

Propos introductifs

Je m'appelle Lucie Wetchoko. Médecin depuis 25 ans, je suis passionnée par la nutrition. J'exerce dans mon cabinet de consultation à Wezembeek-Oppem près de Bruxelles.

Je suis devenue médecin parce que j'ai été une enfant puis une jeune femme malade. J'ai voulu me soigner et comprendre ce qui m'arrivait, ce que personne ne parvenait à comprendre. J'aime chercher des explications quand je suis confrontée à une situation problématique et c'est en voulant trouver des solutions à mes problèmes de santé que j'ai fait des découvertes que je suis prête aujourd'hui à partager.

Une succession de maladies et d'échecs personnels m'ont amenée à réfléchir à ma propre histoire. Je me suis plongée dans mon passé. J'ai mené de longues recherches et j'en ai tiré des enseignements.

Forte de ce nouveau regard sur la maladie et sur la vie, j'ai pu accepter les événements qui m'ont fait chuter. Je me suis libérée. Je me suis relevée de mes chutes. En 2023, je fête mes cinquante-quatre ans. Je suis alignée et à l'écoute de mon être et de mon corps.

Je suis prête à transmettre mes apprentissages et le fruit de mes recherches à toute personne qui veut aller mieux ou tout simplement à toute personne qui cherche à évoluer dans sa vie.

Je suis prête à raconter le chemin qui a été le mien à tous ceux qui ne comprennent pas les changements qu'ils ont constatés chez une femme qu'ils croyaient connaître.

Je veux enseigner à toute personne, soucieuse de comprendre, comment l'émotionnel agit sur la santé de l'être humain.

Je ne suis pas qu'un médecin. Mon histoire est peut-être la vôtre. J'ai des blessures à soigner, des maux à gérer. Ma propre quête du bonheur, c'est l'aspiration à un ancrage et à la sérénité, ce dont j'ai manqué jusqu'à ma nouvelle vie.

Se pencher sur soi, c'est vouloir aller mieux.

S'interroger sur ce qui ne va pas, sur ce qui nous fait souffrir, c'est essayer de comprendre la maladie, en analysant ses symptômes, en cherchant ses causes, tout en essayant de se connaître soi-même.

Depuis 2014, je n'allais pas bien. Puis deux problèmes de santé m'ont interpellée. Je devais m'arrêter et commencer à me questionner. Avant, des allergies survenaient, elles passaient. Mais comment surmonter deux affections sérieuses après une succession d'événements stressants ? Comment se relever d'une descente aux enfers quand la maladie est l'ultime alerte d'un corps et d'un mental fatigués et à bout de forces ?

Une seule question a suffi.

Je me la suis posée comme on s'interroge soi-même quand le corps ne peut pas s'exprimer autrement que par la maladie.
« Qu'est-ce qui ne va pas ? »

J'ai tout arrêté en décembre 2018 et ma nouvelle vie a commencé en 2019. J'avais cinquante ans.

Je m'appelle Lucie Wetchoko. Cette histoire est mon histoire. Ce que je partage avec vous, c'est une vie passée à comprendre pourquoi de multiples stress m'ont conduite à une succession d'échecs. J'ai voulu reprendre ma vie en main, qu'elle devienne positive et guidée par mes propres choix, pour ne plus vivre dans la maladie. Cette histoire est peut-être la vôtre.