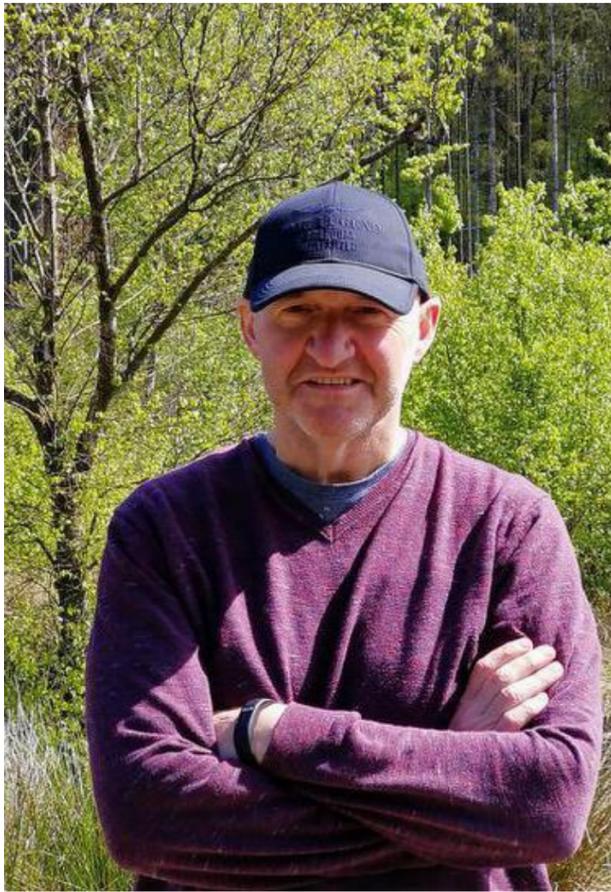


LIBRAMONT

La leçon de vie de Philippe un cancer du cerveau

L'ancien vice-président de l'UCM Luxembourg, Philippe Ledent, 53 ans, de Neuvillers, a un cancer au cerveau. Il y a 14 mois, on lui apprenait qu'il lui restait 1 à 7 ans à vivre. Une épreuve qu'il aborde avec beaucoup de sagesse et de spiritualité.



La vie de Philippe Ledent a changé le 5 novembre 2020. © D.R.

Philippe Ledent
ancien vice-président de l'UCM

Philippe Ledent, vous étiez, entre autres, vice-président de l'UCM Lux. Votre vie, c'était déplacements, réunions, inaugurations, représentations, interviews dans les médias, des projets, toujours plus de projets. Un homme pressé, pourrait-on écrire ?

Pendant 30 ans, j'ai vécu avant tout pour mon travail. Jusqu'à ce que la maladie — un cancer du cerveau — m'oblige à m'arrêter et à re-hiérarchiser mes priorités. Professionnellement, j'ai toujours voulu être « visible », des médias, des entrepreneurs... A 50 ans, je partageais mon temps entre cinq ou six activités professionnelles ! Je faisais toujours plus. En 2020, j'avais également pris en charge des cours dans une Haute École à Namur. C'était énormément de temps, en amont et en « présentiel ». C'était aussi un stress toujours grandissant. Pendant toutes ces années, j'ai relégué au second plan ma vie privée. Quand j'analyse tout cela, j'étais parti beaucoup trop souvent le soir. Pour rien.

Puis le corps a lâché. Comment cela s'est-il manifesté ?

Les premiers symptômes sont apparus en janvier 2020, sans que j'y prête attention. J'ai senti un petit moment de bégaiement lors d'une présentation. Mon médecin l'a attribué à un excès de stress. Le diagnostic a ensuite évolué vers celui de burnout. J'ai dû arrêter mes activités professionnelles en juillet 2020, d'abord

appris le diagnostic ?

Dans ma tête, tout a changé à partir du 5 novembre 2020, une fois le diagnostic posé. Dans un premier temps, je n'ai pas eu trop le temps de penser à la maladie, tellement tout s'enchaînait : examens, opérations (3 en 1 mois), puis radiothérapie et chimiothérapie, avec ce qu'elles génèrent de fatigue et autres inconvénients...

Quel est alors le pronostic vital ?

Le glioblastome dont je suis atteint souffre malheureusement d'un pronostic assez sombre puisque le taux de survie à cinq ans est inférieur à 10 %. De 2 % au-delà de sept ans. Puis, les récurrences sont fréquentes... Je serai peut-être mort dans deux ans. Mon médecin ne veut pas que je pense à ces statistiques. Je veux croire dans mes chances de guérison et faire partie de ces 2 %. Et pourquoi pas ? Mais je pense jour par jour...

