



Dans la cuisine de Jackie,
en plein cœur de la brousse camerounaise,
il n'y a ni eau, ni gaz, ni électricité,
ni courses au centre commercial.

Elle y fait pourtant d'excellents plats,
dans la joie,
avec les animaux et les végétaux
de la forêt et des champs.

1- TRADITION ET EVOLUTION EN AFRIQUE ET DANS LE DOMAINE DE LA SANTE

Peu avant mon retour vers Yaoundé en taxi brousse, Jacob qui m'a reçu chez lui pendant quelques jours me demande : "Entre notre tradition qui est là depuis longtemps et ce que nous ont apporté les missionnaires, il y a beaucoup de contradictions. Qui croire ?". Il faudrait d'ailleurs ajouter une couche supplémentaire à cette confusion avec l'apport plus récent du libéralisme économique et l'influence de la forte présence chinoise.

La question m'a touché. Elle était au cœur de mes propres interrogations soulevées par une immersion dans le quotidien des villages africains. Entre tradition et modernité, où se trouve le meilleur pour l'humanité ?

Dans le domaine de la santé, les modernes d'Afrique ont renié les guérisseurs pour les médicaments occidentaux. En Europe, nous sommes de plus en plus nombreux, face à certaines maladies, à délaisser la médecine chimique pour privilégier des méthodes de soin plus naturelles.

De retour en France, j'entends un intervenant à la radio : "Avant, la nature faisait peur et la science était la solution. Aujourd'hui, de plus en plus, c'est la science qui fait peur et la nature qui devient la solution." Lucide !

En observant le mode de vie africain des villages, la tradition m'est apparue comme un cadre de sécurité, notamment par la force des liens familiaux qui ne laissent jamais dans le besoin un membre du clan. Elle est apparue aussi comme une immense inertie, car ses lois ne sont pas négociables et perpétuent une manière de faire qui enferme. Un frein à l'évolution.

Lorsqu'un Camerounais m'a demandé de lui décrire notre tradition, j'ai eu bien du mal à trouver quelque chose de traditionnel qui soit général en France. L'image qui m'est venue est la dinde de Noël ! Même si la famille reste encore, pour beaucoup d'entre nous, le dernier refuge sur lequel on peut compter en cas de problème, on ne peut pas dire qu'elle soit un facteur de sécurité et de stabilité. Et notre modernité qui fonce tête baissée en ayant abandonné le socle traditionnel est certes un vrai facteur d'évolution, mais au prix d'une insécurité grandissante. Le stress omniprésent dans nos vies en est la preuve flagrante.

De quoi avons-nous le plus besoin, de tradition sécurisante ou de modernité évolutive ?

On dit souvent que lorsque les points de vue oscillent entre deux extrêmes, le juste équilibre est au milieu. C'est une vision bien simpliste, linéaire, qui conduit à tous les compromis bancals et incohérents que nous connaissons. La solution de l'intelligence vivante est généralement ailleurs, dans un cadre qui ne soit ni l'un ni l'autre des extrêmes, et qui est capable d'intégrer le meilleur de l'un et de l'autre.

Dans le domaine de la santé, les choses sont plus complexes car on ne sait de la modernité ou de la tradition ce qui est le plus sécurisant ! C'est variable selon chacun. En revanche, le positionnement entre médecine scientifique et soin traditionnel se pose de la même manière que celui plus général entre tradition et modernité. De ce point de vue, la médecine intégrative a su trouver une position qui ne se fonde ni sur les données matérialistes des sciences biologiques, ni sur les schémas spiritualistes issus de la tradition.

Pour cela, elle s'appuie sur un pragmatisme qui observe ce qui est et ce qui fonctionne. Dans certains cas, c'est bien le médicament qui sera la solution optimale, alors que dans d'autres, ce sera une thérapie de terrain, un soin énergétique et/ou l'usage de compléments phyto-nutritionnels. Intégrer les deux approches sans se faire des nœuds cérébraux pour garder un peu de cohérence exige un détachement de tout dogme qui donnerait une primauté à l'un ou l'autre de ces systèmes de soins.

