

THIERRY TRIBALAT

MONSIEUR,
J'AI UNE
MAUVAISE
NOUVELLE !

ÉDITIONS MAÏA

Découvrez notre catalogue sur :
<https://editions-maia.com>

Un grand merci à tous les participants de
euthena.com qui ont permis à ce livre de
voir le jour :

...

...

© Éditions Maïa

*Nos livres sont éthiques et durables : économes en papier et en
encre, ils sont conçus et imprimés en France.*

*Tous droits de traduction, de reproduction ou d'adaptation
interdits pour tous pays.*

ISBN 9791042534905

Dépôt légal : octobre 2026

Le décès de Charlie Dalin, le navigateur vainqueur du vent des globes en 2024-2025 m'a profondément touché. Son combat contre le cancer a été pour moi un exemple. Faire le tour du monde seul, sans escale, tout en suivant une chimiothérapie sur un bateau, nous invite tous à ne pas baisser les bras quand la maladie nous atteint. L'énergie qu'il m'a transmise est immense. Bon vent, Charlie ! Mon regard et mon affection se tournent aussi vers ceux que j'ai croisés et fréquentés lors de mon parcours de soins et qui vivent des situations bien plus graves et bien plus compliquées que la mienne. Leur avenir pouvant parfois être très sombre. Par ce livre, j'espère pouvoir leur donner un peu de réconfort, de joie et de partage. Rien n'est jamais perdu, la vie est plus forte que tout. Le cancer nous ramène à notre humanité profonde et aux questions essentielles qui traversent l'existence, notamment sur la mort, certes, mais surtout l'amour et la fraternité. Il faut donc savoir rester humble, faire preuve de modestie et de respect. C'est cette volonté, cette force que j'ai tenté de mobiliser pour vaincre mon cancer et que je tente de raconter dans cet ouvrage.

1. Le choc !

*Nous avons deux bras pour étreindre le monde
L'un par la connaissance et la raison
L'autre par l'intuition et l'émotion.
L'un vient à manquer et tout s'effondre*

« Monsieur, j'ai une mauvaise nouvelle ! »

20 janvier 2025

Il y a parfois dans l'existence des moments que l'on ne souhaiterait pas vivre. Malheureusement, sans crier gare, ils s'imposent à vous, leurs effets, soudains, massifs, tombent comme un couperet et, tout à coup, plus rien ne sera comme avant... Vous êtes heureux, insouciants ; vous riez avec les uns et les autres, avec vos enfants, avec votre compagne ; vous refaites le monde avec vos amis, dans des échanges infinis sur l'écologie, la politique, le sport, l'art, la bêtise sans limite de certains dirigeants... Et vlan !

Il est dix-huit heures, nous sommes le vingt janvier 2025, je suis seul, en tenue opératoire, assis dans un long couloir, en attente du compte-rendu de ma coloscopie. S'avance le gastro-entérologue. Debout, face à moi, dans le blanc des yeux et sans fioritures, il me dit :

— Monsieur, j'ai une mauvaise nouvelle, vous avez une tumeur cancéreuse dans le rectum. Vous voyez les hémorroïdes, ce sont des conneries ! Vos saignements n'ont rien à voir avec ça. Maintenant, on va embrayer, ma secrétaire vous donnera la suite des examens à faire, les lieux, les dates.

Je me sens comme mon chat quand je le gronde, le regard vers le haut, planté dans le sien alors que mon dos s'affaisse, s'arrondit et m'abandonne.

Il me donne sans explications les images immondes de cette tumeur, disposées en vrac sur un papier, accompagnées d'un schéma vaguement explicatif et de flèches maladroitement dessinées au stylo-bille rouge visant à préciser où elle se trouve.

Puis il s'en va. Désarmé, je tente de l'interpeller.

— Pardon, docteur, mais qu'en est-il de mes perspectives dans tout ça ?

— 80-90 % de réussite ! me répondit-il en s'éloignant sans se retourner. Ma secrétaire vous contactera.

Face à cette violence verbale, je reste seul, abasourdi. Je fais quelques pas et je cherche ma chambre. Vient peu après à mes côtés un infirmier silencieux qui ne me posera qu'une seule question.

— C'est sérieux, monsieur ?

— Oui, ce n'est pas bon du tout !

Je suis face à la porte, le corps et l'esprit vidés, je l'ouvre fébrilement. Anne, ma conjointe, qui a entendu ma réponse, est là, face à moi, inquiète, elle voit dans mes yeux que les nouvelles ne sont effectivement pas bonnes. Ce choc traumatique, je ne m'en remettrai que le lendemain matin, en pleurant dans ses bras et en libérant en quelques secondes les tensions accumulées en moi depuis la veille.

Que dire ? C'est une sidération totale. Rien n'affleure, pas de colère, pas de tristesse, seulement du mutisme. Je ne parle plus, je n'ai pas dormi de la nuit, je suis sans émotion, sans pensées, vide de toute sensation. En deux minutes, ce gastro-entérologue m'a détruit ! En quelques instants, j'ai été fracassé par un bus, un camion, un rocher dévalant la montagne. Je n'ai rien vu venir.

