

LA SANTE

PROCESSUS PSYCHOSOMATIQUE DE LA MALADIE

INTRODUCTION

Un problème psychosomatique se dit d'un trouble physique, organique ou fonctionnel, d'origine psychique.

La médecine psychosomatique est donc une discipline qui s'intéresse aux troubles d'origine psychique, ou au retentissement psychique des maladies.

L'origine psychique des maladies se situe généralement au niveau émotionnel de l'individu, plus rarement à un niveau mental.

On peut même dire que la plupart des maladies sont d'origine psychique.
Voir pour plus de détails l'ouvrage intitulé "Les causes psychiques des maladies".

On peut proposer le processus est le suivant :

Les vécus de la vie courante provoquent des ressentis divers, agréables ou non.

Si un ressenti est pénible, l'individu peut en être affecté.

Ce sentiment lui provoque un stress.

Si l'individu n'est pas capable de trouver une solution à son stress, il en résulte un conflit, qui représente une opposition entre des exigences internes contradictoires.

L'accumulation de stress, de conflits, s'ils ne sont pas résorbés au fur et à mesure, ou s'ils représentent une accélération, ou un pic brutal, peuvent dépasser ce que l'on appelle un seuil de résistance de l'individu.

A partir de là, peut apparaître une maladie.

Nous allons donc définir les notions de vécu, de ressenti, d'émotion, de stress, et de conflit.

LE VECU

L'individu vit des situations diverses dans sa vie quotidienne. Le vécu représente l'ensemble des faits, des événements de la vie réelle.

Un même vécu, pour deux individus, ne sera pas forcément ressenti de la même manière. Un ressenti est caractérisé par un type de ressenti, et une intensité dans le ressenti.

Il en découle des émotions.

Ces émotions peuvent engendrer des stress.

Si le stress est négatif, il peut aboutir à un conflit interne.

Les symptômes de maladie apparaissent lorsque l'individu n'arrive plus à résoudre un ou plusieurs conflits. Il dépasse un point d'équilibre. Son ressenti est trop fort.

LE RESSENTI

Définition :

Le ressenti est la façon d'éprouver une sensation physique, un état affectif, un sentiment. Le résultat peut être agréable ou pénible. S'il est pénible, l'individu peut en être affecté. Le ressenti débouche généralement sur des effets.

Les différents ressentis :

On distingue 4 sortes de ressenti :

- Le réel :

Il concerne le monde des réalités, le monde des choses qui existent effectivement.

- L'imaginaire :

Il concerne des faits qui n'existent que dans l'imagination de la personne.

- Le symbolique :

Il concerne des faits qui constituent un symbole, qui n'ont de valeur que par ce qu'ils expriment.

- Le virtuel :

Il concerne des faits qui n'existent en puissance, en potentiel, qui n'ont pas de rapport avec la réalité.

Chaque individu a son propre ressenti en face d'un vécu.

C'est le ressenti (issu du corps astral), qui provoque l'impact cérébral qui peut aboutir à un impact organique ou psychique appelé maladie.