

Du salut à la santé, de la santé à la vie

Jacques Dufresne

Numéro 811, hiver 2020–2021

La santé au-delà de la médecine, approches alternatives, complémentaires et globales

URI : <https://id.erudit.org/iderudit/94421ac>

[Aller au sommaire du numéro](#)

Éditeur(s)

Centre justice et foi

ISSN

0034-3781 (imprimé)

1929-3097 (numérique)

[Découvrir la revue](#)

Citer cet article

Dufresne, J. (2020). Du salut à la santé, de la santé à la vie. *Relations*, (811), 28–30.

DU SALUT À LA SANTÉ, DE LA SANTÉ À LA VIE

S'appuyant sur le progrès technique, notre société a érodé la part d'instinct qui nous constitue, rompant avec des rites culturels et des savoirs anciens grâce auxquels les êtres humains ont pourtant su se nourrir et se soigner. Une trajectoire qui a conduit à l'abandon d'une conception de la santé fondée sur l'harmonie et l'autonomie, avec laquelle il faudrait renouer.

Jacques Dufresne

L'auteur, philosophe, est directeur de l'*Encyclopédie de l'Agora*

Si on me demandait quel fut le plus grand évènement des trois derniers siècles, je répondrais: le passage du salut à la santé comme fin de l'existence humaine. Un idéal nouveau – la santé parfaite – est apparu dans ce contexte suscitant l'espérance de durer indéfiniment. Il en est résulté une dépendance excessive à l'endroit de la médecine et une croissance continue de la part des dépenses publiques et privées consacrées aux traitements de tous genres. Cette croissance, il faut lui imposer une limite, car la médecine n'est qu'un des déterminants de la santé, qui ne doit pas éclipser les autres. Les anciens Grecs l'avaient compris. Esculape, leur dieu de la médecine, avait deux filles: Hygée, la nymphe au teint vermeil, et Panacée, qui présidait à la prescription des Simples médecines. On a là, incarnés en ces deux figures, les deux pôles entre lesquels les attitudes face à la santé et à la maladie oscillent depuis les origines humaines: l'hygiène et la panacée (le traitement, par médicaments ou chirurgie). Dans le passé récent, cet équilibre instable a été progressivement rompu en faveur de Panacée.

Aussi bien dire que la santé c'est l'oubli de la santé, à l'image de l'enfant qui court vers la mer sans se demander si son cœur peut supporter un tel effort.

Comment le rétablir? Cette question se pose de façon tragique en cette année 2020, moment de pandémie et de grand *désordre*. M'inspirant de la philosophe Simone Weil, j'appelle ici désordre une situation où il faut choisir entre des obligations aussi fondamentales qu'incompatibles: traiter le mieux possible les malades, freiner le dérèglement climatique, relancer l'économie. On retrouve ce désordre à l'intérieur même du système de santé, où il faut choisir entre soigner les cancéreux et les victimes de la COVID-19, tout en évitant que l'armée des soignants ne soit plus mal en point que les contingents de malades.

Pour dépasser ces contradictions, il faudra chercher une source d'inspiration plus élevée et plus pertinente que celle qui consiste à faire de la santé un absolu. Mon point de

départ sera cette définition du chirurgien René Leriche: «La santé c'est la vie dans le silence des organes.» Silence du corps! Aussi bien dire que la santé c'est l'oubli de la santé, à l'image de l'enfant qui court vers la mer sans se demander si son cœur peut supporter un tel effort, et qui s'arrête spontanément quand il a atteint sa limite. L'organe sain disparaît dans un ensemble qui, lui-même, se fait oublier au profit d'un projet qui le dépasse. L'oubli de la santé peut même aller jusqu'à son sacrifice; pensons à Michel-Ange peignant le plafond de la chapelle Sixtine dans une position inconfortable et des conditions insalubres.

Le silence du corps est la voix de son harmonie, cette harmonie qui est au centre de la conception grecque de la santé, harmonie entre les organes, harmonie aussi entre les trois parties de l'âme, selon Platon: le ventre (les instincts), le cœur (l'affectivité) et la tête (l'intelligence). Il me semble plus approprié aujourd'hui d'aborder la question de l'harmonie sous l'angle de l'autonomie. Pourquoi? Parce que l'autonomie est la définition de la vie, laquelle est menacée par cette chose hétéronome appelée *machine*. Au cours du dernier siècle, les sciences de la vie et les sciences humaines nous ont aussi appris bien des choses sur les conditions de l'harmonie entre les principales dimensions de la personne: biologique, culturelle, rationnelle, spirituelle. La biologie moléculaire elle-même a révélé l'existence d'une forme d'autonomie appelée *auto-organisation*.

