

Vive la « pensée positive »! Mort aux malades!

Introduction

Nombreux sont les objecteurs, contempteurs des neurosciences, prosélytes pseudo-nietzschéens de la « volonté de puissance », qui s'insurgeront contre une conception si « misérable » de la liberté humaine, élaborée dans le chapitre premier de la première partie. Rappelons-nous cette citation de Nietzsche qui résume si bien ce que les neurosciences ont confirmé : « La plus grande partie de notre activité intellectuelle se déroule sans que nous en soyons conscients, sans que nous le percevions ». Les objecteurs brandiront, notamment, l'étendard de la « pensée positive », convaincus de sa valeur absolue en matière de guérison des maladies les plus mortelles. De nombreuses recherches scientifiques l'ont même avéré : les malades gravement atteints, qui ont un moral à toute épreuve, une pensée positive sans faille, ont beaucoup plus de chances de guérir que les autres. Le « vouloir c'est pouvoir » doit de préférence être de connivence avec des médecines « scientifiques ». On « veut guérir » et on se traite en conséquence, que ce soit par la médecine officiellement reconnue ou les autres alternatives qui se réclament tout autant de la science. Pensée positive + traitements adéquats, telle est la formule gagnante. Si parfois la pensée positive se suffit à elle-même pour obtenir la guérison d'une maladie grave ou incurable, même les traitements les plus adéquats échouent le plus souvent. Les « miracles » ne sont plus l'œuvre de Dieu, mais de la toute-puissance de sa propre pensée positive.

On observe effectivement que, suite à l'avènement de la pensée positive (certitude de guérir par la puissance de sa volonté), de graves maladies, qui auraient pu entraîner la mort, s'évanouissent. Mais est-ce bien la pensée positive qui guérit? Ou encore, est-ce que la pensée positive guérit toujours véritablement en éliminant les causes? Parfois ne fait-elle que gommer les symptômes en refoulant les causes plutôt que les éliminer, causes qui provoqueront plus tard la même maladie ou d'autres? Et si les causes sont éliminées chez le patient qui guérit véritablement, ces causes peuvent-elles être transférées à des personnes plus fragiles de son entourage qui bientôt seront aussi, et peut-être plus gravement malades?

La pensée positive ne guérit pas

Est-ce bien la pensée positive qui guérit? Non! La pensée positive, qui suppose la toute-puissance du libre arbitre ou volonté, ne guérit jamais. En effet, comme le montrent les théories chamaniques et neuroscientifiques, le chamane ne peut qu'inhiber le malheur ou l'infortune –inhibition que les neurosciences

n'ont pu identifier qu'après le déclenchement d'un processus organique inconscient qui se moque de la volonté de quiconque. Mais pourquoi alors observe-t-on que, souvent, un épisode de pensée positive précède une guérison miraculeuse? Il semblerait donc qu'on interprète cette concaténation par un processus de cause (pensée positive) à effet (guérison miraculeuse). Regardons les choses de près pour vérifier s'il en est bien ainsi.

Par un beau matin ensoleillé, de nombreuses personnes gravement malades ont proclamé haut et fort : « Je sais que je peux guérir, je veux guérir, je vais guérir ». Quelque temps plus tard, on remarque effectivement que beaucoup sont en processus de guérison et, plus tard encore, guérissent. Ces personnes pensent évidemment que leur « décision » soudaine de guérir a dynamisé leurs processus endogènes d'auto-guérison. Leur guérison est donc redevable de leur volonté, de l'exercice de leur libre arbitre. Face à de multiples cas de guérisons spectaculaires par la pensée positive, la science s'est mise de la partie. Les institutions médicales (médecine, psychanalyse, médecines alternatives) ne tardèrent pas à confirmer cette vérité qui instaurait l'humain dans le cercle des dieux. L'être humain se trouvait donc investi d'un pouvoir qui, naguère encore, était l'apanage de la foi en Dieu et de Dieu lui-même : le miracle de la guérison.

Seule la pensée négative guérit véritablement

La tendance très humaine à idéaliser le passé en sélectionne les épisodes les plus « positifs ». Ces personnes qui guérissent « véritablement » par le pouvoir de leur pensée positive – nous verrons plus loin que d'autres pensent avoir guéri par leur pensée positive, mais n'ont fait qu'éliminer les symptômes – ont oublié, idéalisation du passé oblige, les épisodes de désespoir, de pensée absolument négative, qui ont précédé ce beau matin ensoleillé, extatique, de la pensée positive. Dans cette « pensée négative » régnait la souffrance psychique jusqu'au désespoir qui se caractérise particulièrement par le renoncement à son pouvoir personnel où on se sent abandonné par la vie et où on veut parfois l'abandonner soi-même en se laissant abîmer par la folie et la terreur de la mort. C'est précisément lors de cet épisode de « pensée négative » que se déclenchent les mécanismes endogènes d'auto-guérison. Et c'est lorsque le processus de guérison atteint un seuil de densité critique que l'organisme (inconscient) envoie ses premiers signaux neuronaux au cortex préfrontal (conscient) et que la personne malade s'écrie : « je veux guérir, je vais guérir ».

