

Pourquoi cet arbre est-il ainsi tordu ?

Les prêtres y voient une volonté de Dieu qui nous échappe.

Les experts cherchent sans fin l'explication rationnelle qu'ils ne trouveront sans doute pas, puisque les facteurs qui ont causé cela ne sont pas, ou plus, perceptibles.

Le sage observe que face à un contexte que l'on ignore, mais qui a réellement existé, l'arbre a trouvé une voie de survie et créé dans son adaptation une bien jol singularité.



GLOBALISER SANS GENERALISER

Il est bien rare que l'on entende quelqu'un se prononcer contre la vision globale d'une question pour y apporter la meilleure réponse. C'est peut-être la raison pour laquelle la plupart des approches de santé prétendent s'inscrire dans la globalité de l'être, présupposant parfois que d'autres ne le seraient pas.

Il existe de nombreux concepts de santé, issus de traditions, ou émergents de la jungle actuelle des théories et synthèses de multiples inventeurs d'une nouvelle approche, voire d'un nouveau paradigme ! En m'intéressant à un grand nombre de ces concepts, un fait marquant m'est apparu : la globalité des uns n'est pas la même que la globalité des autres. Parfois, diverses globalités sont incompatibles entre elles. Est-ce l'une qui a raison et les autres qui ont tort ? Ou sont-elles toutes simplement un peu trop prétentieuses. La prétention de globalité signifie souvent la considération de la totalité d'un espace connu, dans lequel on voit et on comprend tout, ce qui permet d'apporter une solution aux problèmes que se posent.

Il y a trois limites évidentes à la recherche de globalité :

1. Le fait de considérer un espace limité, ou d'ignorer certaines dimensions de la réalité. *Exemple caricatural : appeler massage holistique une technique dans laquelle on va toucher la totalité du corps.*
2. Le fait de se positionner à un angle particulier de la réalité, et d'organiser un modèle de la totalité vu de cet endroit. Cela donne un modèle forcément différent, voire incompatible avec ceux qui sont conçus de la même manière depuis un angle différent. *Exemple : voir la réalité humaine depuis le plan psychique et chercher dans toute maladie du corps une origine dans l'âme ou le psychisme.*
3. Pour éviter ces deux écueils, on pourra tenter la synthèse entre des approches très différentes, en conjuguant dans un compromis, ou en séparant par clivage, les aspects apparemment contradictoires des uns et des autres. Cela conduit généralement à un syncrétisme mental, dont la cohérence n'est perçue au départ que par son concepteur, qui fera ensuite des adeptes grâce à son charisme et la performance de la technique de soin qu'il a associée. Vu en zoom arrière, cela vient mettre un peu plus de confusion dans un paysage thérapeutique déjà très embrouillé.

Dans tous les cas, **c'est la généralisation qui conduit à globalisation**. Comme si ces deux dynamiques étaient identiques, ce qui n'est pas le cas. Généraliser c'est enfermer l'ensemble dans les lois d'une partie. Globaliser c'est porter son regard au-delà de la forme pour voir ce qui relie l'ensemble. Émettre une loi globale, n'est possible qu'après avoir vérifié qu'elle n'exclut aucun phénomène observé.

En Science, on retrouve cette différence entre pluridisciplinarité et transdisciplinarité. La première additionne les disciplines pour affiner la précision par les détails. La seconde se place au-delà des disciplines pour voir le cœur du problème avant ses manifestations dans la forme et ses détails.

On apprend en philosophie que la généralisation validée par un ressenti émotionnel qui donne la sensation d'expansion est une cause fréquente d'erreur de jugement. Un malade qualifié incurable qui guérit après avoir

adopté un régime particulier va évidemment se réjouir, et cela peut générer un véritable geyser émotionnel. S'il attribue ce succès au régime, théorise son concept alimentaire, et en fait une loi de santé pour tous, il applique le processus de généralisation. En associant tout ce qui lui a réussi personnellement, il peut créer une nouvelle approche globale. L'exemple est caricatural, mais il illustre un phénomène fréquent, qui va plus ou moins loin, et qui a créé l'immense confusion de concepts et théories actuelles sur la vie et la santé.

Peut-on globaliser sans généraliser ? Affirmer l'avoir réussi serait prétentieux. Le tenter est légitime.

Cela demande sans cesse de se remettre en cause, dès lors qu'une observation vient bousculer le modèle établi, et de vérifier inlassablement par l'expérience que les actions entreprises dans le concept choisi ont un effet bénéfique vers l'objectif souhaité.

Cela demande aussi de renoncer à tout dogme qui fige l'origine et l'axe d'évolution des phénomènes, rétrécissant ainsi le champ de vision afin que tout soit conforme à la représentation mentale prédictive du concept dogmatisé.

