



CANCER ET CULPABILITÉ

L'effort incontournable !

Les maladies « lourdes » - dont le cancer fait partie - sont très souvent porteuses d'une charge de culpabilité, elle-même perçue comme une lourdeur supplémentaire. Ce n'est pas un hasard si la couverture du livre que j'ai écrit sur ce thème (*La culpabilité, l'émotion qui tue*) représente un homme essayant de s'envoler alors qu'il est attaché à un énorme boulet qui le plombe. Toute la problématique est résumée ainsi : comment retrouver la légèreté de la santé après être « tombé malade » ?

LA CULPABILITÉ, SES ORIGINES

La culpabilité est la première émotion vécue par Adam et Ève dans le texte de la Genèse. Elle est issue du « péché primordial », analyse un peu rapide de la conséquence d'avoir goûté au fruit de l'arbre de la connaissance du bien et du mal. On connaît la suite : Adam et Ève seront obligés de quitter le jardin d'Éden, de

descendre dans l'incarnation, et de vivre en travaillant à la sueur de son front pour l'un, et en accouchant dans la douleur pour l'autre. Évidemment, il faut faire une lecture symbolique de cet écrit pour en comprendre les fondements. Pour cela, commençons par ramener ce descriptif à notre vécu intime. Un petit détour par la symbolique de l'énergétique chinoise va nous y aider grandement.

Pour les chinois, le poumon est le siège de la partie la plus terrestre de l'âme, partie qui porte en elle la capacité de discerner le bien du mal. C'est d'ailleurs pour cela qu'on le représente souvent comme une balance qui permet de « peser » le pour du contre. Pour la Chine, c'est le mouvement du métal qui y est associé (l'élément air) dans les organes poumons - gros intestin, mouvement qui tombe du haut vers le bas comme un couperet, qui tranche et qui sépare (la guillotine). Un individu qui a un bon poumon est capable d'avoir un tranchant juste et efficace. Remar-

en respirant des substances sensées nous alléger (tabac, drogues). Nous consommons des antidépresseurs et des médicaments dits « de confort » en quantité. Nous recherchons des techniques qui permettent de se sentir moins plombés en fuyant les ressentis perturbateurs (relaxation, visualisation positive, hypnose, sophrologie, etc.). Nous revendiquons le droit à la dématérialisation tout azimut. De fait, ces organes étant la « cause » présumée de cette énergie de coupure/coupable, observons les pathologies qui s'y développent.

Eh oui, les cancers les plus fréquents sont sur ces zones-là : cancer du poumon, du sein, du gros intestin. De plus, on peut y ajouter un autre organe très « coupable », la zone sexuelle, avec les cancers de la prostate, de l'utérus, etc. Et si l'on y ajoute des pathologies réputées moins graves comme les maladies respiratoires, les gripes et autres virus, le compte est énorme ! C'est pour cette raison qu'il faut aller regarder quelle est cette couche de culpabilité qui sommeille là et qui se manifeste aussi brutalement à un moment donné.

LA CULPABILITÉ, SON FONCTIONNEMENT

Le mouvement de l'énergie du poumon, le métal, est une chute vers le bas qui sépare et qui tranche. Or, la culpabilité représente ce même mouvement, qui donne envie de disparaître sous terre. Elle connaît trois variantes :

- **la culpabilité biologique**, qui est issue d'une sensation de séparation, comme lors d'un divorce ou lors du décès d'un proche. Cette sensation nous fait croire qu'il y a un coupable et donc une dette à payer.
- **la culpabilité émotionnelle**, la honte, qui est issue d'une séparation de l'image que nous croyons devoir donner au monde. Il en est ainsi lorsque nous « perdons la face », que « les masques tombent », etc. Cette variante impacte surtout notre valeur et notre estime de soi. Lorsqu'elle est présente, nous ne nous aimons pas.
- **la culpabilité mentale** issue du jugement. La séparation est de ce point de vue illimitée puisque l'on peut se juger sur des actes commis, comme sur des actes que l'on pourrait avoir commis, ou sur des actes que l'on aurait dû faire (le péché par omission), etc. Cette variante oblige à se justifier ou à accuser les autres en permanence. Elle consomme beaucoup d'énergie inutilement !