Cette première intuition vague et confuse d'une guérison embryonnaire est interprétée instantanément au niveau conscient par une intention (pensée positive) certaine et absolue. Interprétation naïve d'une intuition, qui dit que « ça guérit dans mon corps », par une intention résolument positive qui n'a rien à voir avec un pouvoir personnel, mais qui est totalement sous l'emprise d'une névrose de toute-puissance qui flirte dangereusement avec la psychose. Cependant, cette névrose peut accompagner « positivement » le processus déjà enclenché de guérison, mais aussi le ralentir et/ou le stopper.

La maladie aime la pensée positive

Pourquoi la pensée positive peut-elle ralentir ou stopper le processus de guérison pour redonner à la maladie ses droits? C'est que le processus de guérison peut s'user, se dégrader et rencontrer des résistances dans sa lutte contre la maladie. Dès lors, un autre épisode de pensée négative s'impose pour redynamiser le processus de guérison. Cette redynamisation se présentera encore sous forme d'intention toute-puissante. Et ainsi de suite jusqu'à la modération et la disparition progressive de la toute-puissance, jusqu'à la sublime découverte de l'humilité. C'est-à-dire de sa vérité comme dirait Thérèse d'Avila.

Par contre, quand une personne a goûté aux saveurs de sa pensée positive qui lui a semblé entraîner sa guérison, l'émergence du désespoir peut l'amener à se crispier, crispation stimulée par tous ses proches et les discours scientifiques, pour se garder absolument dans la pensée positive. Cette personne se coupe ainsi de son corps et laisse libre cours à la maladie. Celle-ci se nourrit de cette souffrance psychique qui cherche à se libérer de son emprisonnement corporel, mais qui y est alors refoulée par la pensée positive. Aussi se dit-elle : « Si ma pensée positive m'a déjà guérie, je dois à tout prix la conserver si je ne veux pas que la maladie revienne comme avant, si je veux poursuivre ma guérison ». Autant la pensée positive a pu accompagner (stimuler?) le processus de guérison, autant maintenant elle l'inhibe et stimule le processus inverse délétère.

Par la maladie se matérialise une souffrance psychique

Avec Nietzsche, Freud et Jung d'abord – quoique Pascal et Spinoza l'avait déjà découvert bien avant –, ensuite avec la médecine psychosomatique, les maladies (ou la plupart) sont une « condensation » d'énergie ou somatisation (*soma* du grec signifie corps) d'une souffrance refoulée dans l'inconscient. On doit inclure dans la somatisation les différents types de dépression, les névroses, les psychoses, etc., sachant désormais que les dysfonctionnalités, compulsions et autres maladies mentales sont indissociables d'un dérèglement du système hormonal, sont donc une matérialisation (somatisation) d'une souffrance. Cette souffrance refoulée peut avoir été générée lors d'événements douloureux dans sa propre vie, lors de la gestation ou de la période d'allaitement notamment, ou peut avoir été héritée d'un parent ou d'un ancêtre (souffrances transgénérationnelles), ou encore avoir été absorbée d'un proche, d'un ami, d'un collègue, de la société, de l'humanité. Ce paquet de souffrances, identifié à telle ou telle personne morte ou vivante, devient, aux yeux du chamane, une véritable (id)entité, ou esprits maléfiques, qui rend son patient malade.

La pensée négative guérit

Pourquoi est-ce lors de l'épisode de pensée négative (folie, terreur, désespoir...) qui précède l'avènement de la pensée positive que se déclenchent les processus endogènes d'auto-guérison? La maladie, condensation d'une

souffrance psychique quelconque (esprit maléfique) somatisée (souffrance physique) dans une région du corps, un organe, une fonction physiologique, ne peut être véritablement éliminée que si la souffrance psychique qu'elle exprime n'est éliminée. Dès que cette souffrance psychique commence à évacuer le corps malade, celui-ci commence à guérir, étant de moins en moins nourri par la souffrance psychique dont la source se tarit. Et quand la souffrance psychique ne nourrit plus suffisamment la maladie, c'est alors que les processus de guérison s'enclenchent et progressent. Lorsque la guérison atteint un seuil de densité critique, l'information de la guérison émerge jusqu'à la conscience. Les neurosciences estiment que la conscience des influx nerveux doit augmenter de 10% pour que le phénomène soit perçu par les sens. C'est vraisemblablement cette densité critique de guérison dans un laps de temps relativement court dont le cortex préfrontal est informé. Il est saisi de « quelque chose » naïvement interprété comme une « pensée positive » contaminée des névroses ambiantes de toute-puissance.

