : on dit que les filles sont des « pisseuses », c'est vrai. Quel volume ! Impressionnant ! Je ne pensais pas faire autant journalièrement.

– un électrocardiogramme : mon cœur bat bien.

– un contrôle de la pression artérielle sur 24 heures : pas agréable ce bracelet qui gonfle et se dégonfle régulièrement toutes les 20 minutes et cette ceinture accrochée sur soi pendant toute la durée du contrôle et notamment pour dormir avec un tuyau relié au bracelet.

– une radio pulmonaire.

– une échographie rénale.

– un uroscanner rénal : étonnant, j'ai senti mon sexe en feu, une chaleur à cet endroit qui était surprenante et en même temps agréable.

– une échographie cardiaque.

– une mammographie et un frottis vaginal (sauf si examens récents).

– une échographie pelvienne pour le cas où l'extraction par voie basse est choisie.

– la consultation avec l'anesthésiste et le chirurgien.

J'ai assisté à ces consultations avec mon fils. Les médecins nous ont expliqué les conséquences de l'intervention et les risques possibles de complication.

J'ai retenu que pour le chirurgien, le risque qu'il redoute le plus est que le raccord rein/vessie (via une veine ou une artère ?) se bouche. Cela n'est détectable que 24 heures après l'opération et dans ces conditions il est trop tard, le greffon est perdu.

Les rendez-vous avec les différents spécialistes sont assez courts. Je me sens abasourdie et essaie de retenir tout ce qu'ils me disent. Toutefois, mon cerveau n'est pas vraiment opérationnel. Les questions ne me viennent pas, j'ai l'impression d'être sous l'effet d'un contrecoup et de ne pas réaliser vraiment où je suis et ce que je m'apprête à faire. De plus, je trouve qu'ils parlent très vite et mon cerveau a du mal à tout enregistrer. C'est en sortant du rendez-vous et plus tard au calme que je me dis que j'aurais dû demander ceci ou cela, comment, pourquoi, etc.

– le rendez-vous avec la psychologue de l'hôpital.

– l'entretien devant le Comité donneur vivant : « Le comité d'experts procède à l'audition du donneur et s'assure que ce dernier a mesuré les risques et les conséquences du prélèvement au vu de l'information qui lui a été délivrée » (article R1231- Décret n°2005-443 du 13 mai 2005 relatif aux prélèvements d'organe). Il est composé de 5 membres : 3 médecins, 1 personne qualifiée dans le domaine des sciences humaines, 1 psychologue.

Ce rendez-vous a été déstabilisant pour moi. Et avec du recul, je dirais que ça a été un moment particulièrement difficile du parcours.

Il est vrai que se retrouver seule face à plusieurs personnes assises en face de moi et sur les côtés a été intimidant. Je ne savais pas vraiment ce que je faisais là.

Les membres de ce comité m'ont expliqué leur rôle ; cette commission est là pour protéger le donneur. Effectivement, durant tout le parcours, tout est axé sur le receveur et il n'y a rien pour le donneur.

Il s'agit de s'assurer que le donneur est libre de son choix et qu'il ne subit pas de pression de toute sorte. Pour le cas où il voudrait dire « non », il pourrait s'appuyer sur le comité et ce dernier donnerait un avis négatif qu'il n'aurait pas besoin de justifier ou motiver.

Chacun des membres m'a posé des questions pour savoir comment je vivais ce parcours. Est-ce que je sentais mon fils prêt ? Qu'en était-il du frère ? Comment le vivait-il ? Et le papa dans tout cela, est-ce qu'il s'impliquait ? Est-ce que je suis soutenue ? Est-ce que je mesure toutes les conséquences de cet acte ? Par rapport à ma vie future, ma santé ? Est-ce que je suis consciente que mon fils pourrait recevoir, d'ici la greffe, un rein d'un donneur décédé, puisqu'il est inscrit sur la liste nationale des receveurs ? Et que dans ces conditions, mon parcours de donneuse s'arrêterait là ? Que dans certains cas (rares), la greffe ne fonctionne pas ? Ils me mettent en garde sur le fait de ne pas me sentir coupable.

Qui gardera le frère pendant mon hospitalisation ? Comment va se passer mon absence au travail ? Et le retour à la maison ? Est-ce qu'il y aura quelqu'un pour s'occuper de moi, car je ne devrais pas rester seule. Je serais fatiguée. Qui fera mes courses ?

Ils insistent sur le fait que j'ai le droit de refuser et de changer d'avis à tout moment durant le parcours, et cela même le jour J.

Ils m'ont mise en garde contre le « rein-blues », c'est un peu comme un « baby blues » après un accouchement. Une sorte de déprime. Pendant des semaines nous sommes soutenus, encadrés durant le parcours, et puis une fois l'intervention passée, coup de blues, contrecoup. Tout s'arrête. Nous pouvons nous sentir inutiles, vidés. Nous n'avons plus notre rein. La perte de quelque chose en nous. Les visites et appels des amis s'estompent et finalement nous sommes seuls.

Il faut organiser la convalescence. Il ne faut pas attendre d'être mal pour appeler au secours nos amis. Ce sont eux qui doivent prendre de nos nouvelles à tour de rôle et nous rendre des visites.

Ils m'ont perturbée dans le sens où je me suis posé la question de savoir si je ne prenais pas tout cela à la légère. Il faut dire que la greffe n'était que dans deux mois et que je n'avais pas encore regardé les modalités pratiques de l'hospitalisation et de la convalescence. Je n'en n'avais même pas encore parlé avec le papa.

Je suis une personne sensible, émotive, authentique, enthousiaste. Durant l'entretien, je suis passée par une palette d'émotions (de la joie à la tristesse ; du sourire, avec les yeux pétillants, aux larmes). Ils m'ont trouvée « fragile ». Il est vrai que dans ce monde, nous n'avons pas le droit de montrer nos émotions. Il n'est pas habituel que nous passions en si peu de temps d'une émotion à une autre, comme le font si bien les enfants quand ils jouent.

Ils m'ont invitée à prendre contact avec la psychologue de l'hôpital pour mon fils et pour moi-même.

J'ai informé mes amis et collègues du possible « rein-blues » et que j'aurais besoin de leur soutien.

J'ai pris rendez-vous avec la psychologue de l'hôpital, l'assistante sociale et le médecin de mon travail (mais je n'ai pu avoir les entretiens que deux à trois semaines avant l'intervention).

Avec du recul, je trouve que ces rendez-vous intervenaient trop tard dans le parcours.

J'ai appris que je pouvais bénéficier par ma mutuelle d'une aide (ménage, courses, repassage) pendant ma convalescence pour une durée d'un mois.

J'ai organisé avec mon service mon absence au travail afin de ne pas m'engager sur des sujets que je ne pourrais pas suivre.

– le recueillement du consentement devant le juge du tribunal de grande instance :

Ce rendez-vous marquait la fin du parcours : la libération de tous ces questionnements, de toute cette préparation, ces démarches, ces points administratifs et médicaux.

Un soulagement. J'ai passé beaucoup plus de temps à trouver le bureau du juge que devant Madame la juge elle-même (5 minutes à peine). Cette dernière me rappelle que le don d'organe est un acte gratuit et qu'il ne saurait se monnayer.

Ce rendez-vous au tribunal m'a renvoyée six mois en arrière. C'est exactement au même étage que je me suis présentée devant le juge qui a prononcé mon divorce. Séquence émotion : je suis allée m'asseoir cinq minutes dans la salle d'attente où six mois plus tôt j'attendais qu'on nous appelle pour passer devant le magistrat. Quel cheminement pour moi depuis cette date !

Il me reste une semaine pour me détendre et profiter, soulagée de tout ce parcours. Je m'entoure de mes amis pour vivre une magnifique journée en Normandie et me ressourcer.

Maintenant, si pour une raison ou une autre, nous devons programmer la greffe dans l'urgence, tout est prêt.

Le côté positif de tout ce check-up médical : je suis en parfaite santé !

En tant que donneuse, j'ai retenu que notre espérance de vie était supérieure à la moyenne.

Seuls les « meilleurs » peuvent donner parce qu'ils sont en excellente santé !

J'ai informé mes proches de mon consentement de prélèvements d'organes après mon décès, ceci afin de leur éviter ce questionnement dans une période douloureuse. À cette époque, la nouvelle loi sur le consentement présumé n'était pas encore votée.

Fin août – Ma « to do List »

Il est maintenant temps de m'occuper de toute la logistique liée à cette hospitalisation qui est pour bientôt.

Voici mon organisation et les besoins que j'ai identifiés :

– besoin de rester seule le week-end avant l'intervention : les enfants resteront chez leur père.

– besoin de prendre soin de moi avant d'aller à l'hôpital : prendre rendez-vous chez le coiffeur, l'esthéticienne pour une épilation et un massage.

– besoin de sécurité intérieure : faire message de demande de soutien auprès de mes amis et mettre en place ce que j'appellerais mon « cercle d'alliance » (choisir les amis qui pourront me soutenir par leurs pensées et méditations).

– besoin de famille : prévoir un dîner à quatre au restaurant la veille de l'hôpital pour associer le papa et le frère dans cette aventure.

– besoin de prendre soin de ma santé et de mon rétablissement : commander des micros nutriments pour un apport complémentaire en polyphénols, acides aminés et vitamines (afin de favoriser la cicatrisation et la reconstitution du tissu conjonctif).

– anticiper mes courses afin de remplir mes placards et mon congélateur pour mon retour à la maison.

Questions logistiques :

Qui nous emmène à l'hôpital ? Ce sera le papa.

Qui garde mon fils cadet pendant notre hospitalisation ? Le papa.

Qui vient s'occuper de moi à la sortie de l'hôpital ? Maman.

Combien de temps ? Une semaine sera suffisante.

Où mon fils va-t-il faire sa convalescence ? Chez son papa.

Est-ce que la prise en charge par la mutuelle pour mon hospitalisation a bien été enregistrée ? Oui, le dossier est complet.

Quatre septembre – C'est l'heure !

La date approche à grands pas. J'ai terminé ma semaine de travail vendredi soir. J'ai prévu de poser un congé la journée de lundi afin d'avoir un grand week-end de trois jours avant de rentrer à l'hôpital mardi après-midi. L'intervention est mercredi de bonne heure.

J'ai dit au revoir à mes collègues. Je me suis rendu compte que cette intervention et ma façon de la vivre suscitaient de la sympathie, et de l'admiration. J'ai constaté que j'étais très appréciée pour ma personnalité et mon courage en plus de mon professionnalisme.

Cinq septembre – Rituel d'au revoir

J'ai souhaité avoir ces trois jours toute seule afin de pouvoir me retrouver chez moi, me préparer psychologiquement pour cette importante intervention. Prendre soin de moi, écouter mes besoins et pouvoir me recueillir sur tout ce beau chemin déjà parcouru.

Bien que je sois très courageuse, je reconnais que plus les jours se rapprochaient, et plus je commençais à ressentir une certaine appréhension. Ce qui me laisse penser que j'étais tout à fait consciente de ce que j'allais vivre et pourquoi je le faisais.

J'ai souhaité faire un rituel afin de dire au revoir à mon rein gauche.

J'ai allumé une bougie rouge, mis une belle musique et j'ai dialogué intérieurement.

J'ai parlé à mes deux reins, je leur ai expliqué qu'ils allaient être séparés physiquement.

Que mon rein droit resterait tout seul, qu'il n'aurait pas à s'inquiéter car il avait la capacité de s'occuper de moi et qu'il pouvait le faire pour deux.

L'énergie de mon rein gauche sera toujours présente dans mon corps.

J'ai informé mon rein gauche qu'il allait me quitter parce que cette séparation était un DON, un geste d'amour. Un CHOIX volontaire de ma part, un engagement. Qu'il n'allait pas dans le corps d'un inconnu, mais dans celui de mon fils, la chair de ma chair.

Je l'ai rassuré en lui précisant que son jumeau pourra fonctionner sans lui.

Je lui ai demandé de s'adapter parfaitement aux besoins et aux cellules de mon fils.

J'ai parfaitement bien organisé la logistique de cette intervention. En dehors des questions pratiques, j'ai souhaité me sentir rassurée. Je savais que beaucoup de personnes allaient penser à nous.

Six septembre – Message de demande de soutien adressé à mes amis

« Bonjour à toutes et tous,

Merci beaucoup pour vos messages de soutien. Ils m'ont fait chaud au cœur. Je les ai encore relus pour me ressourcer et y puiser la force et le courage car depuis dimanche j'appréhende. Normal. L'échéance est proche. Les moments de blues vont et viennent au fil de la journée. Je les traverse. J'apprends à faire confiance, à avoir la foi, à lâcher prise. À ne pas contrôler et à m'en remettre à l'inconnu, l'imprévisible. Sortir de ma zone de confort en quelque sorte.

Le mois de septembre est le mois de 2016 le plus intense énergétiquement ! C'est le mois qui a été choisi pour faire la transplantation !