Comment vit-on avec cela ?

Vivre avec, c'est avant tout prendre le temps de se soigner, prendre soin de soi : le corps mais aussi l'esprit, un peu de sport et beaucoup de marche, une bonne alimentation et zéro alcool, un suivi psychologique et logopédique, du yoga... La méditation a pris une place nouvelle dans ma

« Quand on réalise que la vie touche à sa fin et qu'on jette un regard sur son existence, on constate combien de rêves n'ont pas été réalisés. »

vie. Puis je me fixe des défis, seul ou avec mes enfants. L'été dernier, c'était celui de prendre de vraies vacances ensemble, à l'étranger. J'ai la chance d'être entouré de façon exceptionnelle. Pour le moment, je marche 5 km par jour, mais en deux fois. J'aimerais arriver à le faire d'une traite.

Et votre moral ?

Certains jours ça va, et d'autres moins. Je suis très bien entouré par ma famille, ma compagne et amie, la mère de mes enfants qui est infirmière et habite tout près de chez moi, par des proches comme mes parents et mes sœurs. J'ai beaucoup de chance. Comme je ne conduis plus, ma famille est très disponible à m'amener à tous mes rendez-vous. J'ai aussi un médecin qui m'aide beaucoup à traverser les moments difficiles. Aujourd'hui, je vis l'instant présent ; je ne sais pas jusque où j'irai... Je me redis souvent un proverbe africain : « Lorsque tu ne sais pas où tu vas, regarde d'où tu viens ». Ou en cette période, Nouvel An, Nouvel élan...

Vous êtes vite fatigué ?

Comme pour cette interview, par exemple, il vaut mieux que cela se fasse le matin. Le soir, c'est plus difficile de parler.

Alors que vous ne saviez plus

parler il y a un an, vous pouvez maintenant tenir une conversation. Même si, par exemple, quand vous voulez dire hôpital, vous prononcez d'abord « opéra » et « hôtel ». Un sacré travail de logopédie !

Oui, j'ai fait de grands progrès, mais je fatigue vite. Et plus les heures de la journée passent, plus c'est difficile de trouver les mots.

Votre entourage, très précieux, vous a permis de faire face à une autre tuile...

Oui. Alors que ma convalescence suivait lentement son cours, j'ai été confronté dès la fin janvier 2021 à un nouveau problème : une crise d'épilepsie. Lorsque la tumeur se développe à la surface du cerveau, elle peut perturber l'activité des neurones et déclen-

cher ces crises. Les crises d'épilepsie se sont enchaînées. Je dois être vigilant et écouter les signaux d'alerte que me lance mon corps afin de les éviter autant que possible.

Cela ressemble à quoi vos crises d'épilepsie ?

C'est comparable à des décharges électriques ou des courts-circuits entre neurones. Elles sont imprévisibles et généralement brèves. Celle de janvier 2020 a été très lourde ! Je suis resté cinq jours à l'hôpital. Les médicaments aident. Le médecin est très réactif, mais parfois sa présence n'est pas requise. Il arrive que les crises me laissent quelque répit : parfois jusqu'à un mois. Ici aussi, il faut apprendre à vivre avec, les gérer, voire les anticiper.