Ce processus d'élimination de la souffrance psychique (désespoir, terreur...), parallèle de l'élimination de la souffrance physique (maladie), s'opère par un transfert de la douleur depuis le corps (cerveaux reptilien et limbique) jusqu'à la conscience (cortex cérébral). Pour que la souffrance psychique, qui s'exprime par la souffrance physique (plus ou moins ressentie ou potentiellement ressentie), se libère et libère le corps, elle doit être conscientisée (ressentie) dans toute son horreur. Il n'y a pas de libération de souffrance psychique sans qu'elle soit ressentie extrêmement douloureusement. Bien avant qu'on en parle ici maintenant, Kierkegaard avec son « Traité du désespoir » et son « Concept de l'angoisse », Freud avec ses « abréactions », Jung avec ses « catharsis », Janov avec ses « cris primals », etc. savaient très bien que « ça » fait mal quand la souffrance sort. Et c'est quand la souffrance sort qu'elle sèvre la maladie et que le malade s'abîme dans les pensées les plus négatives qu'on puisse imaginer. Telle est la seule condition d'une véritable guérison sans intervention chamanique.

L'accompagnement psycho-chamanologique peut favoriser la pensée négative guérissante

Dans nos sociétés occidentales, il n'y a pas d'intervention chamanique possible, vu l'impossibilité d'y rencontrer un quelconque chamane. Au mieux, un psycho-chamanologue, c'est-à-dire un psychothérapeute occidental s'inspirant du chamanisme traditionnel, peut accompagner un malade dans son processus de guérison en lui rendant possible et en lui facilitant l'exercice de libération de la souffrance. Il peut le faire en atténuant certaines résistances et en permettant minimalement un transfert de souffrance de son patient à lui-même. En effet, s'il joue alors un rôle chamanique, il ne peut le faire que bien partiellement, car, chez les Occidentaux, la libération de la souffrance ne peut s'effectuer véritablement que si elle est globalement assumée par le malade lui-même. Dans cette périlleuse aventure, le psycho-chamanologue, qui a dû d'abord se libérer de ses souffrances (itinéraire chamanique) pour l'habiliter à intervenir, ne

peut que sécuriser le malade pour stimuler son processus de libération et pour éviter la catastrophe (suicide, folie...) lors de moments cruciaux de ce « rite de passage ».

Ce n'est donc pas par la pensée positive, mais par la pensée négative qu'on peut guérir véritablement. Les chamanes le savaient depuis la nuit des temps. Dans la perspective chamanique, on ne peut guérir que si l'esprit maléfique, qui se matérialise (somatise) dans le corps, est expulsé. L'expulsion de l'esprit maléfique annonce la guérison. On trouvera l'explication de ce mécanisme dans le chapitre « Torture adoptive » de mon ouvrage *Anthropologie chamanique*. On y verra, notamment que l'expulsion de cette souffrance est une expérience tellement dangereuse et douloureuse que seul le chamane a l'habileté et le courage de l'effectuer. Pour ce faire, par des techniques de transe, il absorbe en lui cet esprit maléfique qui consiste en une souffrance collective condensée dans les symptômes du malade. Dès lors, le malade commence à guérir au moment où le chamane se retrouve aux prises dans son corps avec les causes (esprit maléfique) de la maladie du patient libéré. Mais comme il est chamane, il peut, lui, maintenant s'en libérer sans trop de séquelles; quoiqu'il arrive parfois que certains chamanes y laissent leur santé et leur vie même.

Limites du chamanisme traditionnel chez les Occidentaux

Comme les sociétés chamaniques sont des systèmes très fusionnels où la collectivité tient une primauté absolue sur les individualités, et comme l'inconscient ou l'invisible tient une place beaucoup moins importante dans l'ensemble de la personnalité de chacun, les transferts de souffrance sont plus évidents et plus fluides d'une personne à l'autre ou de la société à la personne ou du malade au chamane. Dans nos sociétés occidentales, les transferts s'effectuent aussi, mais sont plus invisibles, plus inconscients et le transfert de souffrance du malade au thérapeute psycho-chamanique rencontre plus de résistances, plus de censures. Et comme les individualités sont moins fusionnelles les unes avec les autres et comme elles ont la primauté sur la collectivité, la mécanique chamanique de guérison s'effectue davantage dans le malade. L'archétype du processus chamanique, qui implique l'interrelation du malade avec le chamane, se joue surtout dans la personne malade qui intériorise la fonction chamanique consistant à ressentir l'horreur de la douleur pour s'en libérer. Le thérapeute psycho-chamanique joue un certain rôle chamanique en ce sens qu'il peut guider et stimuler le patient à s'auto-chamaniser et à prévenir ou amoindrir les catastrophes en absorbant par compassion et exorcisme un trop-plein de souffrance.