La configuration des planètes fait que cette année termine une phase, un cycle de dix-neuf ans. Et synchronicité, il y a dix-neuf ans on retirait un rein à mon fils. Dix-neuf ans plus tard, il va en recevoir un nouveau.

Je me sens prête. J'ai eu une petite déprime passagère. Un peu de méditation, un peu d'exercices, une belle musique et hop ! mes belles énergies sont de retour.

Je partage en pièce jointe l'origine de la greffe de rein. Je trouve cela poignant. Et cela me touche au-delà de mon histoire familiale, cela lui donne une dimension plus grande.

Derrière Marius et Gilberte *, c'est moi, c'est vous. C'est mon fils, ça pourrait être votre enfant, celui de votre compagne ou compagnon, votre conjoint(e), une sœur, un frère, un parent, un(e) ami(e), un(e) collègue, un(e) voisin(e) etc.

** C'est l'histoire tragique de Gilberte et son fils Marius, jeune charpentier de 16 ans tombé d'un échafaudage et qui avait un rein unique. La détermination, la ténacité, et l'amour de cette maman pour sauver son fils ont ouvert la voie à la première greffe de donneur vivant (1952). Si l'opération a été une réussite, malheureusement, Marius est décédé quelques semaines plus tard.*

Je pars en éclaireuse.

Je montre le chemin du don et derrière moi je sens toute ma lignée, toutes les femmes, toutes les mères, toutes mes sœurs mais je souhaite y inclure tous les hommes qui par la greffe peuvent eux aussi participer à la renaissance d'un être cher.

Le don est un acte d'amour. Et à ce titre je ne le conçois pas comme individuel.

Cette greffe est un merveilleux cadeau pour mon fils et pour moi également car elle m'a métamorphosée intérieurement et elle continuera.

Je souhaite partager cette magnifique aventure et ne pas la garder pour moi. Tout est vibration, l'énergie est faite pour circuler.

Il est vrai que c'est moi qui ai rendez-vous sur la table d'opération demain matin, mais je ne serai pas seule. Je capterai vos belles énergies d'amour et de lumière qui fait que cette greffe est un merveilleux acte de solidarité spirituelle.

J'ai la qualité de savoir créer du lien. J'ai réussi à rassembler tout un égrégore de belles énergies qui vont alimenter l'Univers et seront redistribuées aux personnes qui en auront besoin.

Avec beaucoup d'amour, je vous envoie mille et une douceurs.

Je vous tiendrais informée dès que je peux. »

Messages reçus de mes amis :

« Merci Cathy pour ton témoignage. C'est beau ! C'est magnifique toute cette conscience que tu mets sur ce que tu vis, tes choix. »

« À mon tour je te souhaite bon courage pour cette opération. Oui c'est vraiment un acte d'amour ce que tu fais, un beau cadeau pour ton fils. Comme je te l'avais dit, moi j'ai bénéficié 2 fois d'un rein après des années de dialyse et à chaque fois cela a été une renaissance pour moi, je remercie tous les jours les donneurs qui ne sont plus de ce monde, car ils m'ont sauvé la vie. Voilà c'était juste pour te dire à quel point ton acte me touche, je te soutiens de toute mon âme et toutes mes pensées iront vers toi demain, je sais que tout se passera bien car tu es une belle personne vraiment très généreuse et tu mérites tout le bonheur du monde ».

« À la veille de ce jour d'intense émotion pour toi, nous savons tous que tu vas accomplir ce geste avec la plus grande fierté de la Mère vis-à-vis de son enfant. Je pense bien à toi. »

Message adressé à mes proches amis : « Le cercle d'Alliance »

« Chers Amies et Amis de Cœur, Chères belles âmes,

Je souhaite constituer un Cercle d'Alliance pour nous entourer mon fils et moi-même de belles énergies de protection pour la transplantation qui aura lieu mercredi matin à l'hôpital (je n'ai pas encore l'horaire).

Beaucoup de personnes m'ont témoigné leur soutien et dirigeront leurs énergies sur nous.

Cependant, afin de me sentir en parfaite sécurité intérieure pour ce voyage initiatique et notamment durant l'anesthésie (environ 3 heures d'intervention), je sollicite une « garde rapprochée » pour nous entourer d'un halo de lumière de protection et guider toute l'équipe médicale dans leur « travail terrestre ».

Le Cercle d'Alliance est la Conscience Collective du groupe qui œuvre dans les hautes vibrations, le Noyau de Lumière auquel les énergies des autres personnes pourront se raccorder : « un bain d'amour vibratoire ».

Au-delà de notre histoire, celle de mon fils et la mienne, cette greffe répare bien des choses dans l'Invisible.

Je vous ai choisis parce que je vous considère comme étant les personnes les plus proches de moi spirituellement, et parce que vous faites partie de mon cercle intime sur lequel j'ai pu m'appuyer au cours de mon cheminement personnel.

Je vais donner le meilleur de moi-même à mon fils. Cette greffe arrive au moment où je me sens épanouie.

Clin d'œil à S. : Je me sens beaucoup mieux qu'à 20, 30, 40 ans et même par rapport à la semaine dernière.

Cet engagement et cette démarche pour la greffe sont un véritable cadeau pour mon âme qui a une merveilleuse occasion de pouvoir évoluer et avancer vers son chemin.

La position des planètes de ce mois de septembre est la même qu'il y a dix-neuf ans. Un cycle se termine.

Nous rentrons à l'hôpital mardi après-midi, il est prévu de voir le chirurgien. J'en saurai plus sur l'intervention.

Je vous remercie de tout cœur pour votre soutien.
Je me sens prête, forte, et courageuse pour mercredi.

Même si je suis dans la peur (la peur des piqûres, la peur d'avoir mal, la peur de l'anesthésie, la peur de l'inconnu avec l'après greffe…), je choisis d'être dans l'amour et d'offrir mon rein à mon fils pour qu'il puisse vivre, pour qu'il puisse devenir un homme, pour qu'il puisse réaliser sa mission d'âme. »

Messages reçus de mes amis :

« Pensée douce de lumière du plus profond de mon âme pour t'accompagner ma Cathy, ainsi que ton fils. Je suis avec vous. »

« Cathy, nous avons été très touchés par ta lettre et très fiers d'avoir pu t'assister simplement par le fait de faire partie du groupe. Tu nous vois fier de toi et du chemin que tu as emprunté aussi rude soit-il, ton courage est une leçon de vie et d'amour. Nous t'embrassons affectueusement et vous souhaitons tous les deux, ton fils et toi, de vivre cela en conscience et amour. Que ce chemin vous guide vers la joie. »

« Ma belle âme, belle femme qui incarne si bien la déesse mère créatrice et nourricière en cette veille de don de toi. Aie confiance ma douce, aie confiance, l'Existence s'occupe de toi, veille sur toi. Tu n'es pas seule, tes guides sont là tout autour pour prendre soin de toi et de ton fils. Tu es la lumière, ne l'oublie pas, il n'y a rien à faire, ni en bien ni en mal, juste accueillir et faire confiance. Tu es puissante, encore plus que tu ne le crois. Je t'aime. Mille tendresses ma Cathy. Beauté authentique et lumineuse. Namas té. »

« Lumineuse et généreuse Cathy, tu fais grandir tout le monde autour de toi en partageant si largement ton vécu, tes traversées. Cela m'ouvre de l'intérieur, très profondément. Je t'admire. Je me suis mise en face de ce que j'aurais à dépasser moi aussi, face à ce choix et cette expérience, grandiose autant que naturelle, personnelle autant qu'universelle ! Nous sommes et serons très nombreux autour de toi demain, et dès ce soir en ce qui me concerne, pour t'envoyer lumière, amour et force.

Tu es reliée à de vraies bénédictions. L'intensité de ton amour avec ton fils déborde pour tous, et te revient très largement en vagues ininterrompues. Je pense à vous, m'unis à vous par le Cœur. »

Six septembre – 15 h 00 – L'hôpital

J'écris ce message depuis ma spacieuse chambre d'hôpital qui a été refaite récemment. Elle est dans des tons bleu turquoise et blanc. Je suis bien installée. Mon fils est dans l'autre aile de l'étage, aux soins intensifs.

J'ai souhaité que la veille nous dînions tous les quatre au restaurant. Il me semblait important que notre « famille » (le papa, la maman et nos deux enfants) soit réunie. L'ambiance était détendue. Mon fils et moi avions hâte d'y être même si nous commencions à « stresser » légèrement. Cette appréhension est légitime. Cette greffe paraissait si loin, et maintenant nous y sommes.

Lundi après-midi je me suis offert un brushing chez mon coiffeur. Un instant pour moi. Me sentir belle. C'est vrai qu'il n'y a pas mieux qu'une séance chez le coiffeur pour retrouver le moral. Humm sentir mes boucles caresser mon visage…

Ce matin, j'ai encore pris soin de moi et j'avais programmé un Gestalt Sensitive Massage ®*. Envie de me faire du bien, envie de douceur, envie de contact, envie de me retrouver enveloppée dans un cocon maternel accueillant et chaleureux avant d'aller à l'hôpital me faire opérer. Prendre soin de mon corps, lui qui allait être « maltraité » avec l'intervention.

J'ai écouté mes besoins et j'ai pu les exprimer à la praticienne. Un massage doux, lent, enveloppant, présent, en douceur, sur le dos, sur le ventre afin que je puisse m'abandonner à ce toucher dont mon corps me faisait sentir qu'il avait besoin. À la fin de la séance, j'ai été recouverte d'une couverture chaude. Enveloppée dans ce cocon, j'ai pu me laisser aller dans mon ressenti. J'ai eu l'impression de me retrouver en avance sur la table d'opération.

Humm ! Que c'était agréable cette sensation d'être enveloppée dans ce nid, cette douce chaleur.

** Le Gestalt Sensitive Massage ® est un massage inspiré de la Gestalt thérapie (thérapie par les émotions et le mouvement). C'est un massage qui a pour but l'éveil sensoriel du corps.*

Pour moi, c'est un massage par lequel je verbalise au masseur ce que mon corps a envie de recevoir (qualité du toucher, rythme, intention, etc.). C'est un échange à deux, c'est être en relation durant ce moment.

C'est un massage que je trouve enveloppant, structurant, réparateur, et qui permet une reconnexion avec mon corps tout entier dans une idée d'unité. Le corps et l'esprit unifiés.

Le corps a des mémoires de traumatismes, ou de manques, parce qu'il n'a pas été suffisamment caressé ou a été mal touché durant son existence (bébé, enfant, adolescent, adulte). Par protection et réaction, on se coupe de nos émotions et ressentis ou alors on ne les a pas suffisamment développées. Tout l'ensemble de ce que l'on est est pris en compte par le toucher des pieds à la tête, jusqu'au bout des ongles.

J'aime beaucoup ce massage parce que chaque cellule de mon corps peut aller dans le ressenti de cette sensation de respect, de douceur et de bienveillance dans un cadre sécurisant.

Suite – 18 h 00

Je viens de voir le personnel médical.
Voici le planning de demain :
– Préparation 7 h 00 - 7 h 30 puis descente au bloc.
– L'intervention est prévue pour 8 h 00 - 8 h 30.
– Mon fils me rejoint vers 9 h 00 - 9 h 30.
– Cela dure environ 3 h 00 pour nous.
– Nous restons environs 6 h 00 en salle de réveil.
– Je devrai remonter dans ma chambre vers 16-18 h 00 et lui vers 21 h 00.

Sept septembre – L'intervention

Quelle mémorable journée ! Cela faisait des semaines, voire des mois que nous attendions cela, que ce soit fait ! Je ne réalise pas.

Tout s'est merveilleusement bien déroulé.

J'étais réveillée à 5 h 30 par les infirmières pour aller faire un câlin à mon fils avant l'opération. Comme il était très tôt, il dormait encore. Je ne suis pas restée longtemps avec lui, juste le temps de lui faire un bisou et de lui dire *« Rendez-vous tout à l'heure au bloc. »*

J'ai pris ma douche à la Bétadine et mes cheveux n'ont pas apprécié ce produit agressif.

L'infirmière m'a donné ma tenue pour le bloc : des bas blancs et la petite blouse bleue en tissu très léger et transparent, nue en dessous. Super sexy !

En attendant l'heure de descendre, je me suis recouchée car j'avais encore un peu sommeil.

Un infirmier est arrivé vers 7 h 30. Il m'a installée sur le brancard et m'a enveloppée dans une couverture. Nous nous sommes promenés à travers les couloirs de l'hôpital. Je ne sais pas vraiment où se situait le bloc opératoire. En sous-sol ? Ou dans un autre bâtiment ? Je me souviens d'un ascenseur, de couloirs un peu tristes et de l'odeur matinale du café à certains endroits.

J'ai attendu dans une pièce, toujours sur mon brancard. D'autres infirmiers sont venus me voir en me précisant qu'ils faisaient partie de l'équipe qui allait s'occuper de moi. Ils m'ont posé des questions : nom, prénom, de quoi j'allais être opérée, à qui j'allais donner, et ils ont vérifié s'il y avait bien dans le dossier l'autorisation du juge.