Le chemin qui a conduit au concept de globalité Santé Vivante :

1. Le mystère des origines, qui se retrouve dans toutes les traditions et chez tous les chercheurs honnêtes, est à mon sens la base nécessaire d'une globalité non dogmatique.
2. La non linéarité des phénomènes vivants spontanés, qui ont toujours une part d'imprévisibilité liée à la complexité de l'ensemble auquel ils appartiennent, semble être une loi incontournable.
3. La tripartition Information/Énergie/Matière qui se décline dans le domaine de la santé en Psychisme/Environnement/Organisme est un choix pragmatique, le seul qui m'a permis d'intégrer dans un modèle cohérent toutes les observations dont j'ai connaissance et les grands courants de pensées qui ont généré des méthodes de soins à l'efficacité reconnue.

QUAND LA RECHERCHE SCIENTIFIQUE CONSOLIDE LE BON SENS

Qu'est-ce que le bon sens ? Ce pourrait être une juste conjugaison de l'intuition et de la raison ajustée par l'expérience. Une spontanéité adaptée au concret capable d'agir efficacement dans de nombreuses situations imprévues.

Dans le domaine de la santé, il ne faut pas confondre bon sens et intuition explicative de tout. L'un permet d'agir, l'autre de se raconter des histoires pouvant justifier une inaction.

Le bon sens pourrait être une sorte de vérité relative pragmatique dans un contexte donné. Il se construit par expérience. La part intuitive est importante. La part de vérification par la raison aussi. En cela, certains travaux scientifiques sont éclairants mêmes s'ils semblent enfoncer des portes ouvertes.

Concernant l'influence du psychisme sur la santé, le déni de la science matérialiste ne doit pas nous faire oublier qu'il est bien réel, sans pour autant entrer dans un dogmatisme du tout psychologique ou du tout spirituel.

Quelques pioches à mon sens intéressantes de ce point de vue dans le cru 2013 des publications.

La solitude, facteur de stress chronique et de dysfonctionnement immunitaire

Une recherche menée à l'Ohio State University et soutenue par le prestigieux NIH relie la solitude à un dysfonctionnement du système immunitaire. Elle confirme l'effet biologique néfaste de la solitude sur la santé, un effet pouvant entraîner le développement de nombreuses maladies. On aurait pu s'en douter, mais c'est bien de l'avoir démontré. À quand un budget pour rétablir les liens de proximité entre les personnes, à l'envers de la dynamique moderne qui isole toujours plus les plus isolés.

Le lien social aussi fondamental qu'un toit ou la nourriture

Dans un ouvrage intitulé "*Social : Why our brain are wired to connect*", le neuroscientifique MATTHEW LIEBERMAN explique pourquoi le lien social est devenu un besoin humain fondamental au même titre qu'un abri, l'eau et la nourriture. On le savait déjà, et les connaisseurs du monde animal disent que la grande majorité des mammifères ont un réel besoin d'être touchés et d'appartenir à une communauté. Alors, maintenant que c'est démontré en Neurosciences, il faut d'urgence le faire savoir aux décideurs politiques !

L'empathie est-elle notre vraie nature cérébrale ?

Cela pose l'éternelle interrogation sur la nature primordiale bonne ou mauvaise de l'être humain. Cesseront-nous un jour de nous masturber les neurones avec ça ? On pourra toujours argumenter une vision et son opposée. Ce qui est évident, et le très beau livre de FRANS DE WALL (l'âge de l'empathie) dont j'avais parlé dans la NL n°4 le montrait, est que la capacité d'empathie est présente dans les êtres vivants et que c'est le contexte qui lui permet de s'exprimer ou pas. Une étude récente (*Social Cognitive and Affective Neuroscience – Octobre 2013*) utilisant sur 22 sujets les moyens les plus avancés des Neurosciences dans un protocole expérimental, a montré que le cerveau humain est naturellement câblé pour l'empathie et l'amitié. Voilà la chose à nouveau confirmée ! Combien de fois faudra-t-il démontrer que nous avons spontanément cette capacité, et qu'il nous appartient collectivement de choisir un cadre de vie qui permet de l'exprimer ?

La tétine rend-elle idiot ?

L'air idiot, on avait remarqué ! Mais au-delà de l'impression ? Cela méritait bien une recherche scientifique ! Et elle a eu lieu, montrant que l'usage prolongé (5 ans) de la tétine entrave le développement de l'intelligence émotionnelle chez les garçons, avec un mimétisme facial réduit, voire inexistant. Ce qui lui donne plus tard des difficultés à identifier les émotions, les siennes et celles des autres. Les filles, sans doute moins idiotes à la base, s'en sortent mieux.