Jésus-Christ : premier psycho-chamanologue

La guérison, dans la perspective chamanique, advient lorsque la souffrance psychique (esprit maléfique) est exorcisée. Et quand elle est exorcisée, elle fait mal. On est loin alors de la pensée positive. On est plutôt terrifié par la pensée négative, submergé par la pensée négative. Un archétype

propre à l'Occident, archétype qu'on retrouve à la fondation de notre civilisation judéo-chrétienne, est celui du processus de guérison dans les Évangiles. Quand Jésus-Christ guérit les malades, il chasse d'abord les « démons ». Le malade tombe en convulsion, tremble d'effroi, gémit. La souffrance qu'il ressent ne lui donne pas le répit nécessaire pour s'adonner à la pensée positive. Quand les démons (souffrance refoulée) sont exorcisés, ils s'agitent frénétiquement, et leur hôte (malade) en est totalement perturbé. On est en plein paroxysme de la pensée négative. Puis vient l'accalmie et la guérison. On retrouve approximativement ce schéma à plusieurs reprises dans les Évangiles. Ce n'est pas lors de l'accalmie que se déclenche la guérison – c'est peut-être à ce moment que les patients de Jésus-Christ ont eu une pensée positive – mais lors de l'expulsion des esprits maléfiques. Jésus-Christ était plus un psycho-chamanologue qu'un chamane traditionnel puisqu'il n'entraînait pas lui-même en convulsion ni ne gémissait, n'ayant pas absorbé la souffrance de ses patients, ou l'ayant absorbé minimalement, et puisqu'il stimulait ses patients à se libérer de leurs souffrances en les exorcisant. Comme un psycho-chamanologue, contrairement aux chamanes traditionnels qui gardent leurs concitoyens dans la totale dépendance, Jésus-Christ responsabilisait ses patients face à leur auto-guérison en leur enseignant à s'auto-chamaniser. Quand il leur disait « Allez et ne péchez plus » il les invitait à apprendre à se chamaniser eux-mêmes, c'est-à-dire à maîtriser les esprits maléfiques (péchés) comme peut le faire le chamane.

Ce n'est donc pas la pensée positive qui guérit, mais la pensée négative qui lui est antérieure et qui guérit véritablement. En effet, celle-ci guérit parce qu'elle évacue les causes que sont les souffrances refoulées pour un Occidental, ou les esprits maléfiques pour un chamane.

Cette pensée positive, prétendument toute-puissante, qui se targuait d'être l'avant-garde de l'idéologie libertarienne, se dévoile, quand on explore minimalement les arcanes de l'invisible, d'une indigence pitoyable. Ce serait donc la pensée négative qui aurait un tel statut, mais qui ignore totalement qu'elle est en train d'effectuer une guérison. Ce n'est plus l'intention (pensée positive) qui compte, mais ce préalable inconscient débusqué par les neurosciences.

La pensée négative permet la guérison comme le chaos permet la complexité

Si la guérison par la pensée positive était possible, les lois les plus fondamentales de la matière, de la nature, du cosmos et de la vie même mériteraient d'être révisées. L'une de ces lois, découverte par Prigogine dans son laboratoire et baptisée « structures dissipatives »¹, concerne l'évolution des systèmes physico-chimiques. Cette loi d'évolution des systèmes (atomes, molécules, cellules) basement matériels, a déterminé toute la (r)évolution sandiniste du Nicaragua. Cette étude, objet de ma thèse de doctorat², je l'avais

¹ I. Prigogine, *Physique, temps et devenir*, Paris, Masson, 1980.

² *La révolution sandiniste au Nicaragua : une revitalisation nativiste, éthique et religieuse*, thèse de doctorat, Montréal, UQAM, 1995.

faite auparavant sur d'autres évolutions sociales pour mieux comprendre les mouvements de revitalisation, c'est-à-dire les messianismes, millénarismes, nativismes (indigénismes), revivalismes. Je l'ai ensuite homologuée à la théorie de Durand³, disciple principal de Jung et spécialiste des évolutions de l'imaginaire, c'est-à-dire des archétypes de l'inconscient collectif. Finalement, je l'ai utilisée pour approfondir nos compréhensions des processus d'initiation chamanique, de victimisation sacrificielle, de guérison des maladies, d'adaptation des espèces animales et du « genre humain ». La théorie de Prigogine, par sa fécondité heuristique, se révèle donc universelle. Elle devrait alors permettre de comprendre pourquoi le processus de guérison est déjà en maturation avant même que le malade en prenne conscience.

Selon Prigogine, quand un système entre en phase chaotique aiguë, dans une région infime du système s'amorce une fluctuation microscopique (invisible). Cette fluctuation microscopique régionale porte l'information propre au système, information, ou loi, ou identité, ou ordre, annulée, annihilée par le chaos, par le désordre. Plus le désordre s'accroît, plus il re-suscite, réveille, dynamise les lois du système. Le paroxysme du chaos permet, paradoxalement, le retour en force de l'ordre propre au système, de son identité bafouée par l'altérité du chaos, mais à un niveau plus élevé de complexité. Grâce au désordre, le système évolue d'un cran. C'est au moment même du désordre que se trame dans l'invisible (visible par des microscopes sophistiqués) le « rétablissement » amélioré du système. La fluctuation microscopique régionale devient rapidement le nouvel ordre en revitalisant les lois du système. Avant même que le nouvel ordre devienne visible sans l'aide du microscope, il pouvait sans doute atteindre une densité perceptible aux yeux avisés. Ainsi guérit tout système de ses maladies (chaos). Et quand un système peut réfléchir, système doté d'un certain niveau de conscience, il est susceptible de pressentir le retour en force de ses lois systémiques et déclarer qu'il est en train de guérir. Et s'il est aux prises avec une névrose de toute-puissance, il attribuera erratiquement à sa volonté une guérison que souvent il peut ainsi compromettre.