Par deux fois, ils m'ont posé ces mêmes questions. Une infirmière a remarqué que je n'avais pas l'étiquette avec mes nom et prénom au poignet ou à la cheville. Le nécessaire a été fait avant que je rentre en salle d'opération.

En rentrant dans le bloc, j'ai été surprise par la fraîche température de la pièce. J'ai été déposée sur la table d'opération et là j'ai dit tout de suite que j'avais froid. Un infirmier m'a répondu qu'il allait me mettre une couverture chaude. Humm ! Lorsque j'ai senti cette couverture chaude posée sur moi, quelle chaleur ! Emmitouflée dedans, j'ai eu l'impression d'être dans un cocon de douceur. Déjà je ressentais depuis le matin de belles énergies de bienveillance et de calme (le cercle d'Alliance).

J'ai tout de suite retrouvé la sensation du massage d'hier et je n'avais pas l'impression d'être dans un bloc opératoire. Je me suis félicitée à cet instant d'avoir eu la bonne idée de m'être offert ce massage la veille.

J'ai posé quelques questions à l'infirmier qui me mettait des patchs sur le corps pour surveiller mon pouls, ma tension etc. Je pensais que durant l'intervention, mon fils et moi serions dans le même bloc. En fait, non. Il y avait une deuxième équipe dans la salle d'à côté. J'avais dû occulter cette information durant mon parcours.

L'infirmier m'a dit qu'il allait me surveiller durant toute l'intervention. Il a posé un cathéter sur ma main gauche et m'a prévenue qu'il allait injecter un produit qui chaufferait un peu. J'ai senti une chaleur dans ma main puis plus rien. Je me suis endormie pour plusieurs heures.

Plus tard…

J'ai ouvert les yeux, et regardé le plafond blanc. Puis j'ai tourné la tête vers la gauche, et j'ai vu mon fils dans son lit, à côté de moi.

Nous nous sommes regardés, vaseux tous les deux.

Je me souviens de son regard bleu… Il avait l'air beaucoup plus réveillé que moi et je me suis rendormie.

Encore comateuse dans mon lit, je sentais qu'on me déplaçait et pas vraiment dans la douceur. Le lit était véhiculé avec brusquerie. On m'a demandé quel était le numéro de ma chambre. J'ai dit un chiffre qui me passait par la tête… 25… J'ai entendu, *« Mais, non, ce n'est pas là. Ici c'est la chambre du receveur. »*… Et encore mon lit qui se promenait…

SMS envoyé :
« Je viens de remonter dans ma chambre. Tout s'est bien passé. Envie de me reposer et de replonger dans ce cocon de douceur. Merci à vous tous. Bises lumineuses. »

J'ai été réveillée par une douleur fulgurante au niveau du bas-ventre, à gauche. Horrible ! Je me suis jetée sur la seringue de morphine et je cliquais, cliquais. Au bout d'un moment je me suis rendormie. Je me sentais, enveloppée de douceur, sereine. Cela a duré toute la nuit et la journée du lendemain.

Je garderai un excellent souvenir de cette journée.

Mon fils m'a raconté qu'on lui avait dit qu'il garderait son lit durant toute son hospitalisation. Il était installé en soins intensifs, et moi en « allégé ». Son lit était plus confortable et avait notamment une poignée pour l'aide au lever. Cette anecdote est incroyable et elle a marqué notre complicité à tous les deux durant toute l'hospitalisation. Lorsque je me suis réveillée dans ma chambre, j'étais dans « son lit ». Je suis descendue au bloc sur un brancard en laissant mon lit dans ma chambre. Mon fils est descendu au bloc avec son lit et au réveil, on m'a mise dans « son lit » (celui avec la fameuse poignée d'aide au lever).

Je suis descendue en donneuse, et symboliquement je suis remontée en receveuse, d'autant que j'ai failli atterrir également dans sa chambre.

Avec du recul, je m'aperçois que j'ai énormément reçu avec cette greffe.

Durant tout notre séjour à l'hôpital, mon fils m'a reproché avec humour et gentillesse de lui avoir « piqué son lit ». Ce à quoi je lui répondais avec humour également : « Je t'ai donné un rein, tu peux bien me prêter ton lit. » (Sourire).

Oui à la Vie…

Quelle incroyable aventure !

Quel beau chemin initiatique, en dehors du contexte évident du don à l'autre. Je ressens de plus en plus que cette démarche n'est pas seulement un cadeau fait à l'autre, lui donner la possibilité d'une autre vie, d'une nouvelle vie. Mais je crois de plus en plus qu'il existe un sens mystique bien plus grand que je le pense. Comme les alchimistes, c'est la transformation du plomb en or. Une Renaissance pour soi. Un don d'amour à soi-même. Et peut-être finalement une part de don. Pardon à soi-même ? Enfin m'autoriser à lâcher toute cette culpabilité que je traîne depuis des années, m'autoriser à vivre, à ressentir, à exister, à être heureuse ?

Cette greffe (la démarche et le passage à l'acte) va bien au-delà de ce à quoi je m'attendais (la bonne santé de mon fils et moi, vivre normalement avec un seul rein sans vraiment de contraintes).

Force.
Courage.
Détermination.
Générosité.
Ouverture de cœur.

Je me suis posé la question : « Pourquoi dit-on qu'il s'agit d'un beau geste d'amour ? »

Oui, donner un rein à son enfant afin qu'il ait une vie meilleure, lui éviter la dialyse, ceci afin qu'il puisse vivre quasi normalement, c'était une évidence pour moi.

La contrainte des médicaments et le côté rigoureux qu'ils demandent deviennent parfois quelque chose de nécessaire pour grandir intérieurement. Pour lui, probablement qu'il a besoin d'un cadre, de repères structurants.

Donner un organe alors que l'on est bien portant, se faire ôter une partie de soi, se faire charcuter le corps alors que ce n'est pas nécessaire puisque nous sommes en parfaite santé.

Oui nous le faisons, le supportons et l'endurons par amour parental, et maternel. En tant que maman j'aime profondément mes enfants et je suis prête à donner ma vie pour eux.

C'est inné, c'est en moi. Passer à l'acte demande du courage. D'ailleurs, le courage vient du mot racine « cœur », donc être courageux signifie être centré sur le cœur.

Cette greffe m'a touchée sur plusieurs plans.

Ici en premier lieu, c'est dans mon rôle de maman que je suis. Et ô miracle, je prends conscience que j'ai la capacité de guérir la jeune maman que j'étais il y a vingt ans.

Je n'avais pas évacué mes blessures liées à cette grossesse traumatique et aujourd'hui par cette greffe, je m'offre en plus de donner un nouveau départ à mon enfant, la possibilité de guérir pour une plus belle relation avec mon fils et avec moi-même.

Il me reste à couper le cordon, la fusion, afin qu'il puisse avancer dans sa vie et devenir pleinement un homme.

Avec cette intervention parfaitement réussie, je ressens tout de suite un soulagement : le poids de la responsabilité de parents attentifs et vigilants pour la santé de notre enfant. Cette épée de Damoclès qui pesait sur notre famille avec ce rein unique, fragile et malade, s'envole.

L'hospitalisation

Cette hospitalisation m'a permis de vivre des moments de complicité avec mon fils. J'en conserve un très bon souvenir. Dès que j'ai été en état de me lever, je suis allée lui rendre visite plusieurs fois par jour dans sa chambre des soins intensifs.

Quelques souvenirs…

• La toilette

J'ai pu m'occuper de lui, et notamment lui faire sa toilette les premiers jours parce qu'il était peu mobile (perfusé, et handicapé par sa sonde urinaire et son drain). Il a fortement apprécié de pouvoir se sentir propre dans son corps. J'étais son *« infir--mère »*.

Assis dans son fauteuil drapé d'un linge blanc, la bassine posée sur la tablette à roulettes devant lui, je l'ai lavé sommairement au gant de toilette. Son torse nu, ses côtes apparentes, ses bras couverts de bleus à cause des prises de sang répétées, ses pansements, ses tuyaux, et le drap en couverture de fond, cette vision m'a marquée. Je trouve mon fils très courageux. Cette scène restera un moment de partage entre nous.

Lucas m'a dit que j'étais la meilleure des mamans, une *« Mère-Veilleuse »* et qu'il allait faire un effort pour se tenir debout avec ses fils et tuyaux afin de me prendre dans ses bras pour me faire un câlin.

• Les repas pris en commun

De notre semaine *« all inclusive »*, nous retiendrons que les repas n'étaient pas goûteux et nous en rions chaque jour. Beurk ! la cuisine sans sel et à l'eau.

Nous avons pris notre premier repas la veille de l'intervention dans ma chambre. Puis les suivants, dès que nous avons pu retrouver une nourriture « normale », soit dans sa chambre soit dans la mienne.

Nous échangions sur le contenu respectif de nos plateaux, et nous ne nous régalions pas vraiment.

Une phrase humoristique revenait souvent : *« Est-ce qu'on est content d'être là ? »* Et l'on répondait en chœur : *« On est content d'être là ! »*

• Les visites

Nous partagions nos visites respectives en nous présentant avec humour et gratitude en *« la donneuse »* et *« le greffé. »*

• Les soins

Ah, cette fameuse piqûre du soir dans la cuisse pour les antis coagulants !

C'est vraiment le moment que j'ai le moins aimé et d'ailleurs je disais précisément à l'infirmière « Je vous déteste en cet instant précis. » (sourire).

Un grand moment de complicité et de rires entre nous. Lorsque je voyais l'infirmière arriver, je commençais à me figer. Mon fils me regardait et riait en me disant *« Ce n'est rien comparé à ce que j'ai eu. »* J'appréhende les piqûres et j'ai peur par anticipation (peur d'avoir mal).

NB : le produit injecté dans mes cuisses a mis plus de quatre mois à s'évacuer.

Je suis restée dix jours au lieu d'une semaine parce que j'ai fait une petite inflammation sur la cicatrice près du nombril. Je me sentais bien entourée à l'hôpital et heureuse de pouvoir être à côté de mon fils pendant son hospitalisation. Je savais que ces moments partagés étaient un vrai cadeau. Lucas était vraiment réceptif et attentif. Rentré à la maison, il retrouverait vite ses habitudes (journée dans sa chambre sur l'ordinateur et donc pas disponible, ni à l'écoute).

Le personnel soignant et l'équipe médicale ont été vraiment gentils, très sympathiques et professionnels avec nous.

En discutant quelques semaines plus tard avec Lucas, ce dernier m'a dit qu'il avait beaucoup apprécié que je sois là près de lui pendant l'hospitalisation. Ma présence lui avait fait beaucoup de bien. Parce que s'il avait reçu un rein d'un donneur décédé, il se serait trouvé tout seul aux soins intensifs.

Hier après la douche ma cicatrice à côté du nombril s'est mise à suinter. Une réaction liée probablement au pansement. Je suis contente de rester à l'hôpital pour soigner cela plutôt que chez moi. Avec mon fils nous passons de bons moments ensemble. C'est très sympa, et nous nous racontons que nous sommes dans un club de vacances, le Centre Crosnier.

La voix de ma conscience :

Le nombril, c'est l'endroit par lequel nous avons été nourris pendant la période de gestation. C'est aussi notre premier lien à la mère. Énergétiquement c'est un endroit très symbolique.

Avec mon inflammation sur le nombril, je prends conscience que je dois couper le lien.

– Couper le lien avec mon fils :

Maintenant il est responsable de sa vie.
À lui de faire le nécessaire pour conserver au maximum ce greffon.
À lui de devenir un homme et un adulte responsable.

Je comprends qu'en tant que parents, nous serons toujours là pour le soutenir et l'accompagner s'il a besoin de nous, mais il lui appartient de se prendre en charge désormais, de prendre sa vie en main. Humm ! Je ressens comme un soulagement. Le contrecoup de ces vingt années où, en tant que parents, nous avons veillé sur lui et avons été très attentifs à sa santé. Nous avons été des parents parfaits dans le sens où chaque fois nous avons fait le nécessaire pour lui. Toutes les fois où nous avons été aux urgences, c'était toujours justifié.

Je sens s'écrouler le poids de ces vingt années de responsabilité et de culpabilité :
– Remplir au mieux notre obligation de parents en étant vigilants à chaque instant sur son état de santé ;
– Me sentir coupable d'avoir été très sévère à son encontre, et de m'être servie à l'époque de l'excuse de sa santé pour justifier mon mal-être général ;
– Et bien sûr la culpabilité d'avoir donné naissance à un enfant avec des problèmes de santé.

Je me sens allégée.

J'ai fait tout ce qu'il fallait, j'ai été une Mère-Veilleuse maman.

Je ne prends plus que la part de responsabilité qui m'appartient, et je lui redonne la sienne.

Mon fils va apprendre à devenir un homme.