Biologie

Henri F. Ellenberger, célèbre historien de la psychiatrie, sera ici notre guide. Dans son article «Réflexions sur la guérison»¹, il distingue, à partir de ses observations sur les animaux, plusieurs types de guérison (spontanée, de soi par soi) qui correspondent au niveau biologique d'autonomie. Il conclut, citant Allendy: «l'homme n'est pas assez purement animal pour suivre un instinct authentique».

N'est-ce pas plus vrai que jamais? Ces derniers temps, l'érosion des instincts a été telle qu'il faut recourir à la science pour découvrir qu'il en reste quelques beaux vestiges. Des chercheurs démontrent ainsi qu'il faut suivre son instinct, boire quand on a soif, contredisant ainsi le diktat à la mode voulant qu'il faut boire huit verres d'eau par jour ou un litre et demi. Nulle trace pourtant dans la science sur l'origine de ce diktat, laquelle se trouve sans doute, bien



Sandrine Corbeil, *Le dernier chant du cygne*, 2020

cachée, dans la stratégie publicitaire de vendeurs d'eau en bouteille. Que d'exemples d'une telle stratégie ne trouve-t-on pas dans la surprescription de pilules dites préventives?

«L'homme dégénéré, disait Nietzsche, est celui qui ne sait pas distinguer ce qui lui fait du mal.» Mais comment cultiver en nous-mêmes cette faculté mystérieuse, proche de l'instinct, par laquelle nous distinguons spontanément ce qui nous fait du bien de ce qui nous fait du mal? Ce que les sciences humaines nous ont appris sur les cultures non modernes nous autorise à présumer que l'immersion dans la vie du paysage extérieur favorise la symbiose avec le paysage intérieur.

La culture

Je prends ici le mot *culture* dans le sens de comportement des peuples. Certains de ces comportements sont des thérapies collectives. Le Festival des rêves des Hurons, raconté dans les Relations des Jésuites, en est un bel exemple. Ellenberger y a vu l'une des premières formes de la psychiatrie dynamique.

«Les Hurons distinguaient trois causes de maladie: les causes naturelles, la sorcellerie, les désirs insatisfaits. L'individu avait conscience de certains de ses désirs insatisfaits; d'autres, appelés *on-dinonk*, restaient inconscients, mais pouvaient lui être révélés par ses rêves. Il pouvait toutefois oublier ces rêves, et certains désirs insatisfaits ne se manifestaient même pas en rêve. Des devins, appelés les *saokata*, étaient capables de découvrir ces désirs insatisfaits en regardant, par exemple, dans un récipient rempli d'eau. Quand le malade était atteint d'une maladie fatale, les devins déclaraient que l'objet de son désir était impossible à atteindre. Quand il avait quelques chances de guérir, ils énuméraient divers objets susceptibles d'être désirés par le malade et l'on organisait un Festival des rêves. On faisait cadeau au malade des objets ainsi recueillis, ceci au cours d'un banquet agrémenté de danses et d'autres manifestations de joie collective².»

Le Festival des rêves était une thérapie. Les danses et les musiques traditionnelles illustrent bien la façon dont certaines pratiques culturelles recherchées pour le seul plaisir qu'elles procurent peuvent aussi servir la cause de la santé. Elles ont été peaufinées au fil des siècles pour permettre aux humains, entre autres bienfaits, des exercices physiques bien accordés aux rythmes et aux limites de leur corps, lequel est alors vécu comme un signe, porté par le désir et orienté vers le plaisir. L'érosion de ces traditions a créé un vide trop souvent rempli par des exercices obligés. On marche et on court désormais sur les ordres de son entraîneur ou de son médecin, davantage que pour le plaisir de découvrir un paysage en conversant avec des amis – un glissement vers l'hétéronomie dont Molière déjà se moquait:

«Monsieur Purgon m'a dit de me promener dans ma chambre, douze allées, douze venues; mais j'ai oublié de lui demander si c'est en long ou en large» (*Le malade imaginaire*). Le rire, comme on le sait, est lui-même devenu une thérapie.

La perte d'autonomie résultant de la disparition du savoir traditionnel au profit du savoir des experts est aussi manifeste dans le domaine de l'alimentation. On se prend à regretter l'autonomie des Négritos, ces chasseurs-cueilleurs des îles du Sud-Est asiatique riches d'une connaissance très ancienne des plantes et des animaux autour d'eux. Avons-nous pris la juste mesure des effets indésirables du progrès? On a publié ces dernières années des milliers d'ouvrages savants sur l'alimentation et il n'y a jamais eu dans le monde autant d'obèses. Nous n'avons plus à assurer nous-mêmes notre sécurité alimentaire. Tout aliment dont la vente est autorisée par les experts de l'État est réputé sain. Nous dépendons, souvent dans l'angoisse, d'un savoir hétéronome prolifique, instable, rempli de contradictions et manipulé par la publicité de l'industrie agroalimentaire. En désespoir de cause, les plus éclairés se rabattent sur le régime méditerranéen, pure création d'une culture. «*Ancestors know best*», disait le chimiste anthropologue Ross Hume Hall.

