

« Ma deuxième naissance, ce n'est pas facile mais j'y arrive... »

1. Pouvez-vous vous présenter ?

Je suis Gilles. J'ai 56 ans.

J'étais inspecteur divisionnaire à la sûreté de l'Etat pendant presque 30 ans.

Je m'occupais de la protection des chefs d'Etat et des ambassadeurs.

J'ai 3 enfants que j'aime : deux garçons de 28 et 25 ans et une fille de 11 ans.

J'ai eu un AVC il y a 3 ans.

2. Pouvez-vous nous expliquer votre parcours depuis l'AVC ?

La nuit de mon AVC, toute ma vie s'est effondrée.

Au début, j'étais dans une chaise roulante. On aurait dit que j'étais un autre homme, à côté de moi, comme un fantôme. C'était comme si j'avais perdu mon cerveau, mon esprit, mon âme.

J'ai dû tout réapprendre : savoir comment fonctionne un rasoir, marcher, parler, me souvenir des noms de mes proches.

Pendant 2 ans, je n'avais pas conscience de mes difficultés.

Très lentement, mon cerveau s'est enclenché et les thérapeutes m'ont mis devant mes difficultés.

A La Braise, chaque jour, je voyais la dure réalité en face de moi. Je prenais conscience de qui je suis devenu. J'en ai pleuré. J'étais muet et je ne comprenais rien. C'était l'enfer.

Il a fallu un an à La Braise pour que je voie ma réalité, mes difficultés et que j'apprenne à vivre avec tous les jours et à les compenser. La Braise est un tremplin. Je retrouve mon cerveau, mon esprit, mon âme.

3. Quelles difficultés éprouvez-vous encore aujourd'hui ?

Je suis aphasique, j'ai des difficultés pour m'exprimer.

J'ai une surdité verbale. J'entends qu'on me parle mais je ne comprends pas bien par oral. Quand on m'écrit les choses, je comprends bien mieux.

C'est très difficile quand il y a trop de monde en même temps.

Quand on me dit les chiffres, les jours et les lieux, je m'embrouille. Je comprends 30%. Si on les écrit, ça va à 100 %. Au téléphone, ça ne va pas. Il faut m'envoyer des sms ou des mails, alors je comprends.

Je ressens une fatigue plus importante. Je dois recharger mes batteries plus souvent. Je dois faire une sieste et je dois adapter mes activités : ne pas trop faire le même jour, etc. Tout me demande beaucoup d'effort (parler, comprendre, etc.) et ça me fatigue. Si je suis fatigué, je comprends encore moins... Alors, c'est sans moi !

Toute la vie et l'univers vont trop vite... Tout devrait ralentir pour moi ! Certaines personnes ont la volonté de ralentir mais pas tout le monde.

Je suis frustré parce que je voudrais toujours redevenir comme avant mais je sais que ce n'est pas possible. Avant, j'étais très en colère et je ne pouvais pas l'exprimer mais maintenant ça va mieux...

Je dois vivre avec toutes ces difficultés tous les jours ! Je me lève chaque matin et debout, j'affronte l'évidence en souriant.

4. Pouvez-vous nous donner quelques exemples de difficultés dans votre vie quotidienne ?

Quand quelqu'un me touchait dans les transports en commun, quand il y avait beaucoup de monde, je m'énervais tout de suite. Je voulais le mettre en mille morceaux. Maintenant, je me contrôle plus mais ça reste difficile.

Quand quelqu'un me parle dans la rue, j'ai l'air tout à fait normal mais je ne sais pas répondre. Il se demande pourquoi, si je suis flamand, si je ne comprends pas ou si je suis bête. Au début, je ne savais pas réagir. Maintenant, je réponds « je ne sais pas ».

Chaque fois que quelqu'un me parle sans que ce soit prévu, je ne sais pas réagir. Par exemple, je rate les occasions de parler avec les belles femmes !

Quand je vois des anciens collègues, ils me disent « tu es guéri ! », « tu peux revenir travailler, tout va bien ». Je voudrais y aller mais ce n'est pas possible. Je sais maintenant que je ne suis pas guéri ! Ils insistent et c'est difficile à vivre pour moi. Ça met le doute dans ma tête, est-ce que je pourrais ? Encore maintenant, je réponds « non », puis « oui », puis « non », etc. Ils veulent m'encourager mais pour moi c'est encore plus difficile. Ils me disent que je pourrais classer des documents mais c'est difficile à accepter C'est une grande chute sur l'échelle professionnelle. Et en plus, je sais bien que je ne tiendrais qu'une demi-heure. Ça me fait mal...

Mes fils connaissent mes difficultés mais ils n'y pensent pas toujours. Par exemple, ils m'emmènent dans un restaurant trop bruyant... ça ne va pas pour moi. On a dû trouver un autre lieu calme où on a pu se parler et passer un bon moment avec mes enfants...

5. Qu'est-ce qui vous aide dans la vie quotidienne ?

J'explique mes difficultés à tout le monde, ma famille, mes amis, mes relations amoureuses, les inconnus.

J'ai une petite carte « aphasique » qui explique mes difficultés et je peux aussi montrer des explications dans ma tablette.

J'explique aussi aux autres comment ils peuvent m'aider : parler lentement, écrire ce qu'ils disent, etc.

Grâce à ça, les amis qui s'adaptent sont de plus en plus nombreux.

De plus en plus de personnes sont aimables avec moi !

Grâce à ma tablette, mon GSM, mon carnet et mon bic, je peux me débrouiller pour m'exprimer, communiquer avec mes proches. C'est chaque fois une victoire !

J'ai pris l'habitude de préparer mes rendez-vous chez le médecin, à la banque, etc.

Je mets les messages dans la tablette.

Même pour une question, je préfère l'enregistrer dans ma tablette...

Par exemple, quand j'oublie mon chapeau quelque part...

6. Dans le titre, vous parlez de deuxième naissance... Qu'est-ce qui donne du sens à votre vie maintenant ?

Mes enfants... J'essaie de m'occuper d'eux. Ils ont redécouvert un humain, un super papa !

Je fais de la méditation. Ça m'aide à être zen à l'intérieur de moi !

Je cours 4 fois par semaine, et parfois avec des autres personnes. Je libère mon esprit.

J'écris sur ce que je vois, avec des fautes, mais c'est MOI !

Je lis lentement des livres sur l'homme, sur le bien-être et j'adore ça.

Avec le temps, je vais encore trouver plein d'autres projets : pourquoi pas faire des photos, etc.

7. Qu'avez-vous envie de dire pour terminer ?

La lutte continue, chaque jour.

Le combat ne se fait plus avec les poings mais avec les mains ouvertes.

J'ai un handicap invisible mais les yeux et le cœur ouverts.

Je dis OUI à la Vie !

Gilles

12 Décembre 2014