– Couper le lien avec ma mère :

Je réalise qu'il m'appartient de devenir mon propre parent, pour moi aussi. Prendre soin de moi et devenir autonome affectivement, émotionnellement. Ne plus être dans l'amour mendiant dans une relation, car j'ai tout cet amour en moi. Je découvre l'amour de soi. C'est-à-dire s'aimer !

Je ressens un sentiment de fierté pour ce chemin parcouru, et de la gratitude pour tout ce que j'ai déjà reçu. C'est là que je comprends au plus profond de mon être ce que veut dire « Donner, c'est recevoir. » Et aujourd'hui j'ai énormément reçu.

J'ai quelques petits coups de blues que j'accueille. Ce doit être le contrecoup de l'intervention et de cette fabuleuse aventure de ces six derniers mois. Mon pansement a encore coulé, et je ne sais pas quand je vais sortir.

Correspondances avec une amie :

Bonjour Valencia,

Le week-end a été un peu douloureux car j'ai fait une petite réaction au niveau du nombril : le ventre très chaud, la chair de poule sur le corps. Mal aux cicatrices. Pas de fièvre. À priori rien d'alarmant. Je vais peut-être sortir mardi. La greffe s'est bien passée et la fonction rénale de mon fils est bonne. Il va bien. Toujours perfusé et pas autonome avec sa sonde urinaire. Nous avons hâte de manger des plats qui ont du goût ! Si tu n'as pas le temps pour l'hôpital peut-être pourrons-nous nous voir pendant ma convalescence. Je ne réalise pas encore que j'ai été opérée et que j'ai fait ce fabuleux geste.

Je t'embrasse fort. À très vite. Douces bises.

Ma chère Cathy,

Courage pour cette traversée qui t'honore et qui est un exemple d'altruisme et d'amour inconditionnel. C'est évidemment encore très tôt après l'intervention et le confort ne peut être revenu si vite, pour aucun de vous deux.

J'espère toutefois que cette journée, et toutes les suivantes, seront de moins en moins douloureuses. Tiens-moi au courant. Amour et Confiance pour toi, belle, grande et généreuse maman !

Je t'embrasse.

Bonjour Valencia,

J'ai demandé à sortir mercredi après-midi. Cela me fait une journée supplémentaire avec mon fils. Il apprécie que je sois là. Encore quelques douleurs à une de mes cicatrices. J'ai vu le médecin et rien d'inquiétant. Mes examens sont bons.

À bientôt. Je t'embrasse.

Quelqu'un sera avec toi pour ta sortie, Cathy ? Je suppose en ambulance. De toute façon je ne pense pas qu'il était question de te faire rentrer chez toi autrement qu'en ambulance. Mais je me demandais si quelqu'un faisait le trajet avec toi et t'accueillait à ton arrivée. Un de tes parents sûrement, ou ami. Je suppose que tu as organisé ton retour. Si besoin était, dis-le-moi. Mes pensées les plus chaleureuses t'accompagnent ! À bientôt. Valencia.

Je te remercie de te soucier de moi Valencia. Oui j'ai tout organisé. Ma mère vient de province pour ma sortie. Elle restera une semaine avec moi. Cette cohabitation mère/fille va peut-être être une opportunité pour régler certaines choses par rapport à mon adolescence. Je t'embrasse fort et te dis à bientôt. Douces bises.

Chère Cathy,

Je suis sincèrement soulagée. Te savoir seule aurait été impossible.

Oui, c'est une magnifique opportunité de dialogues, un fait exprès, petit coup de pouce de la Vie, qui travaille à notre épanouissement. Les retombées bénéfiques de ton geste d'amour vont être infinies. Bon retour, Cathy, bonne convalescence. À très bientôt.

P.S. : ton fils aura des visites ? Il sort bientôt ?

Je te rassure Valencia,

Mon fils va bien. Et cette hospitalisation à deux nous donne l'opportunité de beaux moments de partage, de discussions et de complicité. C'est vraiment formidable. Il a des amis qui viennent le voir également. Il devrait sortir en fin de semaine car il est en forme.

La convalescence, des deuils à faire...

Quinze septembre – Le retour à la maison

C'est le père de mes enfants qui m'a ramenée chez moi. Le trajet en voiture m'a semblé irréel. J'étais emplie d'amour, du don et encore dans les énergies de cette merveilleuse aventure. Je me suis rendu compte que mon ex-mari et moi n'étions plus sur la même planète. J'aurais aimé échanger en notre qualité de parents et nous réjouir ensemble que notre enfant soit maintenant « sauvé » ; que cette question de la greffe qui nous a habités durant des années soit terminée et que ces vingt ans d'inquiétudes s'effacent. Fortement contrariée, j'ai eu un terrible mal de tête pendant quarante-huit heures, ce qui a gâché mon retour à la maison.

J'avais demandé à ma mère de venir une semaine à ma sortie d'hôpital afin que je ne reste pas seule. Les enfants seront chez leur père durant ma convalescence afin que je puisse me reposer le temps qu'il sera nécessaire. Je ne voulais pas être tenue par des contraintes d'ordre matériel (préparation des repas, un rythme et des horaires, besoin de moments de solitude pour pouvoir pleurer, évacuer, récupérer, etc.).

La première chose que j'ai faite en arrivant chez moi a été de me lover dans mon canapé et de toucher mon coussin en poils de mouton. Humm ! Cette envie de toucher, de caresser, de ressentir m'avait manqué. Humm ! Comme j'aime me laisser envelopper par ces ressentis. Ce contact sur mes doigts, mon bras, ma peau, la femme sauvage en moi en avait grandement besoin.

J'ai apprécié d'avoir eu quelqu'un chez moi durant cette première semaine ; ne rien faire, ne pas me préoccuper de la logistique et mettre les pieds sous la table. J'avais envisagé de gérer cela toute seule ; or le comité des donneurs avait raison, et j'ai bien fait de les écouter. Maman a pris beaucoup de plaisir à me cuisiner de bons petits plats et avec lesquels je me régalais à chaque repas. Du goût, des saveurs, de la couleur, de la variété.

Cela me changeait de mes repas à l'hôpital. Je comprends que l'on puisse vite déprimer lors d'une hospitalisation.

Le premier soir, j'ai fait un câlin à maman. Assise à califourchon sur elle, dans ses bras, ventre contre ventre, j'ai eu besoin de ressentir le contact de sa peau. M'abandonner contre cette mère, ma mère, ma maman et me laisser aller pour tout ce chemin difficile et remarquable que j'ai parcouru. Nous sommes restées comme cela une bonne heure, sans parler, en écoutant la musique.

Dans la semaine, j'ai refait un autre câlin, allongée contre elle sur le canapé. C'était réconfortant, et accueillant.

J'ai également fait, pendant ces moments de détente, le coloriage du cahier que l'on m'avait offert à l'hôpital. Ne penser à rien, me laisser inspirer par ma créativité dans le choix des couleurs… C'était reposant.

J'ai mal dormi les premiers temps. Des rêves symboliques puissants et encore une cicatrice douloureuse. Des envies d'aller aux toilettes la nuit… la peur de l'infection urinaire.

Autre déception avec ce retour à la maison : mon cadet n'est pas venu me voir chez moi. Il m'avait rendu visite à l'hôpital quatre jours plus tôt et n'avait pas manifesté son désir de me revoir le soir ni même les jours suivants, même cinq minutes pour me faire un coucou ou m'embrasser. J'ai été profondément peinée. Nos maisons ne sont séparées que de quinze minutes à pied.

Durant ma convalescence, j'avais besoin de douceur, d'amour, de soutien, d'être chouchoutée.

Échanges avec mon fils greffé :

Un jour, au cours d'une promenade dans le parc :

« Comment vas-tu mère ?
– Un peu fatiguée. Des hauts et des bas. Besoin de douceur et envie d'être chouchoutée ».

– Arrête de toujours de plaindre ! »

J'entends, je rumine, je réfléchis.

De retour de cette promenade, échange de SMS.

– Mon fils, je tenais à te dire que la phrase que j'ai entendue tout à l'heure m'a fait du mal et beaucoup de peine d'autant qu'elle venait de mon propre enfant.

J'exprimais ce que je ressentais et ce dont j'avais besoin. La réponse à la question « comment vas-tu ? » ne peut pas être toujours le « ça va ». Nous sommes des êtres d'émotions. C'est ce qui fait que nous sommes vivants.

J'ai le droit de me sentir fatiguée. J'ai le droit d'avoir envie d'être chouchoutée, cajolée, qu'on prenne soin de moi de temps en temps. Et ceci n'est pas de la faiblesse, ni un caprice.

Peu de mamans ont fait ce que j'ai fait. Et donner une partie de soi demande du cœur et un grand courage ! Je t'aime. Ta maman ».

– « Oui c'est vrai maman mais quand on te voit, on ne dirait pas que tu es passée par là. Je t'aime aussi maman et je n'oublierai jamais ce que tu as fait pour moi. Je t'aime, bisous ma maman chérie ».

Avec le recul, je comprends mieux la réaction de Lucas : il n'était pas le bon interlocuteur. Il était l'enfant qui avait, comme moi, besoin d'être rassuré, chouchouté. Et je restais la maman, la Mère-Veilleuse. Pas la femme, fatiguée, ayant besoin de tendresse, de compassion.

Les enfants m'ont dit qu'ils me voyaient en forme et enthousiaste, et que donc pour eux ça voulait dire que j'allais bien.

En fait, j'ai été très affectée par le manque de soutien affectif de mes enfants et de mon ex-conjoint. Et n'ayant personne dans ma vie sentimentale, je ne pouvais pas trouver de réconfort auprès d'un compagnon non plus. C'est ce qui a été le plus difficile pour moi les premiers temps après ma sortie d'hôpital.

Des choses remontent tout doucement en surface. Fatigue et contrecoup de l'opération.

Physiquement je me sens relativement bien, en forme, et le sommeil revient, mais intérieurement fragile.

Je ne réalise pas que c'est terminé.

Tout cet élan qui m'a motivée durant des mois, et aujourd'hui tout est fini !

Ma séparation, ma recherche d'appartement, le divorce, mon nouveau rythme à trouver, mon introspection personnelle, ces mois de préparation pour la greffe, tout cela remplissait ma vie personnelle et était énergivore.

Et maintenant le poids de cette responsabilité de parent qui tombe…

Accueillir le Vide.

Le contrecoup arrive…

Le « rein-blues »

Il était annoncé !
Il arrive !
Mais qui ça ?
Le « rein-blues » !

Maintenant ce contrecoup survient !

Symboliquement ça ressemble à une dépression post accouchement :

– Donner un rein à mon fils pour lui permettre de vivre mieux.
– L'extraction du rein par voie basse comme pour un accouchement.
– Tous ces mois de préparation pour le jour J.
– Tout cet enthousiasme qui met en joie pour cet heureux événement.
– Tout ce soutien de ma famille, d'amis précieux et de collègues pendant des semaines, jusqu'à la veille de l'opération, et pendant l'hospitalisation…
Me sentir entourée, puis cette sensation de vide ensuite. Les visites, les messages de soutien s'estompent progressivement, tout redevient plus calme.

Cela ravive le vécu de ma grossesse à risques. Pendant des semaines la maman est surveillée, chouchoutée, entourée, prise en charge médicalement et une fois l'enfant prématuré né, tout est centré sur ce dernier.

La jeune maman se retrouve avec toutes les responsabilités de parent, l'inquiétude pour le devenir de cet enfant né trop tôt. Elle n'a pas le temps de se poser, d'écouter son corps, de se remettre de cette fatigue, de réaliser ce bel événement qu'est la naissance d'un enfant que déjà elle est embarquée dans le tourbillon de la vie.

Le rôle de maman prend toute son essence, la femme, l'amante sont effacées.

Super woman et Working girl arrivent !

Qu'est-ce qui est difficile ?
Que se passe-t-il ?
Pourquoi cette déprime ?

L'intervention s'est magnifiquement bien déroulée, mon fils va bien. Il est en pleine forme et a bon moral.

Je devrais me réjouir de tout cela et pourtant j'ai l'impression que je m'enfonce dans une sorte de petite déprime.

LA VIE REDEVIENT NORMALE, le rythme du quotidien.

Je ressens deux états de conscience différents, celui en surface et un autre plus profond. Et tous les deux se chevauchent, la conscience en profondeur m'entraînant à écouter mon être profond, ce qui est enfoui en moi.

La cohabitation de ces deux états est difficile à vivre au quotidien car elle m'entraîne à surfer sur la vague des émotions. Des hauts et des bas. Des moments de fragilité, de vulnérabilité que j'ai envie et besoin de traverser, et des moments de joie intérieure.

Je ressens de l'amour et de la fierté envers moi.