Durand avait bien compris cette dynamique qui se joue au niveau de l'inconscient, dynamique invisible qu'il nomme « maturation intrinsèque ». Dynamique qui interagit avec le niveau conscient qui est cette « motivation extrinsèque » visible. Il faut que cette maturation intrinsèque, ou processus invisible inconscient de guérison, ait atteint une certaine densité pour qu'elle soit dynamisable par une motivation extrinsèque ou intuition interprétée en intention visible, consciente de guérison. La formulation de Durand : « Une motivation extrinsèque vient dynamiser une maturation intrinsèque » résume bien cette idée que le processus inconscient de guérison (maturation intrinsèque) peut être dynamisé par une motivation extrinsèque qui est un paroxysme de chaos, ou pensée négative, basculant en un nouvel ordre plus complexe, c'est-à-dire une pensée positive non volontariste, mais doutant d'elle-même, une espérance humble. Que ce soit sur le plan physique, sociologique, psychologique, pathologique, désormais, certains scientifiques iconoclastes étudient, selon

³ *L'imagination symbolique*, Paris, PUF, 1968.

Engel « l'émergence de l'ordre [guérison] à partir du désordre [pensée négative] ».⁴

La guérison est à la pensée négative ce que la dérision est à la pensée positive.

La pensée positive tue

Nombreux qui me diront : « j'ai guéri grâce à la pensée positive sans ce préalable de pensée négative ». Ceux-là ignorent qu'ils appartiennent à l'une et/ou l'autre des trois catégories suivantes :

1. Ils ont fait quelques rêves négatifs préalables
2. Ils ont côtoyé un psycho-chamanologue qui s'ignore
3. Ils ont refoulé leur souffrance psychique dans leur inconscient et/ou l'ont refilée à d'autres.

1. Ils ont fait quelques rêves négatifs préalables

Il peut arriver qu'un malade guérisse véritablement, c'est-à-dire qu'il se libère véritablement de la souffrance psychique inconsciente qui cherchait à se faire entendre par le conscient du malade, sans qu'il eût préalablement un épisode de pensée aussi négative qu'on vient de le supposer. Que la personne ait eu de la peine, de la déprime, du désarroi, de l'inquiétude à l'annonce de sa maladie n'a rien à voir avec l'horreur de la pensée négative décrite plus haut. Cette personne, par un beau matin qui chante, décrète qu'elle va guérir par sa pensée devenue subitement positive. Il m'est arrivé souvent dans ma pratique psycho-chamanologique de constater que des guérisons survenaient ainsi à la suite ou en synchronicité avec la pensée positive sans cet épisode préalable de pensée négative. Il y aurait là matière à remettre en question mes hypothèses de travail thérapeutique. Bizarrement, ces nombreux cas appuient la vraisemblance de mes hypothèses. Comment est-ce possible? Ma préoccupation est d'affaiblir les résistances (mécanismes de défense) de mes patients pour qu'ils cessent de refouler la souffrance psychique qui rend malade et qu'ils s'en libèrent pour guérir. Nombreux sont ceux qui n'ont pas à vivre cet épisode si douloureux de pensée négative et qui débouchent sur la pensée positive et la guérison. Ceux-là sont les rêveurs, ou plutôt ceux qui, dans leur démarche thérapeutique, en arrivent, comme les chamanes, à rêver beaucoup et à contrôler, ou censurer, de moins en moins leurs rêves. Leurs rêves peuvent ainsi libérer des contenus douloureux enfouis profondément dans leur inconscient stigmatisant leur corps en nourrissant la maladie. Ces rêves constituent des épisodes courts et extrêmement condensés de pensée négative libératrice, épisodes vécus durant le sommeil de la nuit précédant et rendant possible la pensée positive du matin glorieux. Ces rêveurs bénéficient de la « grâce sanctifiante » car ils libèrent en quelques instants des souffrances psychiques que d'autres auront à ressentir

⁴ Pascal Engel, « Tout tohu-bohu est-il un capharnaüm? », *Science et Avenir*, Hors-série, no. 143, juillet-août 2005, pp. 14-15.

pendant des jours, des semaines, des mois avant que leurs résistances ne cèdent.