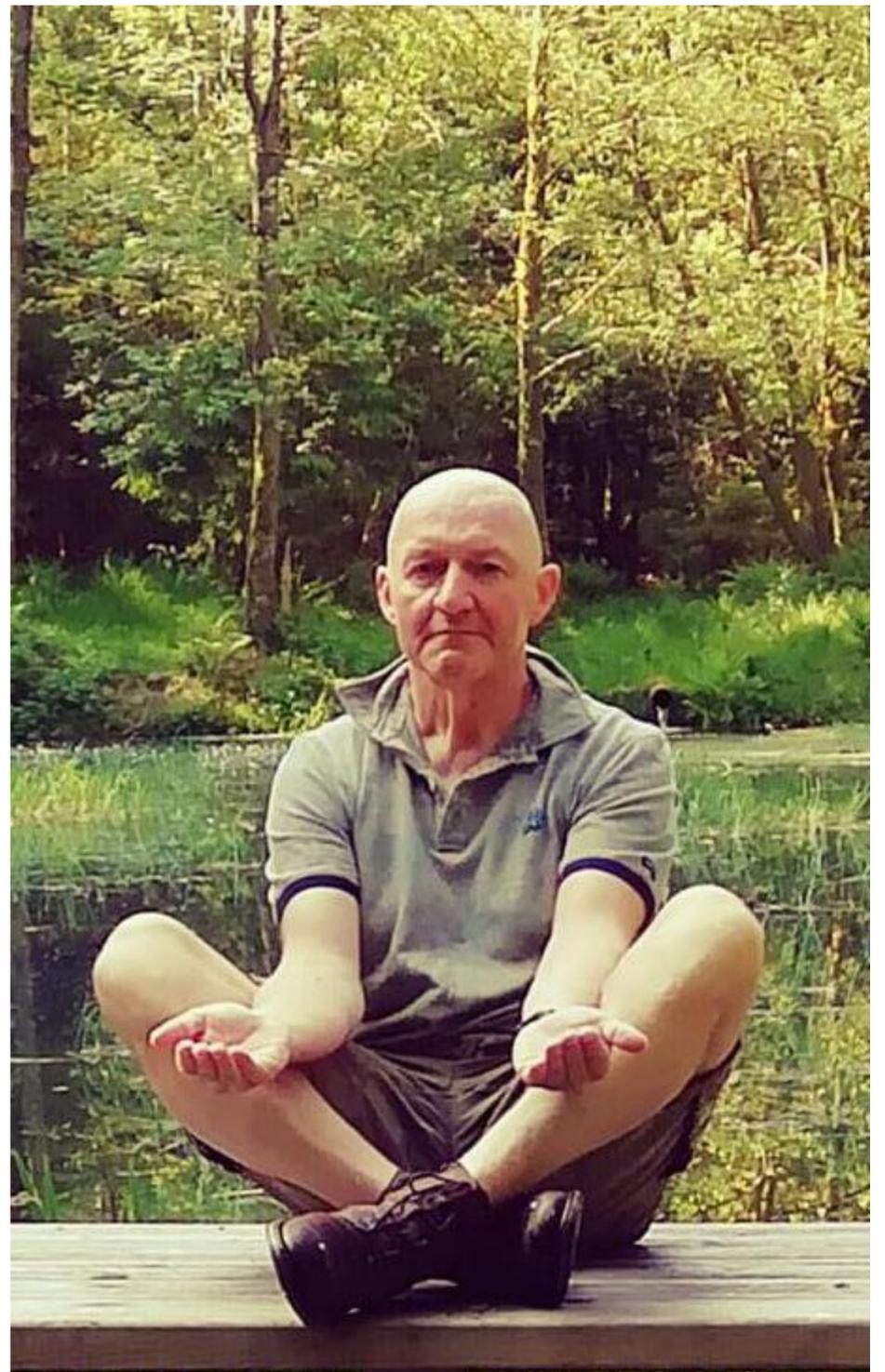
Vous ne pouvez plus vivre seul

à cause de ces crises qui menacent à tout instant ?

La journée, ça va. Mais des proches se relaient chaque nuit pour ne pas me laisser seul. J'ai trouvé un appareil à placer au bras, qui alerte les personnes qui me gardent. En cas de malaise, cela peut être très utile.

Est-ce que vous vous êtes penché sur la manière dont vous viviez avant, avec peut-être des regrets ?

Mon plus grand regret, si je devais mourir demain ? Je me pose cette question chaque jour depuis novembre... Et c'est ce qui m'a motivé à ne jamais abandonner en chemin. J'ai recueilli dans mes lectures quelques regrets « universels » qui méritent une vérité qui devrait nous inspirer, chacun, à vivre sa vie comme si on devait mourir demain...

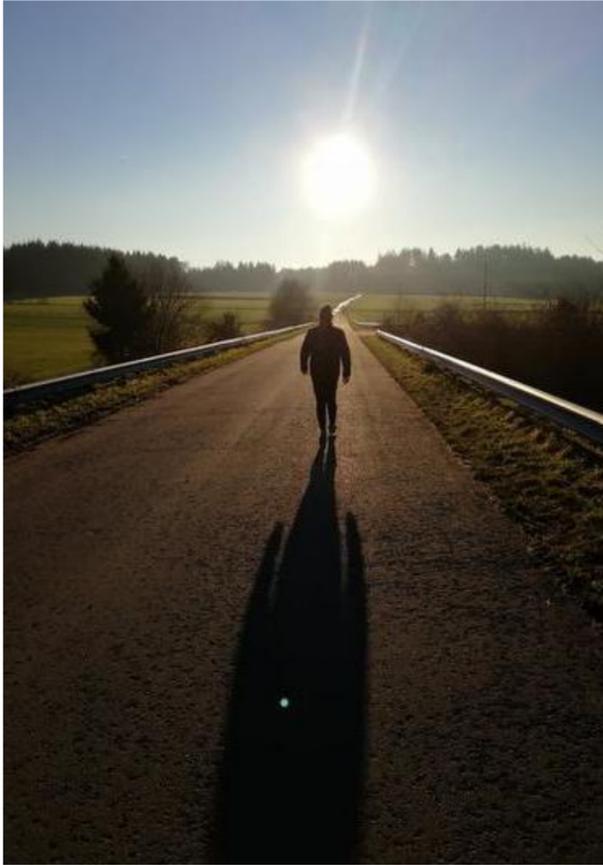


La méditation et le yoga ont pris une place nouvelle dans sa vie. © D.R.

