

Cerveau et spiritualité.

De la croyance à la connaissance



Boris Cyrulnik

Référence : 1735

[Extrait – 1735 – B. Cyrulnik – Cerveau et spiritualité](#)



Retrouvez l'intégralité de cette conférence en vidéo dans notre Formathèque.

Catégorie : « **Psycho-socio-éducative** »

Sous-catégorie : « **Psychologie et développement** »

[Cerveau et spiritualité. De la croyance à la connaissance](#)

Vous pouvez également acheter la **retranscription complète** de cette conférence **au prix de 20,00 €** en nous adressant un mail à l'adresse suivante : asbl@educationetfamille.be

Dans cette conférence, Boris Cyrulnik traitera la séparation entre le corps et l'esprit dans la culture occidentale, à travers l'expérience d'un praticien travaillant avec des enfants soldats, et explorera l'impact de la spiritualité, distincte de la religion, sur leur guérison émotionnelle.

Introduction

Le titre est volontairement provocateur, car comme vous l'avez souligné, nous, les Occidentaux, sommes souvent confrontés à un choix dualiste : d'un côté le corps, de l'autre l'âme, deux entités que l'on considère souvent comme totalement distinctes. Cette distinction est souvent attribuée à **Descartes**¹, mais elle découle en réalité de la culture occidentale chrétienne qui favorise ce dualisme. Même aujourd'hui, nous avons du mal à faire le lien entre les deux, bien que ce lien ait été établi par le philosophe **Spinoza**², au prix de fortes critiques, considérées comme un blasphème, et par le neurologue **Damasio**³, qui a été moins sévèrement jugé en raison de sa profession. Pourtant, c'est cette approche que je vais tenter de défendre, à savoir que nos raisonnements sont biaisés par cette séparation entre le corps et l'esprit.

¹ Mathématicien, physicien et philosophe français.

² Philosophe néerlandais.

³ Médecin, professeur de neurologie, neurosciences et psychologie luso-américain.

L'impact de la spiritualité sur les enfants soldats : réflexion d'un praticien de terrain

Comment en suis-je venu à réfléchir à cela ? Cela vient de mon expérience de praticien, notamment lors de mon séjour avec l'UNICEF à Goma, en République Démocratique du Congo. J'ai eu l'occasion de côtoyer des enfants soldats, une réalité présente non seulement au Congo, mais aussi en Amérique du Sud, comme en Colombie où j'ai également travaillé, et dans de nombreux autres pays où des enfants ont été utilisés comme soldats et envoyés à la mort. Ces enfants, âgés en moyenne de 10 à 12 ans, étaient profondément affectés par leur expérience, marqués par l'exploitation, les horreurs qu'ils ont vues ou commises. Physiquement et psychologiquement éprouvés, ces enfants ne souriaient pas, ils étaient maigres, perdus. Certains m'ont demandé : "Pourquoi je me sens bien seulement à l'église ?" Cette question, posée par eux-mêmes, m'a profondément interpellé. Pourquoi ces enfants, sans éducation religieuse, découvraient-ils par eux-mêmes que l'église était un lieu d'apaisement ? Qu'ils ne connaissent pas la religion catholique, prédominante au Congo, ne faisait que rendre la question plus troublante. Certains de ces enfants avaient été arrachés à leur foyer, à leur famille, d'autres étaient des enfants des rues enrôlés de force dans les rangs des enfants soldats.

En cherchant des réponses, j'ai réalisé que bientôt, nous serons 8 milliards d'êtres humains sur cette planète. Parmi nous, plus de 7 milliards parlent quotidiennement à leur Dieu, au sein desquels se comptent 35 000 divinités différentes.

Cette propension à la spiritualité, bien distincte de la religion, est répandue chez la majorité des êtres humains. Il est important de noter que je ne parle pas ici de religion organisée, avec ses rites et ses obligations. Je parle d'une communication entre des êtres humains ordinaires mais anxieux et une entité invisible qui leur répond. Ces enfants n'étaient pas psychotiques, et le dialogue avec cette entité, même si elle est impossible à percevoir, avait un effet rassurant sur eux.