2. Ils ont côtoyé un psycho-chamanologue qui s'ignore

Il n'est pas absolument nécessaire d'être engagé dans un itinéraire psycho-chamanologique pour bénéficier de cette grâce. Certains y arrivent « instinctivement ». On peut supposer que ces personnes jouissent d'une sensibilité profonde à leur inconscient personnel et particulièrement à leur inconscient collectif où se tapit l'archétype de la mécanique chamanique. Chez certains malades, cet archétype se dynamise. Il est comme un « esprit-chamane », un esprit bénéfique du monde-autre, de l'inconscient collectif de ces individus. Cet esprit-chamane provoque, à l'insu du malade, le déclenchement du processus de guérison. Il a pu être projeté sur des proches qui ont consenti inconsciemment à jouer des rôles chamaniques auprès du malade. Ces personnes, « chamanes » anonymes, médiums de l'esprit-chamane du malade, capables d'authentique compassion, peuvent en effet jouer le rôle de psycho-chamanologues et absorber certaines souffrances qu'elles pourront évacuer pour en libérer le malade, tout en le retournant à sa responsabilité d'assumer ses souffrances. Ces chamanes anonymes sont une denrée très rare. Ils se caractérisent par leur courage de retourner l'autre à sa souffrance sans chercher à l'en priver. Il est capable de le soutenir sans le retenir. Il n'est surtout pas un « bienfaiteur » au sens où l'entend Nietzsche. « Nos bienfaiteurs, écrit-il, sont bien plus que nos ennemis, ceux qui rabaissent notre valeur et notre volonté. Dans la plupart des bienfaits qu'on témoigne aux malheureux il y a quelque chose de révoltant qui tient à la légèreté intellectuelle avec laquelle le compatissant joue à la destinée : il ignore tout de l'enchaînement et de l'engrenage intérieurs qui s'appellent malheur pour *moi* ou pour *toi* ! Toute l'économie de mon âme et l'équilibre qu'elle atteint au moyen du "malheur", le surgissement de nouvelles sources et de nouveaux besoins, la cicatrisation des blessures anciennes, le rejet de pans entiers du passé – tout ce qui peut être lié au malheur, le brave compatissant ne s'en soucie pas : il veut *aider* et ne songe pas qu'il y a une nécessité personnelle du malheur, que la terreur, les privations, les appauvrissements, les minuits, les aventures, les entreprises audacieuses, les échecs me sont et te sont aussi nécessaires que leur contraire, que même, pour m'exprimer de manière mystique, le chemin qui mène à notre propre ciel passe toujours par la volupté de notre propre enfer. »⁵. Ces bienfaiteurs sont de farouches partisans de la pensée positive et à l'extrême opposé du chamane anonyme.

Les interventions anonymement chamaniques, doublées des rêves du malade, peuvent déclencher des processus de guérison. Une fois ainsi déclenchés, ces processus, ayant atteint leur seuil de densité critique, peuvent être interprétés en terme de pensée positive d'autant plus volontariste et libertarienne que le malade est aux prises avec une névrose de toute-puissance.

⁵ Friedrich Nietzsche, *Le gai savoir, Œuvres*, Paris, Flammarion, 2000, p. 248.

En dépit de leurs névroses, ces patients, accablés de leurs pensées positives qui s'avèrent souvent contre-productives en freinant et même stoppant les processus de guérison, peuvent guérir véritablement parce que les causes (souffrances) de la maladie se seront libérées. Non pas par leur volonté toute-puissante, mais par une magie chamanique qui a échappé totalement à leur libre arbitre, à leur conscience. Ils sont « victimes » de leur guérison.

3. Ils ont refoulé leur souffrance psychique dans leur inconscient et/ou l'ont refilée à d'autres

Il y a des cas de « guérison » par la pensée positive sans épisode préalable de pensée négative, ni rêve substitut d'épisode préalable de pensée négative, ni intervention chamanique anonyme. Ces cas se caractérisent par une activité frénétique qui chambarde sens dessus dessous les us et coutumes du malade. Celui-ci s'investit corps et âme dans des activités nouvelles. Tout y passe : alimentation, visualisation, méditation, yoga, croyances, fréquentations, valeurs, horaires, relations amoureuses, profession, responsabilités familiales, etc. Son environnement familial, social, professionnel, physique, tout est transformé, bouleversé.

Nous savons maintenant que la maladie est la somatisation d'une quelconque souffrance qui a émergé des abîmes de l'inconscient. Cette émergence a été provoquée soit par un événement douloureux, soit par un environnement (famille, travail...) de plus en plus insatisfaisant, soit par une montée pulsionnelle déstabilisante, soit par des prises de conscience. Cependant, cette souffrance émergente étant intolérable, toutes les ressources personnelles sont mobilisées afin de refouler cette souffrance là où elle était avant le début de cette émergence, c'est-à-dire profondément enfouie dans l'inconscient. En émergeant, cette souffrance se condense et la tentative de refoulement échoue partiellement.

Cette énergie condensée (esprit maléfique) se matérialise alors en une somatisation qui métaphorise la spécificité de cette souffrance condensée. En effet, la compréhension et l'analyse raffinées prenant en compte la pathologie, l'organe, la partie du corps affectée, l'âge et le mois de l'année où survient la maladie, le contexte, etc., dévoilent l'analogie métaphorique avec le paquet spécifique de souffrance. Dès lors, la maladie, comme le rêve pour Freud, devient une autre « voie royale vers l'inconscient » personnel, généalogique, collectif. En termes chamaniques, la maladie représente la physionomie, l'identité d'un esprit maléfique. Il en va ainsi même pour les accidents qui surviennent lorsqu'une souffrance émerge, souvent en synchronicité avec une autre (ou d'autres) personne(s) impliquée(s) dans le même accident. C'est un esprit maléfique, dirait le chamane, qui a alors possédé la (ou les) personne(s) impliquée(s) dans l'accident.

