

# "Quan tens càncer, has de poder mirar enrere i dir-te que ha valgut la pena"

T.RODON

**"Q**uè he fet jo per merèixer això?" S'ho va preguntar o s'ho pregunta encara quan recorda que li van detectar un càncer?

Al desembre d'enguany farà deu anys i la veritat és que no recordo si al principi m'ho vaig arribar a plantejar. Potser sí. El que tinc clar és que ara no ho penso pas. Intento viure al curt termini. El demà ja vindrà.

## **Però com ho fa per evitar-ho?**

Arriba un moment que no et plantejes aquesta pregunta. Al principi evidentment hi ha un xoc emocional, vital i familiar, però això no vol dir que t'hagis de torturar dia rere dia...

## **Quin és el secret doncs?**

No crec que existeixi un secret per afrontar un càncer de còlon...

**En tot cas, vostè ha aconseguit mirar el dia de demà sense por.**

Potser la clau és saber afrontar cada una de les etapes per les quals passes. Al principi tot és més complicat del previst. Has de saber conviure amb la malaltia i les complicacions de les operacions mèdiques, que són força doloroses. La segona fase consisteix en assumir la malaltia. En el meu cas vaig buscar consells, possibilitats i companyia diversa que em permetés superar psicològicament els diferents entrebancs amb els quals m'anava trobant.

## **Compartir experiències ajuda a acceptar-ho?**

Així és. També necessites canviar algunes coses de la teva vida diària. La nutrició, l'estil de vida, la regulació de l'estrès...

**Tornant al tema del suport psicològic... des de fa tres anys que porta un grup de creixement personal. Per què ho fa?**

És un lloc de suport personal i de treball en diferents àrees. Cal trobar-se bé. Si, malgrat el càncer, et trobes bé, afavoriràs la curació de la malal-



tia. T'has de fer propi el càncer i estar bé amb tu mateix. Quan tens càncer, has de poder mirar enrere i dir-te que ha valgut la pena.

**Per la seva experiència i la que veu en els altres, com reacciona la gent?**

Cada vegada hi ha més fundacions i el fet que persones populars hagin reconegut públicament la malaltia dóna un suport moral important. Cadascú reacciona diferent. Malgrat tot, durant el procés, sempre dol veure com alguns companys es van perdent pel camí. Tot i això, cada vegada tens menys por a la mort.

## **I s'acostuma la gent del seu voltant?**

Sí. Es produeix un efecte contrari del què un es podria pensar. Descobreixes que molta gent et dóna suport. Això et dóna ànims. Sigui com sigui, cal tenir en compte que un mateix també canvia.

**Tothom és capaç d'adoptar aquesta actitud vitalista?**

Evidentment no tothom. Però més gent de la que ens pensem. És un tòpic però no per això deixa de ser cert. Cal actitud davant la vida, valorar el dia a dia, tenir pensaments positius. Jo de moment he tingut sort i mentre hi sigui intentaré que altres també en tinguin. ■

## **PERFIL**

Xavier Tribó Boixareu, de 57 anys, és barceloní de naixement, però mataroní des de fa trenta anys. Amb dos fills i una família i uns amics "magnífics", Tribó afronta amb esperit vitalista la seva situació, que va canviar radicalment fa deu anys, quan li diagnosticaren un càncer de còlon. No perd la modèstia, però, i es defineix com un "coordinador de grups". Director gerent de GES Laietana, és un apassionat dels viatges i de la música de cantautor. "Res estrany", com diu ell. "Malgrat tot".

TONI RODÓN

"T'has de fer propi el càncer i estar bé amb tu mateix"