

Voyager: Energies

Daniel Widmer

«Dans les premiers temps de la chrétienté, on disait des gens en transe qu'ils étaient des <énergumènes>, car ils étaient considérés comme mus par une <énergie> surnaturelle, attribuée suivant les cas à Dieu, à l'Esprit ou au Démon.»

Gilbert Rouget, «La musique et la transe» [1]

Les jardiniers s'agenouillent sur la pelouse de l'ashram et coupent les brins d'herbe en trop avec une paire de ciseaux, un à un. C'est la toilette matinale du gazon qui se fait en silence, pendant que nous méditons au premier étage. Nous sommes venus participer à un séminaire sur la science védique du son, le Nada, et ses vertus thérapeutiques. La maîtresse de chant est d'une troublante beauté et sa voix divine, enchanteresse, a des vibrations qui rétablissent notre harmonie intérieure. Elle nous fredonne des mantras, accompagnée d'un appareil électrique qui fait la basse continue nasillarde, sur laquelle se détache la ligne mélodique de son chant. Lam, vam, ram, yam, ham, aum; chaque son a la propriété de réveiller un chakra: on part de la base, des énergies inférieures et lentement l'on réchauffe l'énergie coagulée qui s'élève vers le haut en vapeur. A la fin du

séminaire, je crois bien être en transe: c'est un état second qui me fait acheter un CD-ROM, où AUM est chanté 108 fois sur fond de continuo obligé: rien de tel pour réveiller le kundalini, le serpent endormi dans la caverne du premier chakra ... Quant aux nombreuses vertus du Nada, on retiendra entre autres ses effets sur le cholestérol et la capacité respiratoire ...

Nous avons assisté là à une technique tantrique, utilisant les mantras, formules sacrées et les bija, syllabes sans signification apparente, mais créant par leurs vibrations un état émotionnel, une expérience intérieure. Le centre du système de guérison tantrique est la notion de corps subtil, avec ses canaux d'énergie et ses six centres ou chakras, que Sudhir Kakar qualifie de proto-psyché-soma, construction imaginaire que beaucoup d'hindous déclarent visible par la vision intérieure des yogis. Sudhir Kakar [2], un psychanalyste indien, tente de rapprocher le tantrisme de la psychanalyse, en ce sens que ces deux philosophies de la nature humaine reconnaissent que la différence sexuelle est un problème majeur de l'existence.

On pourrait ajouter que les deux philosophies aboutissent à une énergétique, à côté d'une herméneutique, pour reprendre les considérations de Paul Ricoeur sur la psychanalyse [3]. On sait ce qu'il est advenu de la psychanalyse à partir de Georg Groddeck et de Wilhelm Reich, avec d'un côté un accent mis sur l'interprétation (l'herméneutique) et la recherche du sens, et de l'autre sur les blocages énergétiques du patient [4]. Personnellement, j'avouerais clairement mon goût pour l'herméneutique et ma méfiance pour le flou du new-age énergétique. Mais il n'en reste pas moins que nous sommes confrontés à la réalité de cette notion – sinon à celle de la chose –, que l'on retrouve dans les médecines orientales, comme chez nous, au cœur même du débat sur la psychosomatique: beaucoup de thérapeutes ne peuvent pas se passer du concept d'énergie.

Les médecins ont tantôt matérialisé, tantôt spiritualisé cette énergie. Une énergie incorporée ferait tourner notre machine naturelle, tandis qu'une énergie psychique serait l'étoffe de nos intellections, affections et volitions, pour reprendre des idées du père Teilhard de Chardin [5]; pour lui, il s'agit du même courant cosmique. Le médecin se doit de concevoir une force qui anime les humeurs, les chairs, les molécules ou le psychisme: le vent d'Hippocrate [6], invisible pour l'œil mais visible pour la raison, a fait



Figure 1
Pondichéry 2003 (Photo Daniel Widmer).

place aujourd'hui au cycle de Krebs producteur d'adénosine triphosphate. Les neurotransmetteurs repoussent le désir et la libido aux oubliettes, pendant que «Juliette des Esprits» aligne ses chakras et fait circuler son Chi, après un stage de médecine chinoise ... L'idée d'énergie est là, admettons-le.