Cette souffrance émergente, n'ayant pas été refoulée comme elle l'était auparavant, entraîne l'infortune et le malheur en se condensant en maladie ou en accident. Selon l'influence du contexte familial, social, idéologique, un malade, sans avoir passé par un terrifiant épisode de pensée négative, bascule

subitement ou subrepticement dans la pensée positive avec son arsenal de techniques thérapeutiques, spirituelles, sportives, etc. Il mange bien, il dort bien, il baise bien (tantriquement), il prie bien, il médite bien, il visualise bien, il se médicamente bien, bref il agit bien parce qu'il pense bien (positivement). Il en tire rapidement des bénéfices. Il déclare qu'il est en train de guérir. Bientôt il dira qu'il est guéri par la grâce de sa pensée positive. Ce que médecins, parents, amis reconnaîtront aussi. Ce miraculé n'a pas eu d'épisode préalable de pensée négative, ni de substitut onirique ni de rencontre avec un psycho-chamanologue anonyme.

Ces cas représentent pour moi, dans ma pratique psycho-chamanologique, de graves échecs, même si ces miraculés m'attribuent une part importante de mérite dans des guérisons (spectaculaires!) qui n'en sont pas. Les symptômes ont disparu, mais les causes, non. Ces fallacieuses guérisons sont générées par trois phénomènes.

Premier phénomène : l'effet S.I.R.I.M.

Le premier phénomène stoppe l'émergence de la souffrance. Il s'agit de l'effet S.I.R.I.M.⁶ Selon cette Société Internationale de la Recherche Interdisciplinaire sur la Maladie, la maladie serait la conséquence d'un environnement (familial, professionnel...) opprimant, frustrant. La transformation de cet environnement rend la maladie caduque. L'oppression de cet environnement a pu provoquer une émergence de souffrance qui a été rapidement refoulée, mais pas suffisamment. Cette souffrance condensée va ensuite se somatiser. La pensée positive avec son arsenal de techniques thérapeutiques et para-thérapeutiques modifie tellement le quotidien du malade que son environnement délétère, qui a causé l'émergence de la souffrance, n'a plus de motifs raisonnables pour continuer à le faire. Comme les conditions propices à l'émergence sont éliminées par les activités frénétiques suscitées par la pensée positive, les souffrances de l'inconscient cessent d'alimenter la somatisation. Les symptômes s'estompent, mais les causes restent et s'amplifient même. Un jour ou l'autre, la même maladie reviendra et plus violemment encore ou une autre plus grave si ce n'est à cause du vieillissement et de l'accumulation des souffrances au cours des ans.

Deuxième phénomène : ajournement de la maladie par refoulement de la souffrance

Le deuxième phénomène refoule la souffrance dans l'inconscient en la rediluant dans le corps. Il arrive aussi que la pensée positive, sans l'un ou l'autre des trois préalables mentionnés plus haut, élimine les symptômes sans qu'il y ait tout ce chambardement environnemental. Cette pensée positive peut, mais difficilement, arriver non seulement à stopper l'émergence de la souffrance, mais encore à la retourner au plus profond de l'inconscient, donc à rediluer dans

⁶ S.I.R.I.M., *Alors survient la maladie*, Montréal, Empirika/Boréal, 1984.

l'ensemble du corps, la souffrance qui s'était condensée en somatisation. Là aussi les symptômes disparaissent, mais qu'on s'attende à ce que la maladie revienne en force.

Troisième phénomène : ce que l'un refoule, il le refile à l'autre, aux autres

Le troisième phénomène transfère la souffrance à d'autres. Les conséquences les plus dramatiques de la pensée positive sans préalables négatifs ou psycho-chamaniques sont de nature à dissuader quiconque à s'y adonner. En effet, ce que l'un refoule, il le refile à l'autre ou aux autres. La personne, qui refoule par sa pensée positive une souffrance émergente, la refile à un proche, même à un inconnu, plus fragile, plus vulnérable. Elle l'inflige à l'autre qui en sera affligé. Au niveau de l'inconscient, familial surtout, se joue le mécanisme archétypal du sorcier (celui qui refoule par sa pensée positive) qui jette un mauvais sort à sa victime (l'autre qui absorbe le paquet de souffrance, ou esprit maléfique, refoulé par l'un).

Évidemment, la personne malade qui s'exerce à la pensée positive soutenue par son arsenal de techniques thérapeutiques conventionnelles ou alternatives et de techniques para-thérapeutiques comme le yoga, la méditation, le jogging, etc. guérit d'autant plus facilement qu'elle côtoie des personnes fragiles et vulnérables, proches et parfois même inconnues, qui absorbent cette souffrance refoulée et qui risquent de sombrer dans le malheur pouvant aller de la psychose à la maladie mortelle en passant par une série d'échecs professionnels, conjugaux, etc. Dans l'ouvrage *Psychologie et chamanisme au 21^e siècle*⁷ je relate plusieurs histoires de cas qui montrent comment une souffrance refoulée chez l'un resurgit chez l'autre – qui peut être aussi un animal domestique – sous forme de malheurs et d'infortunes.