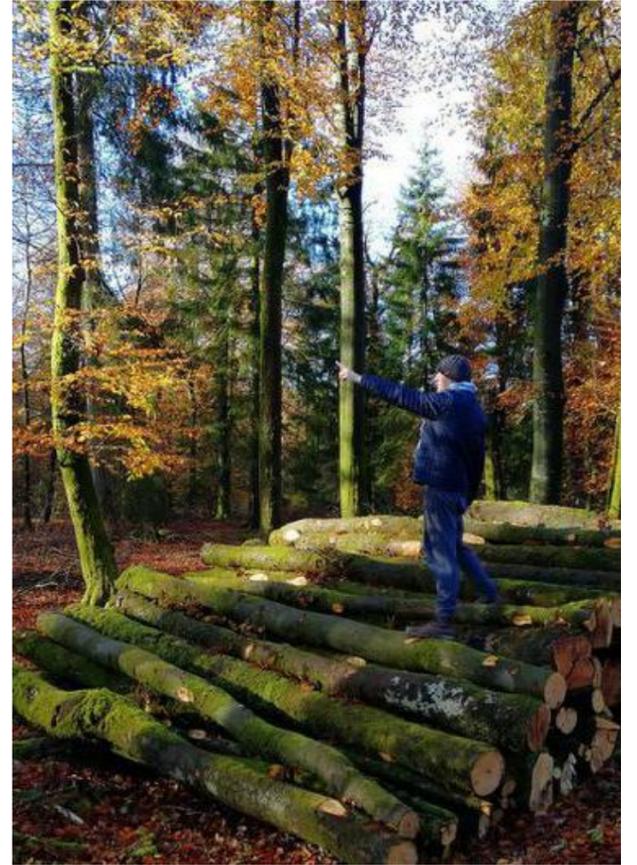
Ledent, condamné suite à



Vivre avec le cancer, c'est prendre aussi soin de son corps. © D.R.



Son souhait pour la nouvelle année ? Oser être soi-même. © D.R.



Philippe ne veut pas s'apitoyer sur son sort, il veut être positif. © D.R.

Dans ce cadre, vous dites qu'avec le recul vous auriez aimé vivre votre vie et pas celle des autres. C'est l'impression que vous avez de votre vie ?

Mon premier regret est que j'aurais voulu avoir le courage de vivre une vie à mon image, plutôt que la vie que les autres attendaient de moi. Quand on réalise que la vie touche à sa fin et qu'on jette un regard sur son existence, comme tout le monde sans doute, on constate combien de rêves n'ont pas été réalisés.

On n'a pas réalisé la moitié de ses rêves et on doit mourir en ayant conscience que cela est dû aux choix qu'on a faits. Ou pas. Nous devenons souvent le fruit des désirs des autres : de nos amours, de nos parents, de nos amis, de nos collègues... Nous voulons être aimés, à tel point que nous en oublions nos propres aspirations, et nos besoins les plus essentiels. Pensant, à tort, que le regard des autres détermine notre valeur, j'ai souvent agi en fonction d'eux... pour faire plaisir, pour mériter l'amour, pour exister. On s'aperçoit bien tard que

toute cette comédie n'avait aucun sens et ne nous a pas rendus heureux.

Du film "Fight Club", je retiens cette phrase : "Nous achetons des choses dont nous n'avons pas besoin avec de l'argent que nous n'avons pas pour impressionner des gens que nous n'aimons pas."

On sent qu'avec cette épreuve, vous savorez être davantage présent avec votre famille, amis...

Et surtout passer plus de temps avec mes enfants. J'aurais dû être beaucoup plus déconnecté, partager plus d'activités avec chacun d'eux, voire ensemble, passer du temps avec mes proches et amis : invitations, rencontres improvisées... Maintenant, j'ai envie de dire à tous mes proches que je les aime. J'ai envie de leur dire merci simplement pour leur exprimer mon amitié. On a tous envie d'entendre qu'on a compté pour quelqu'un. Cela renforce les liens. Et pour ceux qui ne s'expriment pas en retour, c'est un problème qui leur appartient. Je

ne le prends pas pour moi.