Une autre est fréquemment invoquée: cette énergie peut être mal employée, qu'elle soit bloquée dans un chakra fermé ou qu'un investissement libidinal soit déplacé. Ou bien, les vents produits par un organisme empli de nourriture ne peuvent s'évacuer vers le bas: ils se jettent alors sur les parties les plus sanguines du corps, ce qui provoque les frissons de la fièvre [6].

Le bouddhisme inspire aussi une façon d'envisager cette déviation énergétique: notre esprit est perpétuellement en activité, encombré de pensées, d'émotions, de sensations, toutes susceptibles de prendre le pouvoir sur nous et de nous entraîner dans la rumination, l'obsession et l'idée noire. Cela rappelle un moteur en sur-régime, qui dépense une énergie folle pour rien. La méditation nous aiderait à observer, à prendre conscience de ce qui se passe en nous, à regarder simplement passer les pensées, qui ne nous entraînent plus au large. La méditation libérerait de l'énergie pour autre chose, et l'on verra – chiffres à l'appui – son efficacité pour prévenir la rechute

dépressive [7]. Voilà les développements les plus récents de la psychiatrie contemporaine, qui vont en Orient à la quête de techniques thérapeutiques. S'agit-il là du contrepois à la mondialisation néolibérale: la découverte des ressources des autres cultures.

Références

- 1 Rouget G. La musique et la transe. Paris: Gallimard; 1990.
- 2 Kakar S. Shamans, mystics and doctors. A psychological inquiry into India and its healing traditions. New Delhi: Oxford University Press; 1982.
- 3 Ricœur P. De l'interprétation. Essai sur Freud. Paris: Seuil; 1965.
- 4 Keller PH. La médecine psychosomatique en question. Paris: Odile Jacob; 1997.
- 5 Teilhard de Chardin P. L'énergie humaine. Paris: Seuil; 1962.
- 6 Hippocrate. Des vents, de l'art. Paris: Belles Lettres; 1988.
- 7 Segal ZV, Williams JMG, Teasdale JD. La thérapie cognitive basée sur la pleine conscience pour la dépression. Une nouvelle approche pour prévenir la rechute. Bruxelles: De Boeck; 2006.

Dr Daniel Widmer
2, av. Juste-Olivier
1006 Lausanne
widmer@primary-care.ch



PRIMARY SCHTÄRN: ÄrztInnen-Horoskop

Schütze (ca. 23. November bis 21. Dezember)

«Reden ist Silber, Handeln ist Gold!» Bei Ihnen weiss man, woran man ist. Sie blicken Ihrem Gegenüber ins Auge und sagen deutlich, was Sache ist. Sie sind ein Idealist und glauben an Ihre Mission. Obwohl Sie kontaktfreudig sind, haben Sie doch nichts von einer «Plaudertasche»; und Geheimnisse sind bei Ihnen gut aufgehoben. Von Reglementen und Vorschriften lassen Sie sich nicht einschränken. Wenn überhaupt, so halten Sie sich nur an Abklärungs- und Behandlungsalgorithmen, die Sie selbst erarbeitet haben. Sie sind stets getrieben, auf der Suche nach Neuem oder nach Ihrem nächsten Reiseziel – bisweilen bleiben dafür im Fahrwasser Ihres Vorwärtsdranges einige angefangene Dinge unbeendet zurück. Sie sind gesellig, lieben den sportlichen Ausgleich und die Bewegung in der freien Natur. Ihre Partnerin tut gut daran, Sie an die lange Leine zu nehmen, soll das Band zwischen Ihnen beiden nicht bald wieder zerreißen. Es ist wohl für beide Teile konstruktiver, sich von Ihnen bekochen zu lassen, als zu versuchen, Sie in einer «Eheszene» weichzuschmoren.

Markus Gnädinger