Les applaudissements sont contagieux avant d'être sincère

Cela aussi on l'avait remarqué. Quelques bons applaudisseurs motivés et une salle entière peut se réveiller et gronder des mains. C'est prouvé désormais, avec des détails intéressants. Des applaudissements soutenus après une performance tiendraient plus à la dynamique de groupe qu'à la qualité objective du spectacle, selon l'étude de l'Université d'Uppsala (Suède). Lorsque 50% du public applaudit, les récalcitrants sont 10 fois plus susceptibles de s'y mettre que si seulement 5% du public a commencé à frapper dans ses mains. Et un seul applaudissement dans une foule peut faire monter la vague, alors qu'en cas de sifflement ou de huée, un seuil minimum s'impose pour que le phénomène s'amplifie. Au bout de cette étude, un modèle mathématique a été établi pour comprendre (et maîtriser ?) les phénomènes de contagion sociale.

Avoir du tempérament fait vivre plus longtemps

Cela n'a pas de valeur statistique, mais nous sommes plusieurs à avoir remarqué que les grincheux, les langues de vipère, ont la peau dure, et vivent souvent plus longtemps que leur conjoint plus aimable. On comprend cela par le fait que libérer ses émotions, y compris par la violence ou la méchanceté, est meilleur pour la santé que les garder en soi. " Réprimer toutes ses pulsions peut avoir des effets néfastes" disait Freud. Cela peut-il être prouvé pour être recevable par les scientifiques sceptiques ? Il suffisait pour cela de parcourir la littérature médicale existante. Une méta-analyse compilant 22 études portant sur 7000 sujets, publiée dans la revue *Health Psychology*, confirme que l'auto-répression des émotions accroît le risque de différentes maladies, notamment les cancers, l'hypertension et les autres maladies cardiovasculaires. N'oublions pas, toutefois, que se défouler sur les autres n'est pas la seule manière de se libérer de ses émotions !

Le jugement des hommes influence-t-il la ménopause des femmes ?

"La préférence des hommes pour des compagnes plus jeunes pourrait être à l'origine de la ménopause, assure une étude publiée par des chercheurs canadiens." Pauvres hommes ! Déjà plus idiots petits avec leur tétine, ils sont maintenant tenus responsables de la fin de la fertilité de leurs compagnes, et de tous les inconvénients qui vont avec (et parfois de quelques avantages) !

Est-ce bien utile de chercher LA cause évolutive qui a conduit à la ménopause, maintenant que c'est fait et qu'il sera difficile de changer le programme collectif ? En revanche, il serait important de préciser que selon la manière dont elle est acceptée intérieurement, aidée ou non en cela par le regard de l'homme compagnon (s'il y en a un), la ménopause peut être bien vécue dans son ensemble. Elle peut alors être, comme nous l'a transmis la tradition amérindienne, l'âge du plein épanouissement de la femme, notamment social et sexuel.



RESISTANCE ET PLIANCE

À l'est de la Chine, dans la province du Zhejiang, LUO BAOGEN, 67 ans, n'a pas cédé malgré toutes les propositions (et pressions) de cession de sa maison, pour laisser passer une voie rapide. La route s'est construite malgré tout, contournant l'obstacle.

Cela a permis quelques étonnantes photos, et une admiration venue du monde pour ce résistant.

Premier clin d'œil aux lois de la vie, avec au sans obstacle, le courant finit par passer, et préserve sa fonction même si la structure doit se tordre pour cela (comme pour certaines névroses ou maladies chroniques...)



DEUXIEME TEMPS, pour des raisons qui sont restées mystérieuses, le propriétaire rebelle a fini par céder, pour une compensation financière qui n'atteint même pas la moitié de ce que lui avait coûté cette maison. La démolition a alors été effectuée et la voie rapide a retrouvé son axe linéaire.

Deuxième clin d'œil aux lois de la vie : il est toujours difficile de s'opposer seul à la force d'un collectif, et l'on finit par céder en perdant plus que si l'on avait choisi de s'incliner plus tôt.

Savoir renoncer peut être vu comme un manque de courage, ou une intelligence de vie...



Rédaction et mise en page : Jacques B. Boislève

Abonnement à la lettre d'info : <http://www.sante-vivante.fr/newsletter/?p=subscribe>

Désabonnement : <http://www.sante-vivante.fr/newsletter/?p=unsubscribe>

Modification de vos coordonnées : <http://www.sante-vivante.fr/newsletter/?p=preferences>

Abonnement à la NL Santé Vivante : <http://www.sante-vivante.fr/newsletter/?p=subscribe>