Mais il existe d'autres phénomènes comme la pudeur, qui oblige à cacher les choses coupables (elle excelle sur la zone sexuelle) ou comme la culpabilité existentielle qui envahit toute les sphères de notre vie. Là, nous nous sentons littéralement coupables d'exister, comme si la vie sur terre était une punition globale. Nous retrouvons ici la notion de péché primordial que tout le monde expie sans savoir pourquoi.

Aussi, l'humain a développé plusieurs stratégies pour échapper à cette dictature. Les deux principales sont des mouvements énergétiques automatiques :

quons immédiatement que le texte de la Genèse parle d'un arbre de la connaissance, ce qui est la représentation symbolique d'un poumon inversé. L'un produit de l'oxygène en consommant du CO_2 , l'autre fait l'inverse. Il est probable que l'Occident et l'Orient parlent de la même chose, mais pas avec le même descriptif. L'Occident étant yang extraverti alors que l'Orient est plutôt yin introverti, les approches ne sont pas les mêmes. Par exemple, **dans la recherche des causes des maladies, la médecine chinoise décrira beaucoup de phénomènes internes (les nouures énergétiques - nœuds émotionnels - par exemple) alors que la médecine occidentale cherchera avant tout des facteurs externes comme des virus, bactéries, etc.** Les visions sont donc complémentaires. Toujours est-il que cette énergie qui tranche pose problème ! Elle est rarement bien acceptée.

La preuve en est que la sphère poumon - gros intestin est probablement le système qui connaît le plus d'addiction dans le monde. Nous cherchons à nous évader de la lourdeur de la matière

La culpabilité repose sur le jugement bien/mal que nous imaginons.

- **le mécanisme yang, qui consiste à projeter la culpabilité sur l'autre.** Il suffit de se déculpabiliser en trouvant un bouc émissaire, et ce simple mot suffit à expliquer pourquoi les humains ont toujours fait ces rites sacrificiels censés leur permettre de racheter les fautes qu'ils avaient commises envers les dieux. **Les médias raffolent de ce genre de situation car cela fait vendre.** Les foules se déplacent en nombre pour voir l'exécution des méchants. Pourquoi ? Parce que ceux qui restent vivants sont innocents, les coupables ayant payé pour les autres.
- **le mécanisme yin qui consiste à prendre la culpabilité sur soi.** La personne choisit alors de racheter sa faute. Pour cela, il suffit de payer, ou de se faire payer. Tomber malade est alors un bon moyen car tout le monde s'accorde à donner un statut d'innocence à quelqu'un de gravement malade. Lorsque nous souffrons, nous l'associons au fait de racheter notre dette, comme Adam et Ève lorsqu'ils quittent le jardin d'Éden. L'impasse, c'est de savoir quand la dette est payée ? Qui décide de cela, si ce n'est soi-même ? En effet, il n'y a pas de tribunal pour la culpabilité existentielle ou psycho-émotionnelle, ni de peines à effectuer...

CANCER ET CULPABILITÉ

Comment se manifeste le sentiment de culpabilité ? La culpabilité va provenir d'une perception de séparation, la fameuse coupure/coupable du couperet. La psychologie moderne a déjà pointé le lien entre les moments « séparateurs » et la naissance d'un sentiment de culpabilité (cf. la Gestalt). Il est fondamental de bien connaître cette liste des événements qui font naître des culpabilités existentielles, car ce sont eux qui agissent souvent en sourdine derrière beaucoup de maladies « inexplicables ». Il en est ainsi de :

- **la naissance.** C'est le moment où le bébé quitte le ventre maternel, assez durement en général. Nous y verrons le miroir d'être chassé du paradis perdu (le liquide du ventre est en général plus confort que la sortie dans le monde de la respiration). Cela va provoquer une culpabilité tenace entre la mère et l'enfant,

par le lien qui ne veut pas être coupé... Pourtant, de facto, le bébé est devenu autonome et il est bien « séparé » de sa génitrice. Hélas, nos schémas psycho-émotionnels ne l'entendent pas de cette oreille ! L'attachement à la mère cause fusion et confusion chez l'enfant, l'attachement au rôle de mère peut causer des problèmes sur les organes génitaux de la femme ;