Je pourrais d'un claquement de doigts sortir de cet état dépressif et utiliser tous mes outils pour retrouver la pêche, ma joie et mon dynamisme. Mais je sais qu'au fond de moi, ce serait mettre un couvercle qui pourrait sauter un jour ou l'autre. J'ai besoin de vivre ces émotions. **C'est comme si je devais faire mon deuil en conscience de tout ce que j'ai traversé pour l'abandonner définitivement.**

Physiquement j'ai bonne mine, je peux me déplacer, vaquer à quelques occupations, je ne suis pas alitée, je peux être autonome même si je dois faire attention à certaines tâches, ne pas porter, ne pas marcher trop longtemps. Je ressens tout de même une certaine fatigue émotionnelle. Difficile de me concentrer toute la journée. Parfois de l'ennui, des coups de blues car je n'ai pas l'impression d'être "malade". Quelques douleurs à ma cicatrice me rappellent que j'ai été opérée. Des sensations d'insensibilité sur mes cuisses, l'anesthésie et le produit des piqûres à évacuer.

Oh, comme c'est difficile…

Le deuil de la Mère-Veilleuse

Jeune femme, fraîchement mariée, les débuts de maman avec pour premier enfant un grand prématuré ont été difficiles.

Nous n'avons pas été soutenus, ni épaulés au niveau psychologique pour les épreuves que nous traversions et je salue tout le courage de ces parents d'enfants prématurés car c'est vraiment un parcours quotidien éprouvant et douloureux.

Bien sûr, les équipes médicales s'occupent merveilleusement bien de nos enfants hospitalisés mais les parents sont souvent laissés pour compte dans ce parcours angoissant et ne sont pas vraiment pris en charge émotionnellement ni psychologiquement. Et parfois les médecins nous délivrent brutalement des informations sans nous ménager et nous annoncent des nouvelles difficiles à entendre sans prendre de précautions.

Je suis admirative face à ces infirmières dévouées qui travaillent dans ces services spécialisés.

Elles mettent beaucoup de cœur et de douceur pour prodiguer les soins à ces bébés hors normes qui évoluent chaque jour dans un environnement violent (le bip des machines, leur sommeil interrompu pour les soins).

Faire des prises de sang ou poser des perfusions sur des veines si petites et fragiles tout en leur parlant avec douceur, prendre le relais des mamans qui ne peuvent pas être là pour ces petits êtres nés trop tôt ; ces infirmières sont vraiment courageuses et dévouées à leur travail.

Le séjour en soins intensifs est une épreuve de chaque jour. Pour le bébé qui débute dans la vie en étant agressé dans son corps alors qu'il aurait besoin de douceur. Pour les parents qui s'interrogent chaque jour sur le devenir de leur enfant alors qu'ils auraient besoin de se retrouver dans un nid douillet à cajoler leur progéniture et ne pas entendre de la part de l'équipe médicale : *« Aujourd'hui ça va, demain sera un autre jour ! »*

Mon fils est resté deux mois et demi en institut spécialisé dont un mois en soins intensifs (intubé, perfusé, avec un pronostic vital au jour le jour le premier mois).

Cette greffe, c'est une nouvelle naissance, pour lui, pour moi.

Symboliquement j'ai pu revivre un nouvel accouchement, salvateur, qui porte le nom savant de « Néphrectomie laparoscopique avec extraction par voie vaginale » !

De retour chez moi, j'ai eu besoin de consulter les planches d'anatomie pour comprendre le parcours du greffon car en fait je n'avais pas vraiment visualisé comment allait être faite l'extraction. Le greffon est passé par le cul-de-sac de Douglas.

J’ai besoin d’exprimer mes émotions et ressentis de cet accouchement traumatique.

Pendant vingt ans, ces blessures ont été présentes en moi et refoulées. Aujourd'hui je me sens la force et le courage pour les transformer en de belles cicatrices. Je ne peux pas les oublier, ni les effacer, c’est mon histoire. Elles font partie de ma vie, de ma légende personnelle et je les métamorphose en conscience pour y mettre de la lumière.

Cette greffe me submerge d’émotions.

Je traverse des moments merveilleusement difficiles et éprouvants parce que je ressens le besoin de pleurer, de laisser mon corps s’exprimer, lui qui n’a pas pu le faire durant toutes ces années.

Je me sens de plus en plus sereine, forte et apaisée mais en même temps fragile et vulnérable parce que je sais que la guérison est au bout du chemin.

Je me souviens parfaitement de cette première naissance une nuit de début août.

En écrivant ce texte, je viens de prendre conscience que son prénom veut dire Lumière. Avec cette greffe, je suis allée affronter mes parties sombres et j’y ai découvert ma Lumière intérieure.

Je me souviens de son premier cri. Je devenais maman et la seule preuve de cet état était une photo *Polaroïd* de mon fils : sa tête sur un oreiller blanc taché, et intubé. Cette photo m’a hantée durant des années. C’est seulement aujourd’hui que je réalise et prends conscience du caractère violent et traumatisant de ce souvenir. Je l’avais occulté et j’avais ôté de mon conscient toute émotion de cet évènement.

En raison d’une fermeture de service et de congés d’été, j’ai été installée dans une grande pièce contenant plusieurs lits. J'étais seule. Par les fenêtres, je voyais qu’il s’agissait d’une belle journée ensoleillée d’août. J’entendais derrière les murs les pleurs des bébés de la maternité d’à côté. Mon fils avait été transféré immédiatement dans un autre établissement. Je ne l’ai vu que trois jours plus tard lorsque j’ai été en état de me déplacer.

Je n’ai pas eu ce lien avec mon enfant durant la grossesse parce que je ne sentais pas les contractions et que l’accouchement est arrivé si vite que j’ai fait une grossesse éclair.

Une semaine après notre mariage, tout a basculé. Le diagnostic de notre fils a été détecté in utero (valve de l'urètre postérieur qui a eu pour conséquence de faire remonter les urines vers les reins au lieu de descendre dans la vessie). Tout s'est enchaîné rapidement : le prélèvement pour évaluer le fonctionnement de son activité rénale, l'attente des résultats, l'intervention in utero, l'amniocentèse qui déclencha les contractions provoquant l'accouchement prématuré.

Je n'ai pas eu ce lien avec mon fils, ni dans mon ventre, (pendant la grossesse, je ne l'ai pas senti bouger car il y avait peu de liquide amniotique), ni à sa naissance.

Pas de contact par le regard, pas de toucher peau contre peau, juste le souvenir de son premier cri et cette fameuse photo.

Lorsque j'ai rencontré mon fils pour la première fois, c'était dans le service des soins intensifs. J'étais inquiète, angoissée, et impressionnée par ces couveuses, ces blouses à enfiler, ces incubateurs dans lesquels se trouvaient des bébés crevettes intubés et perfusés avec leur bonnet et chaussettes bleus, roses ou blancs, et le bip incessant des machines.

Je me rappelle une fois où je l'ai trouvé perfusé à la tête. C'était une vision violente et brutale même si l'on m'a affirmé que c'était moins douloureux qu'une perfusion au pied ou sur le poignet.

Mon fils.

Celui-là ou un autre.
Je n'avais pas le lien.

Ç'a été un travail difficile à rétablir.

Chaque jour j'étais avec lui. Je le mettais contre ma peau malgré les tuyaux des perfusions et les fils des capteurs des différents appareils de mesure. Nous lui avions enregistré une cassette avec notre voix et de la musique de Mozart pour bébé que les infirmières lui passaient en boucle pendant notre absence.

Cette première année a été très difficile. Des hospitalisations à répétition d'une dizaine de jours durant les neuf mois qui ont suivi son retour à la maison (infections urinaires et bronchiolite). À chaque fois j'étais là avec lui. J'ai le souvenir de ses cris dans le silence d'un couloir en pleine nuit pendant que les infirmières tentaient de le perfuser. Je savais reconnaître ses pleurs parmi tant d'autres.

Maman brutalement. Maman préoccupée et inquiète qui s'oublie en tant que femme et épouse.

À la dernière infection, il a été décidé de lui retirer son rein droit.

Cette greffe c'est une guérison, une réparation.

J'ai pu faire un bisou à mon fils aux aurores avant de descendre au bloc. Et lorsque je me suis réveillée après l'intervention, j'ai tourné la tête vers ma gauche et j'ai croisé son regard : la connexion. **Un regard d'amour entre nous deux**.

Depuis que j'ai pris conscience de tout cela, je traverse de nombreuses émotions. C'est douloureux mais en même temps je suis envahie par une joie intérieure immense. Et j'ai besoin de me confronter à cela. Je suis capable aujourd'hui de transformer ces blessures et ces souvenirs douloureux. Je suis en train de me réapproprier ce lien en conscience. La photo Polaroïd laisse la place à ce regard plein de tendresse. Les tendres yeux bleus de mon fils m'envahissent d'amour.

Cette image reste en moi encore des semaines après et restera à jamais dans mes souvenirs.

Durant ma convalescence, j'ai traversé des émotions, le « rein-blues » ou pour moi plutôt mon « baby blues » à retardement.

J'ai ressenti le besoin de me connecter à mes émotions. Tous les soirs, allongée sur mon canapé, emmitouflée dans ma douce couverture, mon œuf en quartz rose sur moi, mes mains sur mon ventre, écoutant ma musique, je me suis laissé aller. Je me suis concentrée sur ma respiration, mon souffle, restant à l'écoute de ce qui se passait en moi. J'étais prête à écouter ce que mon ventre avait à me dire (ce deuxième cerveau, le centre des émotions…) et qui n'a pas eu l'occasion de s'exprimer depuis ces vingt années.

C'est ainsi que j'ai pleuré plusieurs soirs…

Je me suis connectée à des émotions refoulées depuis la nuit des temps.

Je les ai écoutées, et je les ai accueillies.
Mon corps avait besoin de pleurer, pleurer cette souffrance, pleurer ma douleur de maman pour faire de la place pour autre chose.

J'avais besoin de reconnaître, et d'accueillir cette partie en moi qui a été blessée.

Reconnaître ma souffrance et mes peurs. Les accueillir, les traverser, et les faire mourir car elles n'avaient plus lieu d'être et surtout de les transmuter comme l'alchimiste qui transforme le plomb en or. Je me sens dans un nouveau corps, avec de nouvelles énergies et perceptions.

Il est temps de faire place au Renouveau.

Ainsi, j'ai fait le deuil d'une partie de moi-même.

Mourir, c'est renaître à soi-même. Tel le phénix qui renaît de ses cendres pour devenir encore plus beau, encore plus fort et pour aller vers la lumière, ma Lumière intérieure.

Dire adieu à cette partie de moi, la jeune maman blessée et en souffrance. Ceci est une phase nécessaire pour mon évolution et pour pouvoir aller désormais vers mon épanouissement de femme.

Renaître à ma féminité. Enlever les couches pour pouvoir accepter au plus profond de mon être mon histoire personnelle.

J'ai pu « ressentir » des émotions que je n'avais jamais imaginées puisqu'elles n'avaient pas vraiment eu le temps de s'exprimer. J'étais tout de suite dans le tourbillon de la vie de jeune maman d'un enfant dont la santé était préoccupante. Pas de transition, pas de passage.

C'est ainsi que j'ai pris conscience que j'avais eu peur pour mon enfant, pour sa vie, tout au long de cette grossesse. Peur qu'il meure, que la grossesse n'aille pas jusqu'à son terme, que tout s'arrête, que mon bébé ne vive plus. À la suite de la deuxième échographie et de la découverte de l'anomalie, il a été décidé d'effectuer un prélèvement sur le fœtus afin de vérifier si la fonction rénale était satisfaisante. Du résultat dépendrait la suite de la grossesse. Dix jours d'attente, ce vide dans lequel je ne savais pas, je ne savais rien. L'angoisse.

Que disent mes émotions aujourd'hui ?

Je me rends compte que je me suis inquiétée pour mon enfant. Qu'une partie en moi l'a rejeté pour me protéger, pour le cas où la grossesse s'arrêterait, ceci afin de me préparer à faire face à une certaine éventualité qui était trop violente pour moi.

Durant toute ma grossesse, je n'ai pas senti mon bébé dans mon ventre parce qu'il n'y avait pas assez de liquide amniotique. J'ai eu peur de le perdre, et peur

pour moi lors des amniocentèses et de l'intervention sur le fœtus. Je me suis rendu compte que même si je ne sentais pas mon bébé, je l'aimais ! J'en ai douté durant toutes ces années. C'était inconscient. Lorsque nous avons su qu'il y avait des complications, j'ai volontairement mis de la distance avec lui pour me protéger pour le cas où il ne survivrait pas. Inconsciemment il a probablement senti ce rejet. Le lien avec lui a été difficile à établir à l'hôpital par la suite.

Je me rends compte aujourd'hui que je l'aime infiniment, et plus que je ne le pensais. Et cela même si je reconnais que j'ai été très sévère, dure et injuste avec lui durant toutes ces années.

Je prends conscience que ce don de rein est vraiment un acte d'amour, **mon plus bel acte d'amour à ce jour.**

J'ai eu peur également au tout début de la grossesse à cause d'une intoxication alimentaire dont j'ai souffert. De cet épisode, j'ai traîné un sentiment de culpabilité. Et si c'était cela qui avait provoqué la malformation ? Apparemment non, m'avaient assuré les médecins, mais une partie inconsciente en moi en doutait.