Vous auriez aimé davantage exprimer vos sentiments ?

En y réfléchissant, je trouve qu'il faut exprimer ce qu'on ressent. Dire ce qui me fait du mal. En amitié, en couple ou au boulot... On ose rarement dire ce qu'on pense. Et on encaisse, jus-

« Je serai peut-être mort dans deux ans. Mon médecin ne veut pas que je pense à ces statistiques. Je veux croire dans mes chances de guérison et faire partie de ces 2 % »

qu'à se créer toutes sortes de maux et maladies. Il est important d'être honnête avec soi-même et de dire quand on se sent blessé.

Cela ne changera peut-être pas le comportement de l'autre, mais cela vous permet de vous respecter, puis de bien choisir votre entourage en conséquence.

On voit dans vos publications sur les réseaux sociaux, une certaine philosophie qui se dégage de votre combat.

Un peu comme si vous découvriez une sorte d'apprentissage au bonheur ?

Lorsque je regarde en arrière, j'aurais voulu m'autoriser à être plus heureux. Être heureux, c'est avant tout un état d'esprit. Cela à peu à voir avec notre condition extérieure ou notre situation.

Quoi qu'il arrive, j'ai toujours le choix : de m'apitoyer sur mon sort ou d'en tirer un enseignement positif. Car la vie est faite d'épreuves, pour tout le monde. Personne n'y échappe. Le bonheur se trouve dans la liberté. Pour moi, la liberté, c'est oser être soi-même et vivre ses rêves. Même si cela peut sembler ridicule aux yeux des autres... Si je reste fidèle à moi-même et que les autres m'en veulent, je comprends alors qui sont ceux qui m'aiment vraiment.

Pour être heureux, il faut savoir sortir de sa zone de confort. Les plus grands obstacles au bonheur, ce sont les vieilles habi-

tudes et le confort. Je veux abandonner l'idée d'une carrière toute tracée pour vivre mes rêves.

Vous vous accrochez beaucoup à tout ce qui peut être source de bonheur, comme ce petit jeu de cartes que vous affectionnez tant...

Il s'agit d'un jeu de cartes avec des phrases positives. Avec chaque personne qui vient ici, on tire des cartes et on philosophe autour du contenu des phrases qu'elles présentent. J'aime beaucoup cela et cela m'inspire pour le reste de la journée.

À refaire, vous auriez moins travaillé ?

Oh oui. J'aurais dû travailler moins. Ne pas mélanger quantité et qualité. Et à l'avenir, soit je ne travaille plus pour des raisons claires de santé, soit ça peut repartir progressivement... A titre personnel, je suis pour travailler mais autrement !

Comment vous projetez-vous dans le monde du travail,

si la vie vous le permet à nouveau ?

J'imaginerais pouvoir travailler de chez moi à mon rythme, prendre des vacances quand je veux et avec qui je veux, avoir un impact positif sur la vie des autres, me sentir utile grâce à mon vécu et mes talents. Avec au cœur de ce bonheur, mes proches directs.

Votre vœux pour 2022 ?

Oser être moi-même. Même si cela ne répond pas aux normes familiales ou sociales. C'est le choix que je veux faire en 2022 pour explorer tout mon potentiel et vivre une vie plus libre.

Et me lancer dans ce qui me fera vibrer, notamment dans l'accompagnement d'entreprises que j'ai initiées ou dans l'écriture d'articles pour des revues spécialisées. En suivant ce qui me passionne, tout prendra son sens naturellement.

Quand a lieu votre prochain contrôle pour votre tumeur ?

Fin janvier. Je dois vous dire que j'ai foi en l'univers. ■

ANNE-SOPHIE GÉROUILLE



« Un regret ? Oh oui. J'aurais dû travailler moins. Ne pas mélanger quantité et qualité », explique Philippe Ledent. © D.R.

ACHÈTE CHER ET JUSTE !

Manteaux de fourrure :

vison, astrakan, renard.

Argenterie :

couverts et pièces de forme.

Armes anciennes :

fusil, pistolet, épée, sabre.

Montres gousset /bracelet.

Instrument de musique :

piano, violon, saxo.

Livres anciens :

dictionnaire, missel...

Machines à coudre et poste de radio.

Meubles et objets anciens :

pendule, tableau, sculpture,

luminaire, miroir...

Objets asiatiques, vase Jade.

Bijoux or, argent, fantaisie ...

Pièces de monnaies anciennes.

Cuivre et étain.



MAISON ALEXIS : 0489 / 84 83 23