- **le sevrage.** C'est la deuxième coupure coupable que va vivre le bébé et la mère. Là aussi, cette culpabilité est tenace car beaucoup de femmes se sentent obligées de continuer à nourrir leur *bébé*, même si ce dernier a maintenant plus de 20 ans. Les pathologies qui touchent les seins peuvent être rattachées à cette problématique non résolue, qui oblige à créer un lien virtuel alimentaire non biologique ;
- **la polarité.** C'est le moment où nous percevons la différence sexuée. Cette différence crée beaucoup de culpabilité (nous avons le sentiment d'être privé d'une moitié de la vie). Cette culpabilité est largement entretenue par le socio-culturel ambiant (religions, morale, sociétés, médias, etc.), et elle se manifeste non seulement par des maladies, mais aussi par des actes ritualisés de coupures que beaucoup de traditions ont instauré, comme la circoncision et l'excision. À chaque fois, on coupe une partie « coupable », la partie yin de l'homme (le prépuce) et la partie yang de la femme (le clitoris). Ces coupures-coupables sont même devenues des actes « médicaux » puisqu'il est maintenant possible de changer de « sexe » avec l'aide de la chirurgie. Les conséquences en terme de culpabilité/honte/jugement font des ravages ;
- **les deuils.** Le décès d'un proche est un autre moment susceptible de créer beaucoup de culpabilité, surtout si ce départ est brutal, mal préparé. Cette séparation devrait être pleurée par le poumon, ce qui permet de faire le deuil. Mais lorsqu'il reste des choses à régler, des contentieux, des regrets, des rancœurs, des dettes, le deuil ne se finit pas. Cela entretient la culpabilité qui peut alors, par le mécanisme des rackets émotionnels, se transformer en colère ou en ressassement. Évidemment, des maladies peuvent s'installer chez des personnes qui se font ainsi « payer » la culpabilité de la mort de l'autre ;
- **les déménagements.** Cela peut paraître anodin, mais ne l'est pas. Les déménagements sont souvent les causes du déclenchement de maladies qui apparaissent ainsi brutalement. Pourquoi ? Parce que **nous avons tous vécu un déménagement dont nous n'avons pas fait le deuil. C'est celui de l'incarnation !** En effet, avant de venir dans le ventre maternel, nos âmes ont quitté le monde vaporeux de l'esprit pour entrer dans le monde dense et solide du corps. Il semble bien que beaucoup d'âmes aient gardé la mémoire de cette séparation (cf. les fameuses addictions pour retrouver un peu d'air). Du coup, chaque changement de lieu d'habitation peut réactiver ce vieux trauma non digéré, ce deuil impossible à faire. D'ailleurs, une maladie grave comme **le cancer ne se pose-t-elle pas comme une « solution » qui permet de retourner au monde de l'esprit (la mort), tout en ayant un statut d'innocence ?** La victime « d'une longue maladie » n'est-elle pas présumée innocente ?

- **les divorces.** C'est une autre séparation très fréquente, où la culpabilité est beaucoup plus visible. Et pour cause : là, nous pouvons accuser l'autre pour s'innocenter. Qui est la cause de la coupure ? Si c'est l'autre, le mental peut s'en satisfaire et se déculpabiliser. Mais si cela nous raconte que c'est nous, alors, il faudra payer la faute, quitte à souffrir et à tomber malade ;
- **tomber malade.** Cette phrase exprime bien la coupure coupable. Il s'agit d'une chute, comme celle du paradis perdu. Si je tombe, est-ce parce que j'ai été puni ? Notre inconscient va l'analyser ainsi, surtout lorsque la maladie n'a pas d'explication rationnelle. « La nouvelle m'est tombée dessus, comme un coup de massue ». Souvent, les malades expriment ainsi leur désarroi devant cette punition inexplicable et injuste.

C'est pourquoi traiter la couche de culpabilité dans les cas de maladies graves semble relever du bon sens...

LA CULPABILITÉ, QUEL TRAITEMENT ?

