

LE CERVEAU : NOUVELLE RÉALITÉ
6^{ème} journée scientifique de l'Association genevoise de physiothérapie

MARTINE LIBERTINO

Sentiments, émotions et cerveau : liens de causalité

Notre société définit le cerveau comme le siège des facultés mentales et de toutes les commandes de l'organisme. Nous lui octroyons donc un rôle primordial dans la bonne marche de notre vie. Cette définition permettant de nombreuses interprétations, l'une d'entre elles serait tentée de le rendre responsable de nos attitudes et, en conséquence, de nos choix. Je propose l'analyse de cette théorie.

Partons d'abord du principe que le représenter comme le siège de l'intelligence lui donnera une importance capitale. Méditons ensuite sur le sens de cette phrase et sur les incidences que cela impliquera dans notre vision de la vie, sur les choix actuels de notre société dans tous les domaines (politique, technologique, social, etc.) et sur l'évolution des générations futures.

Nous le savons aujourd'hui, indépendamment de sa personnalité et dès sa naissance, un enfant sera imprégné de ce que sa famille et sa culture lui inculquent. Se dissocier de cette influence lui demandera force et liberté de pensée. Mais ces deux qualités n'y suffiront pas et il ne pourra s'en défaire que grâce à sa motivation. Au stade actuel de l'orientation de notre société, et en particulier dans les domaines scientifiques, il découvrira – et l'éducation qu'il recevra cherchera la plupart du temps à le lui démontrer – que la vérité ne peut se concevoir sans preuve tangible et que, pour cette raison, notre évolution matérielle et technologique, le rationnel et le concret l'emportent sur toute autre considération. Dans la généralité des cas, cette manière de penser influera sur son jugement et pourra même, à l'âge adulte, altérer un idéal ou un état d'esprit ouvert à une autre vision, le conduisant à éprouver une dualité entre ce qu'il pourrait ressentir et ce que le monde qui l'accueille lui propose.

Pour en revenir au sujet qui nous occupe, et sur la base de l'analyse ci-dessus, je propose d'envisager deux manières de définir le cerveau. La première, déjà abordée, nous amène à considérer le cerveau comme le siège de nos facultés mentales – vu comme point central ou causalité – et la seconde à l'observer en qualité de fonction – vu comme relation de dépendance – répondant à notre intelligence, à nos sentiments et à nos émotions.

LE CERVEAU, POINT CENTRAL OU CAUSALITÉ

Nous savons que le cerveau supervise le système nerveux central et contrôle mouvements, langage, raisonnement, fonctions exécutives, etc. Il joue également un rôle dans la production d'hormones et de réactions à l'environnement. Il analyse les informations et génère les réponses appropriées. Nous apprenons également qu'il gère certains aspects du comportement ou de la pensée et qu'il est un support de l'intellect. Nous en déduisons que ces derniers dépendent de lui.

Une nouvelle discipline, la neuropsychologie, tente de mesurer les capacités mnésiques, langagières, praxiques et gnosiques des patients sur la base de tests standardisés.

Je ferai une parenthèse pour exprimer cette évidence : sur un plan biologique, je ne nie aucune de ces découvertes et je reconnais l'immense évolution de la science permettant une avancée pour le bien-être de l'homme, tout particulièrement dans le domaine de la chirurgie. Je pense cependant que, par cette approche, nous imputons au cerveau des responsabilités qu'il n'a pas à endosser et nous lui donnons un pouvoir qu'il ne possède pas.

Dire qu'il gère certains aspects du comportement et de la pensée, qu'il est le support de l'intellect équivaut à dire, – nous laisse en tout cas la possibilité de cette interprétation – que notre comportement, nos attitudes, notre manière de penser dépendent de lui. Cette définition nous conduisant à lui obéir va à l'encontre du libre arbitre qui est la définition même de l'histoire de l'humanité. Du même coup, la vision de notre vie et de nos pouvoirs s'en

trouve modifiée. Puisque influencé par les pulsions de notre cerveau, notre rôle au sein du groupe s'en trouve également modifié et réduit à un rôle subalterne.