Il en est sans doute de même pour l'Africain qui se pose des questions sur la tradition et la modernité. C'est ce que j'ai essayé de répondre à Jacob. La vérité ne peut être ni dans l'un ni dans l'autre des systèmes de connaissance proposés. À lui de se construire sa propre croyance et d'y intégrer ce qui lui convient dans la tradition africaine et dans les apports occidentaux. Sans considérer que l'un ou l'autre détienne la vérité, et sans les opposer.



2. ACTUALITE

Quelques faits de sociétés, et l'écho d'une publication qui éclaire la santé globale...

► Une pilule intelligente et... inquiétante ?

Des chercheurs de l'université de Floride développent une puce en nanoparticules qui peut être incluse dans un comprimé, afin d'envoyer un signal quand celui-ci se délite dans le tube digestif. Pourquoi cela ? Dans le but que le médecin soit prévenu sur un récepteur et assuré que la prise a bien été effectuée !

Prouesse technologique, certes, mais une telle recherche est vraiment inquiétante, pour les libertés individuelles, et pour la conception de la relation thérapeutique qui l'a motivée !

► La physique particulière en question

Alors que le LHC, le grand accélérateur CERN enfoui sous le sol à la frontière franco-suisse, doit apporter de nouvelles révélations sur la nature de la matière, un expérience en cours à Chicago vient de mettre à défaut le modèle standard de l'atome sur lequel repose actuellement les connaissances de la physique particulière.

Au début du XX^e siècle, c'est l'observation d'anomalies qui avaient conduit à l'effondrement de la physique classique de Newton et Maxwell et l'avènement de la mécanique quantique. Les avancées impressionnantes de cette nouvelle physique font souvent oublier qu'elle n'est qu'un modèle de représentation et en aucun cas la réalité, et que ce modèle pourrait bien un jour être remis en cause lui aussi. D'où le danger de fabuler un peu trop pour tout ce qui se fonde sur les hypothèses élaborées à partir de la physique quantique !

► L'angoisse de la maladie favorise la maladie !

Les études vont bon train sur l'effet placebo, et elles ont le mérite d'objectiver ce que l'observation et le bon sens nous indiquent depuis longtemps sur les effets psychosomatiques. L'équipe de Fabrizio Benedetti à Turin a montré les effets de l'attitude psychique sur le taux de dopamine et l'intensité de la douleur ressentie.

En relatant cette publication, le magazine Sciences et Vie fait référence à une étude de 1992 qui avait établi que les femmes qui étaient sûres d'avoir un risque cardiaque élevé avait une mortalité quatre fois plus élevée que celles qui avaient le même risque biologique et un optimisme sur le sujet !

Même si les autorités médicales tendent toujours à minimiser l'impact psychique sur la santé, il est de plus en plus clair que c'est un facteur essentiel et non accessoire ! Et se préoccuper d'une maladie en cherchant ses facteurs de risques, ou en effectuant tous les dépistages, augmente probablement le risque de la voir survenir !

Référence : Benedetti F, Carlino E, Pollo A : *How Placebos Change the Patient's Brain* - Neuropsychopharmacology, juin 2010

3. LE SITE WWW.SANTE-VIVANTE.FR

Le site était en repos tout l'été.

De nouveaux articles de blog et dossiers santé sont prévus pour les semaines à venir.

En ligne depuis maintenant plus d'un an, sante-vivante.fr reçoit désormais 10 à 15 visites par jour, le plus souvent à partir des moteurs de recherches qui le sélectionnent sur divers sujets aussi variés que la médecine intégrative, l'approche systémique, la fibromyalgie, le silicium, les parabens...

4. UN PEU DE LEGERETE...

Quelques images piochées sur le site www.villiard.com

Modernité et tradition dans le transport...



On trouve de tout aux urgences !



Bronzage anti-grippe



Prévention de la grippe aviaire



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>