Intellectuellement, je comprends que je n'ai pas à me sentir coupable de ce qui est arrivé à mon fils. C'est un mauvais coup du sort. La malformation des valves de l'urètre, qui se voit chez les petits garçons, n'est pas très fréquente, mais elle est bien connue du monde médical.

En discutant autour de moi, tout le monde me disait : *« Tu n'as pas à te sentir coupable »*, *« Tu n'es pas responsable », d'autant que mon fils me lançait parfois « Ce n'est pas ma faute si vous m'avez mal fabriqué, je n'ai pas demandé à avoir tous ces problèmes de santé ! »* Intellectuellement, mentalement je le concevais, mais une petite partie en moi résistait.

Alors aujourd'hui j'accueille en conscience ces émotions.

Méditation

« Je regarde la bougie jaune allumée.
Je regarde la lumière de cette flamme qui danse devant moi.
Je brûle ma souffrance, mes blessures, ma tristesse, ma peine, mes peurs, mes inquiétudes, ma culpabilité.
Tout est fini maintenant.
Je dis au revoir à celle que j'étais.

Mon mariage construit sur la base d'une insécurité intérieure et d'une dépendance affective, d'un mal-être d'ordre général, ma première grossesse difficile qui se réalise sur ces fondations.

Durant vingt années ont cohabité ces deux états, la maman blessée et l'épouse soumise, frustrée et insatisfaite sous l'emprise émotionnelle de mon histoire personnelle.

Se sont chevauchées ces blessures et cette souffrance intérieure.

Je regarde la flamme de la bougie.

Je suis Lumière.
La Lumière est en moi,
La Lumière me traverse,
La Lumière m'enveloppe,
La Lumière me protège.
Je suis la Lumière*.

** Extrait de La prière de lumière qui a été transmise par des Anges de guérison canalisés par Marie Lise Labonté et repris par Sophie Metthey.*

Étymologiquement ton prénom, LUCAS, veut dire lumière !

En choisissant ce prénom, je me redonne à moi aussi de la lumière. Je remets de la lumière dans mes profondeurs.

Je me laisse envahir par cet océan du Féminin.

Je ressens ce qu'est Accueillir.

Accueillir ma souffrance.

La puissance du Féminin pour aller regarder mes ombres et y trouver ma lumière.

Un baume réparateur.

De l'amour et de la douceur envahissent tout mon corps, chacune de mes cellules s'en imprègne.

Je goûte à cette Mer (Mère) d'amour infini.

Je baigne dans ces énergies qui m'enveloppent maternellement dans un cocon prenant soin de moi.

Réparation – Guérison – Transformation – Paix Intérieure – Unité retrouvée – Plénitude.

Cicatrisée cette photo Polaroïd souvenir de cette naissance.

Je repense au regard bleu de mon fils en salle de réveil.

Ce souvenir s'imprime au plus profond de moi.

Regard d'amour, de douceur, de tendresse, de gratitude.

Le lien se crée.

Une connexion d'âme à âme.

Magie de cet instant précieux.

J'ai été une Mère-Veilleuse,
Je suis une Merveilleuse Maman
Je t'aime mon fils »

Je dédie cette méditation à toutes les Femmes, qu'elles soient sœurs, mamans, ou pas… l'infini pouvoir du Féminin.

Je partage avec les hommes également afin qu'ils puissent goûter à cette Mère infinie d'amour qu'est le Féminin. Cet espace d'accueil, de douceur, de bienveillance et d'amour illimité.

Accueillir le Masculin en nous avec toutes ses qualités. Nous avons toutes et tous en nous cet espace. À nous de le trouver, et de s'y connecter. C'est un trésor précieux, un puits d'amour sans fin pour soi qui nous permet de dépasser tout.

Premier octobre - Convalescence

Oh ! Comme je suis fatiguée ce soir.

Tout à l'heure sous la douche, je me suis mise à pleurer. Et j'ai cherché quelle était l'émotion derrière ? Quel est mon besoin ?

En tant que femme, j'ai envie d'être dans les bras d'un homme pour pouvoir me décharger cinq minutes et me reposer. Depuis un an, je m'assume toute seule.

En tant que maman, j'ai envie d'être dans les bras d'un homme qui a le statut de père, afin de pouvoir m'appuyer sur tout ce que j'ai vécu par rapport à la greffe et aux blessures qui sont remontées à propos de la naissance de mon aîné. Mon rôle de maman qui n'est pas facile. Un espace de parents à partager. Cet enfant n'a pas été fait tout seul. Nous avons traversé des épreuves difficiles tout au long de ces vingt années. De l'inquiétude, de l'angoisse, des peurs.

Alors ce n'est pas la peine de me dire que, lui ou moi, pour le rein c'est pareil !

Je suis à la recherche de cet espace « parents » où l'on peut échanger sur nos souffrances, et pas uniquement sur les questions d'ordre pratique. Je sais, il n'est pas prêt. Tout notre mariage a été axé sur le rôle de parents. Nous avons été de bons parents l'un et l'autre, pour ce qui a été de se préoccuper de la santé de nos enfants.

J'aimerais pouvoir faire le deuil de cette relation afin qu'elle ne me blesse plus.

Digérer les reproches réciproques, ne plus avoir d'attente vis-à-vis de lui. Pacifier mes sentiments et émotions. Changer mon regard sur notre relation. Couper véritablement le lien affectif du couple amoureux.

Ci-dessous un brouillon de mail que je ne lui ai jamais envoyé :

« Pratiquement vingt ans de vie commune et deux beaux garçons ensemble.
Nous ne nous sommes pas réellement rencontrés.
Nos blessures et nos attentes respectives nous en ont empêchés.

Aujourd'hui, je te remercie d'avoir été celui que tu es,
Et celui que tu as été,
Car grâce à l'homme que tu es
Et a été,
Je suis devenue celle que je suis aujourd'hui.
Encore merci pour ce chemin parcouru ensemble. »

Ce qui a été le plus difficile pour moi pendant cette convalescence :
– Ne pas pouvoir discuter avec le papa, comme lorsqu'on partage un projet,
– Mettre de côté les rancœurs du couple et faire de cette greffe quelque chose de commun. J'aurais eu besoin d'un soutien moral, que l'on soit les parents pour cette greffe.
– Un sentiment de solitude, un besoin de reconnaissance et de soutien du père.

En fait, c'est comme si tout était redevenu normal maintenant, alors que pendant des mois j'ai vécu dans l'euphorie de cette expérience.

Durant ma convalescence, amis et collègues m'ont témoigné leur soutien, et cela a contribué à mon rétablissement.

« Coucou Cathy,

J'espère que ta visite du jour à l'hôpital s'est bien passée.

Normal pour ta petite déprime, je comprends tout ça, l'important c'est que ça ne dure pas trop longtemps… J'ai confiance en toi car je t'ai vraiment trouvée très forte et courageuse.

Sincèrement, je t'admire pour ce que tu as fait.

Depuis ça, je veux que tu saches que j'ai moi-même demandé ma carte de donneur d'organes. Comme quoi tu m'as beaucoup fait réfléchir sur le monde qui m'entoure.

Je pense à toi et t'embrasse. À très vite. »

Sept octobre – Ma dernière peur

En dehors de mes cicatrices sur le ventre, je ne ressens pas le fait d'avoir un rein en moins.

Durant ma convalescence, j'ai senti que j'avais envie d'aller plus souvent aux toilettes. J'avais mal au ventre si j'attendais trop longtemps et je ne supportais plus d'avoir la vessie pleine. Je me réveillais les nuits vers 4-5 heures du matin pour aller faire pipi, ce qui m'arrivait rarement avant l'intervention.

Peu à peu je me suis aperçue que je commençais à ressentir la peur de l'infection urinaire alors que par nature je ne suis pas sujette à ce mal.

Pendant toutes ces années, nous avons été inquiets pour notre fils et redoutions l'infection urinaire. Je somatise. En effet, j'ai réalisé qu'il s'agissait d'une croyance liée à l'histoire de mon fils et non de moi. Qui ne m'appartenait pas. Nous étions focalisés sur le risque d'infection urinaire. Au moindre signe de fièvre, de vomissements, ou de douleurs dans le ventre de notre enfant, nous envisagions tout de suite cette possibilité. Nous savions que le rein unique était fragile et compte tenu de sa pathologie sujet aux infections. Mon cerveau a fonctionné comme cela et a assimilé le postulat un seul rein = infection urinaire.

Si je validais cette croyance et la faisais mienne, alors je créerais cela dans ma vie. C'est le concept de la pensée créatrice. Nos pensées engendrent notre réalité.

J'ai travaillé sur moi afin de me libérer de cette peur, et aujourd'hui je ne la ressens plus.

Neuf octobre – La Rein-naissance

La greffe a eu lieu il y a déjà cinq semaines maintenant. Mon fils m'a dit : *« C'est comme Disneyland, beaucoup d'attente, et c'est déjà fini. »* J'ai le même sentiment que lui.

Même si je reste un peu fatiguée physiquement avec encore des coups de blues quotidiens, qui sont comme des petits nuages qui passent (heureusement ils durent de moins en moins longtemps), je sens que j'avance vers une Renaissance. Une Ouverture sur la vie.

Que m'a apporté cette expérience ?

J'ai gagné en confiance et en estime de moi. Je me sens plus légère, plus épanouie et fière de ce beau chemin parcouru. Je sens aussi que maintenant j'ai des choix à faire. Je suis plus clairvoyante.

Le « rein-blues » s'essouffle petit à petit et j'ai envie de regarder devant moi. J'ai levé les freins, peurs et barrières qui m'empêchaient d'avancer et de me positionner sereinement en tant que mère et femme.

Quel est mon projet de vie maintenant ?

Ce matin en ouvrant mon placard, je choisis un parfum que j'avais mis de côté depuis quelque temps. Je le vaporise sur mon corps et je repense à ce texte que j'ai écrit il y a plus de deux ans et demi. Je me dis qu'il redevient d'actualité.

Aujourd'hui j'ai envie de vivre pleinement ma vie de Femme.

Me sentir femme à part entière dans mon corps, dans ma tête.

Vivre – Sentir – Ressentir – Vibrer.

Envie de légèreté, envie de créativité, envie de magie, envie d'être amoureuse, envie de folies, envie de rires, envie d'espièglerie, envie de complicité, envie de plaisirs, envie de douceur et de tendresse, envie de partage et ce qui est très nouveau, envie de faire confiance en la Vie.

Envie d'être surprise par la Vie.

Qu'est ce qui pourrait y avoir d'encore mieux que cela ?

Alors aujourd'hui je dis…
OUI à la Maman,
OUI à la Femme,
OUI à l'Amour,
OUI à la Vie.

Parce que je me sens soulagée de ce parcours qui avec du recul m'apparaît comme ayant été difficile, soulagée de cette traversée du « rein-blues » en conscience, soulagée de cette responsabilité de « Mère-Veilleuse », la femme en moi renaît. Telle la Belle au bois dormant endormie, mes sens se réveillent…

SI…

Si je ferme les yeux,
Si je me laisse emporter par cet accord doux de vanille qui laisse sur ma peau un sillage inoubliable,

Si je m'abandonne à cet irrésistible mélange de nuances chaudes et envoûtantes qui captivent mes sens,

Je me sens enveloppée d'une douce sensation de bien-être qui m'emporte par-delà mon imagination dans ce merveilleux Pays des Sens.

J'imagine que tu poses délicatement tes mains sur mes épaules, mes cheveux relevés t'offrent ainsi ma nuque dégagée.
Offerte à toi, je suis prête à recevoir et accueillir ton amour.

Je sens la chaleur de ce contact si doux, si bienveillant, si tendre.
Tes mains se promènent sur mon cou, mes épaules, puis descendent le long de mes bras.
Tes doigts effleurent ma peau, telle une brise légère qui me caresse affectueusement et respectueusement.

Oh que j'aime le contact de tes mains sur mon corps !

De merveilleuses sensations m'envahissent : des plaisirs électriques, frissons, picotements, palpitations, conjugués aux plaisirs tactiles de ce toucher, sensation de chaud, de froid, de présence mais aussi sensation d'abandon quand tes mains se déplacent sur mon corps, laissant encore derrière elles l'empreinte de leur passage.

Ce toucher si doux envahit mon corps, pénètre ma pensée, et entraîne une harmonieuse complicité entre mon esprit et mon corps.

Mais ce n'est rien à côté du tsunami sensoriel qui déferle maintenant en moi.

Ta bouche qui embrasse tendrement mon cou provoque au plus profond de mon être une vague d'émotions et de sensations intenses et exquises.

Je perds pied.
Je m'abandonne à ces délicieux baisers.
J'adore la combinaison de tes bisous gourmands distillés par-delà mon cou et mes oreilles, et tes mains qui se promènent sur mes épaules, ma gorge et s'aventurent sur ma poitrine.
Quel délice !
De merveilleuses sensations m'envahissent.
Je me noie dans ces plaisirs subtils.
Et je sens également la chaleur de ton corps qui m'irradie de vibrations bienveillantes.