Avons-nous pris la juste mesure des effets indésirables du progrès? On a publié ces dernières années des milliers d'ouvrages savants sur l'alimentation et il n'y a jamais eu dans le monde autant d'obèses.

Raison

Retour au célèbre article d'Ellenberger: «Le guérisseur rationnel existe depuis les temps immémoriaux et on le retrouve encore chez de nombreuses populations primitives. Il possède une connaissance approfondie des plantes et de leurs propriétés médicinales. Il est l'ancêtre du médecin moderne, lequel s'en distingue par une formation technique rigoureuse», écrit-il.

Si bien fondée qu'elle soit sur la méthode expérimentale illustrée par Claude Bernard dans sa découverte des causes du diabète, cette médecine moderne ne devient toutefois pleinement scientifique que lorsque les traitements sont évalués avec la rigueur ayant présidé à l'étude des causes. Cette seconde rigueur s'appelle médecine factuelle. Elle consiste, par exemple, à comparer un traitement avec un placebo. Cette comparaison n'étant pas toujours possible et ses résultats étant parfois présentés de façon mensongère, ou même frauduleuse, il s'ensuit un flou qui fait dérailler la raison. On nous dit que le taux de rémission cinq ans après le premier traitement augmente constamment dans tel type de cancer, mais comment savoir si ce progrès résulte de l'efficacité du traitement ou du fait que le dépistage a été fait plus tôt, à un moment où la tumeur avait encore bien des chances de demeurer inoffensive⁴?

À l'époque où les diagnostics étaient surtout intuitifs et les traitements limités, on était souvent réduits à observer l'évolution des maladies. Il en résultait un sens du pronostic qui, s'il se manifestait aujourd'hui avec la même humilité, permettrait de faire des choix plus éclairés entre un traitement agressif et l'abandon à la nature.

Spiritualité

Le philosophe Gustave Thibon a écrit: «La rupture entre l'homme et la terre, c'est aussi la rupture entre l'homme et lui-même. Et, corrélativement, la rupture entre l'homme et sa source divine. À l'image de la plante qui se nourrit à la fois de l'humus par ses racines et de la lumière par la fonction chlorophyllienne.» Je vois là une invitation à établir un lien entre la confiance en la vie et la foi en Dieu, vivant lui-même. Je regarde le même paysage tous les jours. Certes, il fait ma joie au moment où je le contemple, mais me nourrit-il, me rend-il meilleur? Je n'en sais rien. Il n'empêche que demain, dès l'aube, je désirerai le revoir. Ce désir n'est-il pas une image en même temps qu'un commencement de la foi?

Il n'y a qu'une vie et elle est aussi lumière. Nous la réduisons à ses couleurs: élémentaire, psychologique, spirituelle... Il nous faut remonter à la source commune par le désir, l'attention, la contemplation, la fusion. On a tendance aujourd'hui à exclure la dimension intellectuelle de la sphère de la vie, l'éducation étant d'abord conçue non comme une quête de nourriture pour l'esprit mais comme un moyen d'acquérir des compétences. Tout jardinier le sait pourtant, la grande passion des plantes, c'est le soleil; leur croissance c'est leur extase. C'est ce que nous a appris, à propos des humains le philosophe Antonin-Gilbert Sertillanges dans *La vie intellectuelle* (1921), un livre hélas! oublié: «Toute œuvre intellectuelle commence par l'extase; après seulement s'exerce le talent de l'arrangeur, la technique des enchaînements, des rapports, de la construction. Or, qu'est l'extase, sinon un essor loin de soi-même, un oubli de vivre, soi, afin que vive dans la pensée et le cœur l'objet de notre ivresse?» ©

1. Disponible dans l'*Encyclopédie de l'Agora*, voir <agora.qc.ca>.

2. H. Ellenberger, « Le festival des rêves chez les Hurons », *Encyclopédie de l'Agora* [en ligne].

3. Nos ancêtres étaient plus sages (traduction libre).

4. Voir à ce sujet H. Gilbert Welch, *Dois-je me faire tester pour le cancer? Peut-être pas et voici pourquoi*, Les Presses de l'Université Laval, Québec, 2005.

POUR PROLONGER LA RÉFLEXION

Consultez nos suggestions de lectures, de films, de vidéos et de sites Web en lien avec ce dossier au www.revuerelements.qc.ca