Comme dit plus haut, le mécanisme de se déculpabiliser n'a pas d'effet positif à long terme, car projeter sur les autres sa propre culpabilité met beaucoup de conflits et de guerres dans notre environnement (à ce propos, notons que le corps médical et le système de santé font souvent l'office de boucs émissaires pratiques pour certains malades, mais en vain !).

En outre, se condamner à racheter une faute hypothétique est nuisible pour le corps, et peut mettre en danger notre survie, comme le cancer le montre bien. Et là aussi, c'est sans garantie.

Alors, comment faire ? Il faut commencer par rechercher LA cause. Je propose à ceux qui vivent une maladie de faire cette rapide introspection :

- repérer parmi les événements séparateurs notés ci-dessus si l'un ne se serait pas produit quelques mois-années avant l'apparition de la maladie (les cancers ne sont pas les seules maladies à posséder une couche de culpabilité) ;
- ajouter d'autres événements séparateurs à la liste, comme les licenciements, les pertes de choses chères, les idéaux qui s'effondrent, les grosses déceptions, etc. Car la liste des événements séparateurs est longue, et chacun peut les vivre de manière plus ou moins intense ;

Puis continuer l'introspection en cherchant :

- qu'est-ce qui m'impacte vraiment dans cet événement ? À ce stade, on peut soit travailler seul, par exemple en écrivant ce qui nous vient, soit en parler avec une personne possédant une bonne écoute dénuée de jugement (faute avouée est à moitié pardonnée) ;
- qu'est-ce que je dois racheter ou (me) faire payer ? Il s'agit de nommer la « faute présumée » afin de s'en dissocier. Il peut être intéressant de se faire accompagner dans ce genre de démarche par une personne spécialisée, car il n'est pas toujours facile de « voir » sa culpabilité.

Choisir d'assumer la culpabilité. C'est la phase la plus délicate, mais la plus efficace car « faute assumée est complètement pardonnée ». L'idée est d'assumer que ce pourrait être notre

culpabilité inconsciente qui soit l'une des causes de la maladie. Du moins, c'est une cause sur laquelle chacun peut agir en son for intérieur, et c'est ce qui compte.

Je propose plusieurs solutions ici :

- observer la culpabilité décelée ci-dessus sans complaisance. Il ne faut ni s'apitoyer, ni se blâmer. Simplement constater que le corps a obéi à un mécanisme cause-conséquence du type « Je m'en suis voulu, et je me suis fait payer ». Et si le corps a obéi à cette injonction inconsciente, il peut obéir à une autre injonction du type « Moi... je dis que cette dette ne m'intéresse plus, je me remets toutes mes dettes » (cette phrase équivaut à « je me pardonne »).
- voir si la séparation refusée ne cache pas en fait un cadeau. Souvent, nous restons bloqués sur un événement alors que la situation devenait ingérable. Il en est ainsi de certains licenciements, divorces, accidents, maladies qui nous obligent « à aller voir ailleurs ». Si nous voyons l'avantage de l'événement séparateur, alors la culpabilité diminue fortement rapidement, et la maladie aussi ;
- voir si poser un acte coupable est possible. Cette étape est souvent la plus efficace, et pour cause : elle fait disjoncter le mental qui a installé cette culpabilité. Il s'agit d'aller dans notre face sombre, celle que nous refusons justement d'accepter (le rôle de méchant par exemple).

Lorsque nous posons ce genre d'acte en pleine conscience, nous devenons enfin complets, associant notre face lumineuse à notre face sombre. Ainsi, nous ne sommes plus coupés ni coupables, juste mariés de soi à soi. Car la culpabilité repose entièrement sur le jugement bien/mal que nous imaginons. Et il semble bien que ce jugement soit le propre du mental/menteur de l'humain, car il est absent du reste de la Création. Au final, n'est-ce pas notre épreuve individuelle et collective à affronter ? En tout cas, la maladie semble nous y obliger...



GILLES GANDY

Formateur, auteur, fondateur de la médecine symbolique

🌐 <https://www.medecinesymbolique.com/>

🌐 <https://www.forum-ame.com/>



POUR ALLER PLUS LOIN :

Cécile Bour, *Mammo ou pas mammo ?*,
Thierry Souccar, 2021