Je sens ton souffle chaud et ta respiration, je sens ton parfum, je sens ton contact, je sens ta présence.

Je m'abandonne complètement et entièrement.

L'extase, tout simplement.

Puis, sereine et comblée émotionnellement, je m'adosse contre ton torse, tes bras m'accueillent et m'enveloppent avec bienveillance.

Dans le silence, nous profitons de ce moment unique et intense qui vient de s'écouler.

Pas de mot, juste des regards.

À travers mes yeux, et au-delà mon âme, tu comprends que je te suis reconnaissante pour ce merveilleux cadeau que tu viens de m'offrir.

Mon être profond se trouve à jamais enrichi de cette fabuleuse expérience.

Tu m'as accompagnée sur le chemin de ma Réconciliation avec mon corps et avec l'homme, avec la Vie aussi.

Peu à peu, je reprends contact avec la réalité.

Je me sens revenir de nulle part.

Je constate que je suis envahie par un état de bien-être, une chaleur qui m'irradie et m'enveloppe d'un sentiment de béatitude et de volupté.

Je me sens éreintée, mais tellement rassasiée intérieurement.

Je me sens maintenant en sécurité.

C'était… un voyage olfactif au pays des Sens.

C'était… mon nouveau parfum.*

**Il s'agit du parfum qui s'appelle Si de Giorgio Armani*

L'après greffe

Mon fils se porte très bien. Il se trouve plus « sage » dans le sens plus mature. Il apprend l'autonomie et la rigueur avec la prise régulière et rythmée de ses médicaments anti rejet. Il développe une discipline et une volonté fortes en résistant à la gourmandise. Cette contrainte lui est imposée par son régime

alimentaire. Il a bonne mine et plus d'énergie. Il est plein d'humour et retrouve une motivation et des projets. Physiquement, je le vois se transformer peu à peu en homme, son corps s'étoffe.

Nous parlons avec humour du greffon, ce greffon d'or, et intégrons son frère en racontant des anecdotes vécues à l'hôpital *(« Est-ce que l'on est content d'être là ? On est content d'être là ! »)*

Pour moi, je reviens tout doucement à la réalité du quotidien.

J'ai pris conscience que j'ai été aimée et appréciée pour celle que je suis. J'ai reçu énormément de témoignages de soutien, d'encouragement, d'admiration et de fierté de la part d'amis et collègues.

J'ai renforcé mon estime et ma confiance en moi. Je me suis guérie de cette blessure de la « Mère-Veilleuse ». Durant des années, j'avais toujours un pincement au cœur, une larme, un début d'émotion en parlant de cette naissance, mais sans aller plus loin. Surtout grâce à ce don et mon « rein-blues », j'ai traversé des moments douloureux, mais porteurs d'espoir et de transformation. Il m'a fallu du temps pour ressentir et exhumer ces émotions refoulées. Je prends conscience du grand pouvoir en moi de transmutation. Je suis co-créateur de ma propre vie. L'expérience de la greffe était aussi un moyen d'apprendre à avoir la foi.

J'ai affronté mes ombres, et j'y ai découvert des trésors engloutis.

Je relis ces beaux témoignages de soutien et je fonds en larmes.

Que la vie est belle !

Gratitude pour ce beau voyage, ce chemin initiatique.

Moi je vais bien, merveilleusement épanouie intérieurement. Je me sens vivante, je me sens nourrie en profondeur, je me sens comblée. Des projets pleins la tête, une créativité qui ne demande qu'à s'exprimer. Des graines semées, des pépites à faire grandir et à récolter.

L'après greffe.
De quoi ai-je envie ?
Envie de retrouver mes rêves,
Envie de mettre de la magie dans ma vie et de la créativité,
Envie de vivre pleinement ma féminité,
Envie de faire vibrer mon corps de plaisirs, de désirs, de joie, d'amour,
Envie de créer mes ateliers et cercles de femmes,

Envie de partager, et de témoigner de mon expérience,

Envie tout simplement de vivre pleinement, de continuer à m'épanouir et à apprendre à couper le lien fusionnel avec mes enfants pour qu'ils puissent grandir et devenir des beaux Shiva.

Encouragements d'une amie :

« Bonsoir Cathy,

Un petit moment partagé avec toi pour prendre de tes nouvelles.

As-tu retrouvé ton élan, ta joie de vivre et ta vitalité ?

Tout ce que tu as traversé depuis un an fait partie d'un grand voyage de libération qui va permettre de te découvrir qui tu es vraiment, et d'exprimer ton potentiel le plus élevé.

Je pense en effet que l'écriture est un moyen efficace, où tu es à l'aise, et qui te permettra de partager ton vécu.

Cela peut aider beaucoup de femmes.

Échanger est important en ce moment pour se soutenir mutuellement, dans un temps où le Féminin est amené à retrouver son expression sacrée dans le quotidien.

Tu as ton rôle à jouer, de par les expériences que la vie t'a proposées.

En attendant, prends bien soin de toi, et accorde-toi des moments de douceur et de repos,

Je t'embrasse douce Cathy, toutes mes pensées vont vers toi. »

Le cadeau : mon puits d'amour

Lorsque j'ai besoin de me reconnecter à l'amour par mes pratiques méditatives, ou parce que je ne vais pas bien, je pose mes mains sur mon ventre et je sens leur chaleur irradier cet espace.

Je perçois cette douce chaleur qui m'enveloppe dans un cocon de quiétude et de douceur, mes mains s'activent comme un courant électrique qui se met en marche. Je respire, j'inspire et expire profondément pour faire entrer toutes ces sensations et ces ressentis de bien-être et de plénitude dans chacune de mes cellules.

Je repense alors à ce fabuleux geste que j'ai accompli.

Le Don.

Magique.

Cet acte stimule quelque chose en moi.

Fierté. Je me sens fière de ce que j'ai été capable d'accomplir, parce que ce parcours a été une épreuve et que je l'ai réalisée toute seule.

Joie. Satisfaction parce que je vois comment mon fils se sent aujourd'hui.

Mes relations avec mes enfants se sont améliorées, plus de complicité à trois. Le greffon nous a réunis et nous en parlons avec humour.

Ma relation avec le père de mes enfants s'est apaisée. J'éprouve une certaine paix intérieure par rapport au divorce. J'ai fait le deuil également de la séparation d'avec mon ex-mari. Le temps est un allié, un baume réparateur. Les rancœurs sont derrière. J'arrive à dissocier le couple amoureux (qui n'existe plus), du couple parental qui demeure toujours.

Comme par magie, je ressens de l'amour. Je regarde ma cicatrice sur mon nombril, je la trouve belle. Ce qu'elle représente est magnifique. Pour moi, elle est un souvenir. Une trace magique qui permet d'activer de l'amour pour moi, l'amour de soi. Elle me permet d'être autonome affectivement. Un puits d'amour, une source inépuisable qui ne se tarira jamais car je peux l'alimenter jour après jour avec mes sensations de bien-être et mon épanouissement personnel. Un coffre à trésors que je remplis quotidiennement avec mes bulles de bien-être qui me permettront de me reconnecter en cas de besoin.

Ma force est de pouvoir mettre de la conscience dans ce que je traverse.

J'ai donné un rein à mon fils,

Et j'ai appris à prendre soin de moi.

Jamais je ne m'abandonnerai.

Petit message amical :

« Effectivement, c'est une belle et grande expérience qui mérite que tu sois attentive dans cette « nouvelle vie ». En accomplissant ce très bel acte d'Amour, tu devrais à ton tour recevoir de magnifiques dons dont tu ne soupçonnes pas encore l'ampleur. À suivre avec délice… et gratitude… en prenant bien soin de toi. »

Novembre – Beaujolais

L'analyse de la créatinine permet d'avoir des informations sur le fonctionnement des reins. Un taux de créatinine élevé est souvent le signe d'une insuffisance rénale.

« La créatinine est une substance naturellement présente dans notre organisme et en particularité dans le sang. Elle est issue de la dégradation de la créatine, elle-même synthétisée par le foie, et stockée dans les muscles (elle joue un rôle dans la production d'énergie). L'utilisation de la créatine par les muscles produit des déchets dont la créatinine. Elle est transportée par le sang, filtrée par les reins et éliminée dans les urines (définition Passeportsanté.net) ».

SMS fils-mère :

« Tout va bien la créatinine a un peu baissé. Il faut que je boive un peu plus. »

– D'accord mon fils ! Bois, bois, bois. Moi aussi je crois que je ne bois pas assez. *Journée du Beaujolais.* Lol. Bisous ».

– Oui mère je boirai à ta santé ce midi ! Au greffon ! »

– Lol ! Quel humour ! Je t'aime mon fils ! »

La vie est belle !
Au greffon !

J'ai fini de mettre par écrit mes souvenirs et ressentis de cette incroyable aventure.

J'éprouve alors un profond soulagement dans tout mon corps et me sens toute légère.

Waouh ! Tout ce parcours et notamment tout ce que j'ai vécu durant ma convalescence.

Cela me parait si loin maintenant mais si profondément ancré !

« Ton idée d'écriture est un très bel objectif à la fois pour toi et pour d'autres personnes confrontées ou non* ».

**encouragements d'un collègue*

Célébration !

Je prends soin de moi en cette journée qui marque la fin de mon récit : séance de relaxation, massage, bain moussant, apéro et dîner préparé par mon fils aîné qui a réalisé pour nous trois une omelette, sa spécialité. Je mets les pieds sous la table et apprécie cet instant.

SMS fils-mère :
« Je suis content de moi parce que j'arrive bien à gérer la prise et le renouvellement de mes médicaments.

– Tu sais que tu es maintenant responsable de ta propre santé et que ce n'est plus moi qui vais être derrière toi pour te rappeler de les prendre.

– Je le sais, Mère. Je le fais pour moi, et aussi par respect pour toi, pour ce que tu as fait !

– Oh mon fils, ce que tu viens de dire me touche profondément, et j'en ai les larmes aux yeux.

– Je te serais éternellement reconnaissant même lorsque j'aurais un jour un deuxième greffon. Tu sais, tous les greffés sont pleins de gratitude pour leur donneur. »

Cette phrase venant de mon fils est un merveilleux témoignage d'amour qui me remplit et m'inonde de joie. Et je me dis au plus profond de moi que tout ce que j'ai traversé en valait vraiment la peine. Je ne regrette pas mon choix, mon parcours et ce geste est vraiment un don d'amour.

Quelle belle expérience !

Quelle belle histoire !

Juin – Séquence émotion

Après une journée de pluie et de froid, je me lève par un beau soleil d'été.

Dans le RER, je repense à cette journée d'il y a neuf mois.

À cette heure-ci j'allais descendre au bloc opératoire.

Je me sens entourée par de magnifiques énergies. Je me rappelle cette merveilleuse journée qui continue de me nourrir profondément au quotidien.

Hum, je savoure ces énergies qui m'enveloppent. Je me sens en état de grâce. Une fraction de seconde et je comprends ce qu'est l'instant présent : être dans l'Ici et le Maintenant.

J'attends que tous les voyageurs de la rame descendent sur le quai à Châtelet.

Un homme me regarde.

Je respire profondément comme pour intégrer en moi ces belles énergies que je ressens encore. L'homme me sourit, s'arrête devant moi, repart, puis se retourne, me regarde à nouveau et me dit : « Vous êtes magnifique ! ». Il me souhaite une bonne journée. Je le remercie et fais de même.

Je me sens heureuse, joyeuse et nourrie intérieurement. Encore en état de grâce.

Neuf mois se sont écoulés depuis la greffe. Le temps d'une gestation. Une nouvelle naissance, et une nouvelle conscience de la vie.

Mon âme s'éveille, encore. C'est certain, cette expérience m'a transformée, je ne suis plus la même.

Quelles glorieuses aventures m'attendent maintenant ?

Novembre 2017 – Rendez-vous à l'hôpital

Dans le cadre du suivi annuel des donneurs, j'ai ma première consultation post-greffe avec l'équipe médicale qui m'a opérée l'année dernière.

Puis à chaque date anniversaire de la néphrectomie, je referais des examens biologiques avec mon médecin traitant et les résultats serviront au Registre des Donneurs Vivants.

Mon rein unique fonctionne très bien.

Lettres à mon fils

Pour toi mon fils…

Ces lettres, je les ai écrites sans les envoyer. C'était comme une discussion, silencieuse, une confidence. Plus tard, j'ai éprouvé le besoin de les lui adresser, et je les ai transmises à Lucas par mail.

19 ANS

Aujourd'hui ton anniversaire.
Je me rappelle très bien ta naissance.

Un samedi matin aux aurores. Tu n'étais pas prévu pour cette date.
Je n'étais pas préparée pour ta venue.
La veille encore j'ignorais tout.
Je me souviens de mes premières "contractions", je ne savais pas ce que c'était.
Le médecin m'a dit qu'on allait préparer le bloc opératoire pour te faire sortir cette nuit.
Surprise de cette décision inattendue j'ai prévenu ton père qui s'est dépêché de nous rejoindre.