Ma réflexion a débuté avec cet étonnement de praticien. En parcourant la littérature, j'ai découvert un livre fascinant, clair, facile et agréable à lire : "De l'angoisse à l'extase" de **Pierre Janet**⁴. Il ne s'intéresse pas aux rituels religieux, tels que les habitudes vestimentaires, les prières, les parfums ou les offrandes alimentaires. Il explore plutôt la révélation de l'angoisse : qu'est-ce qui nous rend anxieux ? L'angoisse, explique-t-il, diffère de la peur en ce sens qu'il n'y a pas d'objet précis qui la provoque. C'est une appréhension diffuse, le sentiment que quelque chose de grave va arriver sans que l'on puisse le définir. Il note également que beaucoup de personnes connaissent ce processus : l'anxiété peut soudainement laisser place à l'extase. Cela me fait réfléchir sur la binarité des émotions, notamment chez les personnes mélancoliques qui peuvent basculer vers un état maniaque, créant une confusion pour elles-mêmes et leur entourage.

Observation

Ce phénomène, je l'ai observé chez mes patients, mais c'est vraiment en côtoyant les enfants soldats congolais que j'ai pris conscience de son importance. En relisant mes dossiers, j'ai réalisé que de nombreux patients m'avaient décrit cette expérience sans que je m'y attarde particulièrement. Par exemple, un pasteur protestant, pendant la Seconde Guerre mondiale, a vécu une situation où l'angoisse intense a soudainement cédé la place à l'extase alors qu'il était sur le point d'être arrêté par les soldats ennemis. Il avait anticipé la mort imminente, mais au moment fatidique, il a ressenti une euphorie intense.

⁴ Philosophe, psychologue et médecin français.

Des exemples similaires se retrouvent dans la littérature, comme celui de **Paul Claudel**⁵ ou **d'Éric-Emmanuel Schmitt**⁶, qui ont vécu des moments de désespoir intense suivis d'une expérience transcendante.

Ces témoignages soulèvent une question peu explorée dans la psychologie et la sociologie contemporaines : pourquoi passons-nous biologiquement de l'angoisse extrême à l'euphorie excessive ? Souvent, cela s'accompagne d'une conviction profonde d'avoir rencontré une entité transcendante, parfois symbolisée par la Vierge Marie pour les chrétiens. J'ai pu observer des manifestations de religiosité intense au Brésil, mais ce phénomène va au-delà de la religiosité en soi, comme je l'expliquerai plus tard.

Il est important de noter qu'il existe une origine biologique à ce phénomène. On peut passer de la mélancolie à l'accès maniaque, de l'angoisse à l'extase, et cela est souvent observé dans la vie quotidienne. En termes biologiques, certaines substances peuvent provoquer cette transition. Par exemple, la cortisone ou le cortancyl, souvent prescrits à des fins médicales, peuvent induire une euphorie sans raison apparente en stimulant ce que les neurologues appellent le faisceau de la récompense dans le cerveau. D'autre part, certaines substances utilisées dans le traitement du cancer peuvent causer des dépressions sans objet, activant ce que l'on appelle la "zone de la punition" dans le cerveau, entraînant des sentiments de souffrance et de désespoir.

Il existe de nombreuses substances, telles que la cortisone, le peyotl ou le corydrane (une amphétamine autrefois en vente libre), qui peuvent modifier profondément l'état mental d'une personne. **Jean-Paul Sartre**⁷, par exemple, a utilisé du corydrane pour écrire "Le mur", mais a connu une expérience délirante en conséquence.

Chez les peuples indigènes d'Amérique du Sud, on a découvert des substances comme le peyotl chez les Aztèques, la mescaline, le LSD. Des personnalités comme **Jean-Paul Sartre** et **Marguerite Duras**⁸ consommaient du corydrane, une amphétamine. Tout cela met en lumière un argument biologique pour soutenir l'idée que le corps et l'âme ne sont pas séparés.

Des situations extrêmes, comme celle d'Auschwitz, déclenchent ces processus et sont récupérées sur le plan psychologique. Par exemple, après l'Holocauste, certains ont affirmé que plus personne ne pouvait croire en Dieu. Cependant, des recherches menées par le psychologue italien **Foletti**⁹ parmi les survivants ont montré que la foi en Dieu n'était pas nécessairement altérée par de telles épreuves. Certains sont sortis de cette expérience toujours croyants, d'autres ont perdu leur foi, et la plupart ont simplement continué leur cheminement spirituel. Ces résultats suggèrent que la croyance en Dieu est étroitement liée à la neurobiologie, aux relations et aux conditions socioculturelles.

Cela soulève une question essentielle : une croyance ou une représentation de quelque chose sans objet physique, comme Dieu, est-elle valable ?

⁵ Dramaturge, poète, essayiste et diplomate français.

⁶ Dramaturge, nouvelliste, romancier, réalisateur et comédien franco-belge.

⁷ Philosophe et écrivain français.

⁸ Auteure, dramaturge, scénariste et réalisatrice française.

⁹ Psychologue italien.