

Santé Naturelle et Santé Holistique

On confond parfois santé naturelle et santé holistique parce qu'elles se démarquent toutes les deux de la médecine académique et parce qu'elles sont souvent associées. En fait, ces deux termes qualifient deux aspects différents et complémentaires : les moyens utilisés et une conception globale.

On parle généralement de **santé naturelle** lorsque l'on ne puise plus les remèdes dans le savoir-faire de la chimie mais dans celui de la nature. On n'apporte ainsi à l'organisme que des solutions et des substances déjà connues du monde vivant qui ne peuvent pas heurter le processus vital à contre-courant. On fait référence dans ce cas aux moyens utilisés pour se soigner. Mais le terme reste flou et ne signifie probablement pas la même chose pour toutes celles et tous ceux qui l'emploient.

On parle de **santé holistique** dès lors qu'on ne considère plus la santé et la maladie comme une chance ou une malchance qu'on essaye alors de rectifier, mais comme l'expression par le corps d'une situation globale de l'être face à son environnement. On entre alors dans une considération générale de la santé et de la maladie dans laquelle le symptôme n'est plus seulement une gêne à combattre et à éliminer. Il est surtout et avant tout le révélateur d'un conflit dont les racines sont bien souvent au-delà de la dimension corporelle et qui conduit à un enchaînement de dysfonctionnements dont le symptôme est l'expression finale.

La santé holistique intègre et respecte la totalité du courant de la vie. Elle puise donc ses outils dans la santé naturelle. Mais la santé naturelle n'est pas toujours holistique : on peut grâce aux plantes, aux huiles essentielles et à diverses techniques manuelles mettre fin à des symptômes sans se préoccuper ni de leur cause ni de la globalité de l'être.

Holistique ne signifie pas, comme on l'entend parfois, intégrant toutes les parties. Ce serait une vision horizontale de la globalité qui ne peut pas prendre en compte les liens de causalité. Une conception holistique implique la reconnaissance de plusieurs plans hiérarchisés, du centre de l'être (qui reste un mystère) à ce qui s'exprime dans chaque partie de son corps, en passant par son histoire personnelle consignée dans une mémoire, son système de croyances, ses émotions et la manière dont circule son énergie. Chaque partie est reliée au tout et le tout s'exprime dans chacune des parties.

Il est bien évident qu'en pratique thérapeutique quotidienne, on peut difficilement entrer dans une démarche holistique totale, mais on sait aujourd'hui que le fait de considérer un être humain dans sa globalité et son unicité plutôt que la maladie qu'il porte est le début d'une démarche globale. La prise en compte de cette globalité est le premier pas vers une médecine plus humaine et plus efficace dans la durée.

Jacques Benjamin Boislève

La lettre aux praticiens de Synphonat n°3 - Octobre 2006