Je conserve un très bon souvenir de cette nuit avec l'équipe médicale.
Sous péridurale je ne sentais rien. La nuit à l'hôpital était calme. Il y avait de la musique classique en bruit de fond.
Notre grosse interrogation était de te trouver un prénom.
Nous n'étions pas préparés.
Nous n'avions rien arrêté puisque nous étions censés avoir encore trois mois de réflexion.

Lucas, veut dire lumière. C'est ta grand-mère maternelle qui nous l'avait soufflé quelques jours plus tôt.
J'ai voulu rajouter **Raphaël**, pour que l'Archange veille sur toi.

Quand je t'ai pris dans mes bras ce matin pour te souhaiter ton anniversaire du haut de tes 1,76 m et tes 57 kg, j'étais bien collée contre toi.
Je t'ai enlacé dans un gros *free hug** avec tout mon amour. Et je me suis rappelée alors ce samedi d'il y a 19 ans. Je n'ai pas pu te serrer contre moi à ta naissance. J'ai entendu ton premier cri et le seul souvenir était cette fameuse photo. Seule pendant deux jours dans cet immense dortoir vide avec les pleurs des bébés de la nurserie d'à côté. ** étreinte libre*

Terriblement inquiète. Ma première grossesse.
Jeune maman sans bébé.
Je ne savais si tu allais vivre.
Notre rencontre trois jours plus tard.
Des inconnus.

Ce moment où te serrer dans mes bras m'a été enlevé. Je l'ai rêvé, espéré, attendu.

Profonde blessure de ma vie de femme et de mère. Nous avons été des étrangers durant ces années. En lutte. En révolte. En rébellion. Tu nous as reproché de préférer ton frère dans nos attitudes, comportements, et agissements. C'est probable mais sache que c'était inconscient. J'ai été sévère envers toi, et impatiente. J'ai puni probablement excessivement, et j'ai crié sur toi.

Tes problèmes de santé ont servi d'excuses pour cacher mon mal-être et ma relation non épanouie avec ton père. Nous nous sommes préoccupés exclusivement de ta santé veillant sur toi au quotidien et en te donnant de l'amour, peut-être pas comme tu l'aurais souhaité.

Je suis heureuse d'avoir pu rétablir un véritable lien entre nous deux depuis l'année dernière.

Je t'ai accepté et t'aime pour ce que tu es.

Aujourd'hui, je suis heureuse d'avoir deux beaux garçons, que j'aime tous les deux.

Vous avez chacun votre personnalité, vous êtes uniques et différents. Et j'ai une complicité avec chacun de vous. Vous m'emplissez d'amour et je suis très fière de vous deux.

Lucas, ce matin, tu m'as offert ce merveilleux cadeau de pouvoir te serrer contre moi.

En conscience, j'ai pu revivre ce moment qui m'a été volé il y a 19 ans !

J'ai apprécié cet instant précieux pour moi et qui était très réparateur.

Même si je l'ai trouvé trop court, c'était déjà énorme d'être resté dans mes bras et de m'avoir permis de vivre cela.

Je t'ai confié que je savourais cet instant magique que je n'avais pas pu faire à ta naissance et que ce que tu m'offrais était un beau cadeau. Et j'ai laissé parler mon cœur :

« Je te souhaite un joyeux anniversaire Lucas.
Je suis très contente que tu aies trouvé ta voie professionnelle et que tu t'y épanouisses.
Je suis fière de toi.
Tu es un beau garçon et tu pourras toujours compter sur moi, je serai là.
Je t'aime. »

Je te remercie de m'avoir permis de goûter à nouveau ce soir ce moment privilégié.

Je suis bouleversée favorablement par cette magnifique expérience que j'ai pu vivre aujourd'hui.

Encore une partie en moi qui vient de guérir.

Je mets ce moment magique dans mon cœur afin qu'il nourrisse d'amour, de douceur et de bienveillance chaque cellule de mon être profond.

Une bulle de bien-être supplémentaire.

J'ai su reconnaître que c'était un cadeau des dieux.

« Un grand merci à la plus jolie adorable des mamans ;
Pour qui être devenu ce que je suis, un garçon gentil, serviable et bien éduqué.
Sans ton éducation cela n'aurait pas été possible.
Un grand merci aussi pour ton investissement à la fête d'hier et pour avoir partagé un bon moment pour mon anniversaire.
Je t'aime très fort.
Ne change pas, je t'aime. »

Réponse :
« Merci mon fils pour ton magnifique texto qui me touche beaucoup et me confirme que tout ce que j'ai entrepris est juste même si cela remettait en cause le soi-disant équilibre familial. Je suis fière de toi. J'ai eu plaisir à partager ton anniversaire. Tes amis sont comme toi.

Je t'aime. J'ai confiance en toi. Tu as trouvé ta voie. Tu es sur le chemin pour devenir un homme beau, bien dans ses chaussures (de ville ou basket).

Ta maman (épanouie et comblée). »

20 ANS

« Tu as 20 ans !

Plus d'un an s'est écoulé depuis ce moment précieux de ton anniversaire.

Une année riche en évènements !

En août dernier, j'étais loin d'imaginer que les mois suivants allaient être aussi intenses, difficiles mais aussi magnifiques.

Le 7 septembre dernier, je t'ai donné un de mes reins. Une incroyable aventure qui m'a transformée.

Mon plus beau cadeau d'amour.

Cadeau à toi, mon fils que j'aime, pour te permettre de devenir un homme, cadeau à moi-même parce que ce cheminement est un chemin initiatique, un beau voyage intérieur, et une magnifique rencontre vers soi.

Je deviens de plus en plus authentique et vraie.

Je suis de plus en plus en accord avec moi-même.

Je soigne mes blessures afin de pouvoir tourner la page et avancer vers ma nouvelle vie que je suis en train de cocréer avec l'Univers en lui faisant mes demandes.

Cette greffe est un acte d'amour et de générosité.

Par cet engagement, je suis en train de découvrir qu'au fond de moi mon cœur rayonne d'amour.

Merci la Vie.

Les épreuves sont là pour nous faire grandir. »

21 ANS

« Mon fils,

Je te vois aujourd'hui. Tu es en parfaite santé et je te sens épanoui, bien dans tes baskets.

Tu es entré dans ta vie d'adulte et d'homme. Tu as des projets pour ta vie. Je te sens mature, équilibré et responsable.

Notre nouvelle rencontre ! Un nouveau départ.

Tu vas avoir vingt et un ans ! Âge de l'ancienne majorité. Âge d'après les psychologues où le cerveau a terminé sa croissance.

Je te vois devenir un homme, mon fils.

Je suis fière de toi et je suis honorée que tu m'aies choisi comme maman.

Prends soin de toi Fils,

Mère-Veilleuse je le serai toujours,

Ta vie t'appartient.

Va, coupe le cordon mon fils,

Prends ton envol,

Vis ta vie.

Je suis admirative de ta résilience.

Je t'aime,

Ta maman. »

« Je t'aime maman. Tu es la meilleure maman qu'un enfant puisse avoir et je suis fier que ce soit moi. »

À 22 ans, Lucas prend son envol pour vivre sa vie d'homme. Le cordon se coupe, il a trouvé un job Outre-Manche qui l'enthousiasme. Et « greffon » va très bien.

Don du greffé : poème

« Las, fatigué, énergie envolée,
Dans l'attente,
Stress, peur, anxiété
De la délivrance
Tel est l'état dans lequel j'étais,
Diplômé.
Prise de conscience d'une greffe programmée
Le 7 septembre, le moment est arrivé.
Je gravis les escaliers et rendis mon dossier
D'admission.
Avec expectation, je découvris mes quartiers
D'hospitalisation.
Dîner partagé, dernier moment de
Complicité.
Maman rendez-vous sur la table d'opération
Allongé,
À mon réveil, je la vis à mes côtés sur mon lit
Emprunté,
Retour dans ma chambre en tant que greffé
Soulagé,
S'en suivirent des contrôles réguliers d'infirmières
Qualifiées,
Prise de pouls, dosage et seringue
Ensanglantée,
Incapacité de bouger, plaie refermée,
Cicatrice.
Douleur lancinante, continue, dérangeante,
Sonde urinaire.
Reconnaissant et plein de gratitude envers celle qui m'a
Donné
Le plus beau cadeau que je vais honorer,
Un Don,
Celui du nouveau membre de la famille,
Greffon,
À qui je ne dois jamais donner du pamplemousse
Afin de ne pas être rejeté. »

Épilogue

Pentecôte 2018

Mon fils et moi allons merveilleusement bien. Ce geste de donneuse continue à me transformer de jour en jour. Je suis en excellente santé et je me sens dans de belles énergies. Je dirais même que je me sens encore mieux qu'avant l'opération.

Des projets plein la tête. Un enthousiasme communicatif. De la créativité sans limite. Et une joie qui s'installe dans mon quotidien.

Avec du recul, je m'aperçois qu'avoir fait le choix de donner un rein à mon fils a été à ce jour le plus beau choix de ma vie. Cela m'a appris ce qu'était un choix fait en toute conscience. Les choix nous donnent la liberté et créent des possibilités illimitées. Et « Choisir, c'est être libre ». (Claude Mailly)

Cette magnifique aventure a changé mon rapport à l'amour. J'ai pu rencontrer l'amour inconditionnel, cet amour qui vient d'un espace particulier, en dehors de nos blessures émotionnelles. Pour moi, l'amour inconditionnel n'est pas « Je t'aime et je n'attends rien en retour », mais plutôt « Je t'aime même si tu as fait des choses horribles ». C'est aimer différemment et voir l'autre plus grand qu'il n'est.

Donner en conscience, et par amour, m'a amenée à toucher ce qu'était l'être, notre soi véritable en dehors de notre ego, nos croyances et conditionnements. J'ai touché un espace d'accueil et d'amour infini envers moi-même. Je suis sur le chemin d'une rencontre avec moi-même, et ainsi me préparer à rencontrer l'autre depuis cet espace nourri d'amour.

Mon geste m'a permis de changer le lien d'amour avec mes enfants. Je les

aimais d'un endroit en souffrance, alors qu'aujourd'hui je me sens différente, nourrie et guérie intérieurement. C'est parce que cette greffe m'a permis de réparer la maman que j'étais, que j'ai pu connecter cet amour maternel qui ne venait pas d'un endroit blessé en moi. Et par le don, cette ouverture du cœur m'amène sur le beau chemin du pardon.

Cela pourra faire l'objet d'un prochain livre. L'expérience est d'abord de vivre pour pouvoir la raconter.

Cette greffe a été un véritable cadeau de la vie. Lorsque je regarde tous les changements positifs dans nos vies pour mon fils et moi, je recommencerais sans hésiter si cela était à refaire.

Remerciements

Merci à ma bonne étoile, merci à l'Univers, car à chaque fois que je me suis sentie mal, j'ai demandé et j'ai reçu de l'aide terrestre : des appels téléphoniques et des visites d'amis, des cadeaux, des fleurs, des heureuses nouvelles, des ressentis, des sensations de bien-être…

Merci à vous qui me lisez.

Merci à tous mes Amis de cœur.

Merci à ma « grande famille spirituelle » avec qui je suis en lien.

Merci à ma famille.

Merci à mes collègues et amis pour leur soutien.

Merci à l'équipe médicale.

Merci au papa, pour le soutien logistique et pour m'avoir donné cette opportunité que j'ai saisie.

Merci à mon fils pour cette complicité et cette aventure.

Merci à moi d'avoir su vivre en conscience cette belle expérience.

Merci à la musique de Levon Minassian et Armand Amar qui m'a inspirée durant toute l'écriture de ce récit.

Merci à tous mes amis et accompagnants qui m'ont soutenue et apporté leur aide dans la rédaction de ce livre et tout au long de ce parcours.

Philippe, mon grand ami et confident : merci à toi pour ta présence, ton écoute bienveillante, ta disponibilité et ton soutien tout au long de ces mois écoulés.

Merci à nous deux pour notre belle amitié de cœur.

Je reconnais que dans ce livre, je n'ai pas beaucoup parlé de mon deuxième enfant.

« Sache mon fils, que je t'aime autant que ton frère aîné, et que j'aurais entamé cette même démarche pour toi également. Merci aussi d'avoir été autonome dans ta scolarité et ton quotidien durant ces mois de préparation et pour lesquels je n'étais pas très présente pour toi. »

UNE PART DE SOI

SOMMAIRE :

Préface 9
Présentation 15
L'engagement **17**
La convalescence, des deuils à faire **71**
Lettres à mon fils 95
Don du greffé 102
Épilogue 103
Remerciements 105

Groupe CCEE,
Les Tuileries
49 rue Jeu de ballon
13 400 Aubagne
https://autres-talents.fr
Achevé d'imprimer en avril 2019
ISBN : 979-10-699-1911-2
Dépôt légal : avril 2019
Imprimé en U.E.