« Invasion barbare » de la pensée positive

Il n'est pas nécessaire d'être malade pour développer une pensée positive. Cette attitude névrotique peut être assez permanente chez bon nombre d'entre nous. Les dévots de cette nouvelle religion –on l'a effectivement vu naître et prospérer au fur et à mesure de l'effondrement du christianisme officiel partout en Occident et plus particulièrement au Québec au cours des trente dernières années – n'ont qu'un culte : l'adoration de la toute-puissance de leur pensée positive. Mon hypothèse : il y aurait un lien de cause à effet, tout au moins une troublante synchronicité entre « l'invasion barbare » de ce trait culturel dans nos sociétés occidentales et la montée en flèche des malheurs (suicide, troubles psychiques, cancers, sida, allergies, etc.) chez les individus les plus vulnérables, les plus fragiles. Déjà, dans ma pratique psycho-chamanologique, je suis en mesure de constater que plusieurs de mes patients souffrent de la contamination d'un parent, d'un collègue, d'un ami doté d'un système de refoulement puissant, apôtre de la pensée positive.

⁷ Jean-Jacques Dubois, *Psychologie et chamanisme au 21^e siècle*, Louise Courteau éditrice, 1999.

Ces personnes sont de véritables poisons. Et ceux qui en sont empoisonnés non seulement n'ont pas les antidotes appropriés, mais ont les brèches appropriées pour accueillir des souffrances qui viennent se synergiser à leurs propres souffrances. La victime du bourreau positiviste n'est pas innocente. Elle a la responsabilité de développer ses antidotes en réparant les brèches par où entrent les esprits maléfiques mandatés par le sorcier positiviste. Mais ces brèches, ce sont aussi des blessures, des souffrances susceptibles d'absorber les souffrances du bourreau dans la mesure où ces souffrances-là sont en affinités spéculaires ou complémentaires avec ces souffrances-ci.

Conclusion : quelques méchancetés sur la biologie totale

Quand des thérapeutes – les biologistotaliens notamment – refusent de traiter les personnes qui n'ont pas la certitude de guérir, ils ne prennent pas grand risque d'échouer dans leurs entreprises curatives. Quand les intervenants en biologie totale affirment qu'ils atteignent un taux de guérison de 90%, quels mérites peuvent-ils s'attribuer sachant désormais que ceux qui guérissent vraiment, ceux dont la pensée positive avait été précédée par la pensée négative, étaient déjà en processus de guérison avant même la première consultation? Et pour les autres, ils peuvent certes faire partie de ceux qui « bénéficient » de l'arsenal thérapeutique qui consolide leur pensée positive. Alors, ces intervenants ne font qu'ajouter au malheur en se donnant et en donnant l'illusion à tous (à presque tous) d'effectuer des miracles. Le fait de découvrir les conflits hamériens ou psychogénéalogiques et de constater la guérison qui s'ensuit n'a aucune concaténation causale de la guérison. En effet, on peut raconter n'importe quoi, puisque c'est le refoulement de la souffrance qui cause non pas la guérison, mais la disparition des symptômes qu'on prend pour une guérison qui ne fait qu'amplifier le problème en l'ajournant ou que le multiplier en le refilant à d'autres. Le seul fait de découvrir les conflits hamériens ou psychogénéalogiques n'a qu'une fonction placebo qui consolide et amplifie même le malheur en l'ajournant et le multipliant.

Le statut « scientifique » conféré aux « foyers de Hamer », qui établissent fallacieusement des relations dogmatiques entre des conflits spécifiques et des somatisations correspondantes, ne fait qu'ajouter à la foi inébranlable envers la toute-puissance de sa pensée positive. Ces pseudo-découvertes des causes conflictuelles de sa maladie encouragent le patient à poursuivre son effort de refoulement qui gomme les symptômes tout en amplifiant les causes. Ces pseudo-découvertes semblent incontestables étant donné la pesanteur – qui écrase la conscience – de l'argument « scientifique ». Dès lors, toute exploration de la souffrance qui cherche à se faire entendre à la conscience par la maladie est censurée. Comment nos humbles prises de conscience personnelles pourraient-elles rivaliser avec les dispositifs scientifiques sophistiqués qui ont déjà tout décrété sur le cas de chacun? Ce sont pourtant ces prises de conscience personnelles, humbles, douloureuses, favorisées par des introspections « chamaniques », qui sont susceptibles de libérer la souffrance et, ce faisant, de libérer le corps et l'âme de la maladie.

**Ce texte est le chapitre deux de *Comprendre le malheur. Sans amour tout est inceste*.
St-Zénon, Louise Courteau éditrice, 2007.**