“ Je ne suis que partiellement responsable de mes actes et mes pensées, et donc de ma personnalité. Cela veut dire que je suis né d'une certaine manière et que je ne peux ni ne veux envisager de changer mes mauvaises habitudes puisqu'elles ne dépendent pas de ma volonté mais d'un fonctionnement intérieur dont je suis victime.”

Constatons avec honnêteté que cette philosophie nous rend passifs, supprime toute créativité et arrange bien notre refus de remettre en question les conventions, les actes ou les choix qui pourraient nuire à notre bonheur.

Dire que la neuropsychologie tente de mesurer par des tests – de plus standardisés – les capacités mnésiques, langagières et praxiques des patients nous conduit également à profondément réfléchir à la véritable valeur de ces mots. Pour que des tests soient absolus dans leur diagnostics, ne faudrait-il pas que l'appareil ou les personnes qui les exécutent soient capables de “lire”, de décoder à l'infini ou dans les infinies possibilités de l'être humain, et cela dans la neutralité la plus totale ? Cette constatation nous conduit également à prendre conscience du chemin à parcourir dans la connaissance de l'homme et des méandres de son savoir conscient et inconscient. Or, depuis toujours, la science hésite à s'engager sur ce chemin de découverte où elle devrait accepter de prendre le risque de se trouver face à un inconnu qu'elle ne pourrait plus comprendre avec son seul raisonnement. Cet inconnu qu'elle refuse puisqu'elle estime devoir prouver empiriquement “tout” ce qu'elle avance.

Enfin, dire encore que la neuropsychologie mesure les capacités gnosisques des patients sur la base des mêmes tests standardisés relève pour moi d'une utopie invraisemblable et abaisse l'homme au rang d'une machine que l'on peut démonter et remonter au gré de nos désirs.

Je propose donc d'aborder le rôle du cerveau de la seconde manière et de l'observer comme une fonction évoluant au gré de notre intelligence, de nos sentiments et de nos émotions.

LE CERVEAU COMME FONCTION – VU COMME RELATION DE DÉPENDANCE

Lui supposer cette nature demande d'accepter que son rôle directionnel devienne subalterne. En tout cas pour une partie de son attribution, car sa constitution biologique n'étant pas mise en cause, il sera toujours évident que toute altération ou transformation du cerveau interviendront sur un plan neurologique ou physiologique. Par contre, ce rôle subalterne le conduit à devenir un organe répondant ou obéissant à l'influence de notre seule intelligence ou à subir celle de notre subconscient.

À présent, nous sommes prêts à aborder les sujets suivants : d'où l'intelligence, les sentiments, les émotions viennent-ils ? Comment se manifestent-ils ? Pensée et intellect, parole et imagination réagissent-ils aux impulsions du cerveau ou leurs manifestations font-elles naître les réactions de notre cerveau ?

Accepter le cerveau comme fonction dépendante des concepts que je viens d'énumérer nous oblige donc à admettre que la volonté et le libre arbitre d'un être humain seront les seuls maîtres de sa vie. De ce fait, en intervenant dans la marche de son cerveau, ils interviendront par contrecoup dans la marche de son système nerveux, glandulaire, hormonal et organique. En conséquence, nous devons admettre que notre santé physique est dépendante de notre état d'esprit.

À sa naissance, un enfant fait preuve d'une intelligence bien définie répondant aux critères d'une personnalité qui est unique. En vingt ans de travail avec trois générations de patients et plus de quinze années avec des élèves, j'ai pu constater que tous les jumeaux suivis ou rencontrés montrent de grandes similitudes, physiques et sur le plan de leur personnalité. Ils partagent donc souvent un idéal commun, des sentiments et des programmations émotionnelles identiques provoquant des attitudes génératrices d'expériences spécifiques. Ce qui les individualise pourtant se manifeste par leur interprétation personnelle de la vie et des événements. Cela est une des nombreuses preuves que le libre arbitre d'un être humain peut changer le cours de sa vie.

Je considère l'intelligence comme un savoir inné, au même titre que les dons et qualités dont un enfant bénéficie

à sa naissance. Dans la terminologie des principes de ma philosophie, je nomme cette trilogie “la Conscience”. Cette Conscience est également le réceptacle des sentiments.