Et c'est maintenant à soixante-douze ans qu'il va falloir se reconstruire. Une porte s'ouvre, un tunnel s'offre à moi et je ne sais si je vais vers l'ombre ou la lumière.

L'incompréhension

J'ai toujours été un bon patient, effectuant les contrôles que les médecins me prescrivaient. Jusqu'à présent, les tests colorectaux étaient négatifs et la dernière coloscopie, vieille de dix ans, n'avait laissé apparaître à l'époque aucun signe inquiétant. Le courrier qui accompagnait ce précédent résultat me proposait la suivante dans dix ans, à savoir aujourd'hui, ce qui, à sa lecture, avait d'ailleurs fait bondir mon « copain » gastro-entérologue.

— Une coloscopie, c'est tous les cinq ans !

Avant cette nouvelle coloscopie qui révélera mon cancer, je n'avais aucun symptôme significatif, pas d'anémie, pas de douleurs ou de gênes particulières. Je venais d'effectuer le test habituel qu'on nous envoie tous les deux ans. « Je suis allé chier », comme dit la publicité. Jusqu'à présent, il était toujours négatif. Les résultats reviennent aujourd'hui, une fois encore par la poste. Au sein d'une enveloppe toute simple, que l'on ouvre avec une petite inquiétude, figure un document, où est écrite la conclusion. Cette fois-ci, en majuscule, je lis : POSITIF.

Je vais rapidement voir mon médecin traitant. C'est un ami en qui je place toute ma confiance, au-delà de l'amitié que je lui porte.

— Ne t'inquiète pas, me dit-il, cela ne signifie pas nécessairement qu'il y a un problème sérieux.

Puis il poursuit :

— Mais tu n'échappes pas à la coloscopie. Il te faut prendre rendez-vous chez un spécialiste. En attendant, on fait une analyse de sang et un scanner.

Il me conseille ce charmant « coloscopeur », que je ne connais pas et avec lequel je prends rendez-vous. Il le sait très compétent, mais se garde bien de me dire qu'il est imbuvable.

Je me suis rendu à la coloscopie, une fois celle-ci programmée, la fleur au fusil, empreint d'une naïveté confondante. L'analyse de sang était bonne, le scanner, quant à lui, laissait planer une incertitude, un léger épaissement avait été observé, mais sans être alarmant à mes yeux. Sauf pour mon médecin, qui, bien qu'inquiet sur la suite des examens, n'a pas voulu me dire ce qu'il supputait. Dans le doute, on s'abstient le temps d'en savoir plus. C'est ce qu'il m'expliquera plus tard. Mais bien souvent, en médecine,

« quand il y a un doute, il n’y a pas de doute », me dira un jour l’oncologue.

Comment comprendre qu’en ne cochant aucune case prédisposant au développement d’un cancer, on puisse se retrouver à devoir l’affronter ? Ancien athlète de niveau national et soucieux de ma santé, je ne fume pas, je bois très peu, je mange sainement et je fais de l’activité physique tous les jours. Je ne suis pas en surpoids. Selon toute vraisemblance, je n’ai pas hérité de prédispositions génétiques. De plus, j’ai toujours effectué les contrôles médicaux préconisés et ils étaient jusqu’à présent négatifs... En quarante ans, j’ai dû mettre les pieds une fois dans un Mac Do et je n’ai quasiment jamais bu de Coca-Cola, nous mangeons plutôt bio... Bref, que dire ? Le hasard, la faute à pas de chance, le jeu vieillissant des cellules ? Allez savoir ! Je pencherais plutôt pour la détérioration, la pollution de notre environnement et son impact sur l’organisme, mon organisme, mais comment le prouver ? Vous achetez de belles fraises européennes et le magazine sur la santé de France 5 vous dit :

— Après analyse, nous avons détecté trois produits cancérogènes sur les fraises espagnoles, deux sur les Belges et un sur les Françaises ! Allez manger des fraises après ça !

De la même façon, on vous conseille de ne pas boire l’eau du robinet et, dans le même temps, on découvre des microplastiques cancérogènes dans les bouteilles d’eau de source elles-mêmes en plastique. Une étude américaine de 2019, parue dans la revue *Le Nouvel Obs*, a montré qu’une personne ingérait chaque année l’équivalent de cinquante sacs en plastique.¹ Que prendre pour s’hydrater, du whisky ? Ne buvant que de l’eau de source bien de chez nous depuis quarante ans, je me suis donc pollué sans le savoir aux microplastiques. Où sont nos bonnes vieilles bouteilles en verre, consignées, réutilisables ? Elles ont disparu avec les années yéyé.

Dans ce monde chaotique, il y a ceux qui s’exposent, les fumeurs, les mal-bouffeurs, les buveurs... Et ceux qui sont exposés, aux pesticides, aux polluants de toutes sortes, qui n’ont rien demandé à personne, mais que l’on a, à leur insu, consciencieusement détruits à coups de cadmium, de carbone ou de glyphosate. Je fais partie de cette tribu.

1 Revue *Environnemental science and technology*. Un Américain moyen ingérerait entre 74 000 et 121 000 microparticules de plastique par an via l’air respirée, l’eau et son alimentation.