De la même manière, cet enfant voit le jour accompagné d’un certain nombre d’émotions – peurs et colères – que j’appelle des programmations émotionnelles et qui se manifestent au siège de ce que je nomme son “subconscient”. Pour éviter toutes confusions, nous différencierons la Conscience du subconscient et les sentiments des émotions.

L’influence de son milieu familial, scolaire, culturel et social – que son intellect va emmagasiner par l’intermédiaire du comportement et des paroles de son entourage – sera assimilée de manière différente selon que l’interprétation qu’il en fera découlera de sa Conscience ou de son subconscient.

Nous voyons ainsi se dessiner une seconde trilogie : l’homme face aux dons et à l’intelligence de sa Conscience et aux programmations émotionnelles de son subconscient. Qu’il le sache ou non, chaque acte et chaque choix de sa vie seront conformes à l’un ou l’autre de ses interlocuteurs : la Conscience et le subconscient. C’est ainsi que pensée, parole et imagination, instruments sans pouvoir décisionnel, seront les représentantes directes de l’interlocuteur qu’il aura choisi. Le premier le conduira à raisonner grâce à de justes sentiments, l’autre à être la proie d’émotions pernicieuses génératrices de peurs et de doutes engendrant frustrations et colères.

Nous voilà donc au cœur du problème. En écoutant et en appliquant ce que notre Conscience exprime, nous respectons un idéal et des besoins personnels qui nous guideront, de notre plus tendre enfance jusqu’à la fin de notre vie. Ce respect de nos besoins aura un impact direct sur le fonctionnement de notre cerveau au même titre que se laisser influencer par les émotions de notre subconscient. Le résultat en sera bien différent.

Là encore, ces nombreuses années d’expériences auprès de patients et, aujourd’hui de mes élèves, mettent en évidence un résultat prometteur et sans faille. Une prise de conscience sincère de leurs programmations émotionnelles et de leurs besoins fondamentaux, une motivation accompagnée de persévérance et de volonté, enfin une acceptation d’utiliser des techniques de travail précises dans leur vie quotidienne permettent à ces personnes non seulement d’exercer un pouvoir sur leurs rencontres et les événements de leur vie, mais encore sur leur fonctionnement biologique. Au fil du temps, une transformation visible s’accomplit, permettant aux problèmes de santé de se résorber ou de se stabiliser et aux traitements de donner un résultat durable. Le suivi d’individus souffrant de maladies lourdes telles que le diabète, l’hypertension, la sclérose en plaques, etc. ou de tendances bi-polaires ont démontré, preuves à l’appui, qu’un changement d’état d’esprit exerce instantanément un impact sur le système glandulaire et nerveux et qu’à long terme, un travail personnel profond en maintient les résultats.

De la même manière, le fonctionnement de notre cerveau en bénéficiera.

Ces résultats, et beaucoup d’autres également constatés, démontrent donc que notre vision de la vie et nos attitudes influencent notre cerveau qui, jour après jour, subit les effets de nos émotions. En outre, je ne parlerai jamais assez du pouvoir dont l’homme dispose et dont il ne fait à peu près rien, si ce n’est pour se faire souffrir, puisque le refus ou l’inconscience de ce pouvoir l’amène à l’utiliser contre lui. Ce dernier est un élément indissociable de sa destinée et opère en lui, sans toutefois avoir de liberté propre. Que l’homme écoute et obéisse à sa Conscience ou qu’il écoute et obéisse à son subconscient, les résultats en seront diamétralement opposés. Dans le second cas, corps et organes subiront alors les conséquences de ses peurs, de ses colères et des bouleversements de sa vie, que par habitude et par méconnaissance de son fonctionnement il crée.

Enfin, je souhaiterais aborder l’un des problèmes majeurs de notre vie actuelle. L’homme éprouve une fierté envers ses avancées technologiques, en particulier dans le domaines de l’informatique, de la téléphonie, de la radiologie, etc. Ces avancées ont apporté un certain confort à notre vie, voire des possibilités de guérison. Pourtant, une part de lui-même refuse de voir une réalité plus avancée que ses réalisations technologiques. Je parle de l’impact que les énergies et les ondes électromagnétiques exercent sur son état physiologique, émotionnel et psychologique. J’éviterai de parler des répercussions sur la nature et notre santé des essais nucléaires, des travaux sur les armes bactériologiques et chimiques, de la pollution, etc.

La plupart des personnes travaillant dans le secteur tertiaire subissent en moyenne neuf heures par jour des énergies que leur corps et leur personnalité ne peuvent résorber. Les problèmes émotionnels liés à une communication superficielle, aux malentendus, aux rapports de force et aux problèmes économiques émettent également un certain type d'énergies, toutes nocives pour la santé de l'homme et dont la science devra un jour absolument tenir compte. Cette double imprégnation énergétique exerce un impact considérable sur son cerveau, son système glandulaire, nerveux et organique et compromet journalièrement sa santé physique et psychologique. En tenant compte de ces deux réalités, nous n'empêcherons ni l'évolution de la technologie, ni celle de la recherche. Nous ne serons pas obligés de retourner à l'âge de la pierre mais nous utiliserons enfin notre intelligence pour comprendre qu'avant de pouvoir prouver une réalité, il ne suffit pas de la découvrir mais d'abord d'accepter l'idée qu'elle puisse exister. Nous verrons alors que depuis toujours, par refus de se remettre en question, par peur de perdre ce qu'elle croit être des avantages, par habitude de laisser ses programmations émotionnelles la guider, et donc par manque de clairvoyance, notre société s'épuise et se dirige vers une destruction certaine. Il suffirait pourtant d'arrêter de vouloir soigner les symptômes apparents de nos maladies physiques et psychologiques tout en continuant d'accepter lâchement l'inacceptable.

La santé de l'homme et le bon fonctionnement de son cerveau sont dépendants du respect qu'il éprouvera pour sa véritable personnalité et de la force qu'il utilisera à fonder sa vie sur un idéal qui le rendra heureux et équilibré, et non sur la prise systématique de médicaments accentuant sa dépendance. La violence, la désespérance, l'alcoolisme, ce que l'on nomme les maladies ne sont que l'ombre de notre maladie de vivre.

Ils sont également dépendants de l'état énergétique des lieux dans lesquels il évolue. Si nous acceptons le principe des énergies, nous devons aussi accepter qu'elles peuvent nous influencer par leur nocivité comme par leur pureté. Il restera ensuite à admettre que nous pouvons agir sur elle (ce qui devrait être fait au moins annuellement dans les établissements hospitaliers, psychiatriques, entreprises utilisant beaucoup d'informatique, etc.).

Des esprits chagrins ou matérialistes me diront qu'une vision utopiste telle que la mienne est irréalisable. Je leur répondrai qu'un quart de siècle de ma vie a servi à démontrer le contraire par les preuves accumulées que la philosophie et les techniques de travail que j'ai créées et mises à la disposition de mes patients et aujourd'hui de mes élèves leur permet non seulement de retrouver la santé mais également l'équilibre et le bonheur, tout en vivant la réalité des difficultés liées à la vie normale d'un être humain. Cette connaissance leur permet également d'aider leur entourage.

Je conclurai par ceci : notre cerveau est une réplique du choix que nous faisons à écouter soit le savoir de notre Conscience, de notre intelligence, soit celui de notre subconscient, de nos programmations émotionnelles. En s'occupant de ses symptômes, la science n'apportera à l'homme qu'une vague satisfaction alors qu'en acceptant de traiter les causes psychologiques, émotionnelles et spirituelles de son mal, elle le rendra sain et heureux.

André Malraux aurait dit¹ : “ Le XXI^{ème} siècle sera spirituel ou ne sera pas ” ? Ma conclusion corrobore la sienne.

Martine Libertino

¹ La citation « le XXI^e siècle sera spirituel ou ne sera pas. » (ou l'une des ses variantes) est attribuée à André Malraux, bien qu'il ne l'ait jamais écrite ni officiellement prononcée. Article « XXI^e siècle » du livre d'Odon Vallet, professeur à Paris VII, (Petit lexique des idées fausses sur les religions).