SVHH

MENSCH · NATUR · KÖRPER · GEIST · SEELE

DÉCLARATION DE PRINCIPES

La conception holistique de la guérison

I La maladie est le signe d'un déséquilibre.

Nous ne la voyons pas comme un ennemi à combattre. Nous la voyons comme l'expression d'une souffrance : quelque chose, dans l'interaction du corps, de l'esprit et de l'âme, a perdu son équilibre ou s'est bloqué. Le symptôme montre où la vie réclame de l'attention. Or la cause et le symptôme ne se situent pas toujours au même endroit. Ce qui se manifeste à un endroit peut avoir son origine tout à fait ailleurs : dans un autre organe, dans un flux d'énergie perturbé, dans une problématique de l'âme ou dans l'environnement d'une personne. C'est pourquoi nous regardons l'ensemble, et pas seulement l'endroit qui fait mal.

II L'être humain porte en lui sa propre force de guérison.

Tout organisme tend de lui-même vers l'ordre, la régénération et l'harmonie. Nous ne guérissons pas. Nous créons l'espace et les conditions pour que cette force puisse à nouveau circuler librement. Nous libérons les blocages, rééquilibrons les flux d'énergie et renforçons la confiance en sa propre force vitale.

III Renforcer la santé avant que la maladie n'apparaisse.

Pour nous, la santé est plus que l'absence de maladie. C'est un état vivant que nous contribuons à façonner chaque jour. C'est pourquoi nous ne demandons pas seulement « De quoi souffres-tu ? », mais aussi « Qu'est-ce qui te maintient en bonne santé ? Qu'est-ce qui te nourrit ? » Nous portons notre regard sur les ressources et les sources de force d'une personne et renforçons ce qui la porte déjà. Nous accompagnons les personnes pour qu'elles perçoivent tôt les signaux subtils de leur corps et de leur âme et les prennent au sérieux, bien avant qu'un déséquilibre ne devienne une maladie. Cela passe par un rapport attentif au repos et au mouvement, à l'alimentation, à la respiration et au sommeil, par des relations nourrissantes, par le sens donné à ce que l'on fait et par un soin énergétique régulier. Ainsi grandit une conscience de la santé qui conduit chacun·e vers sa responsabilité et son efficacité personnelles. Les personnes deviennent actrices de leur propre bien-être.

IV La globalité plutôt que la partie.

Nous rencontrons la personne dans sa globalité, et non un diagnostic. Cela inclut son histoire, ses relations, ses émotions et son chemin d'âme. Personne ne vit seul. Chacun·e est inscrit·e dans une famille, une communauté et une origine. Parfois, un déséquilibre du grand ensemble se manifeste chez une seule personne, qui porte alors, à elle seule, quelque chose qui appartient à tout le système.

V Compléter, non remplacer.

La médecine conventionnelle peut, elle aussi, contribuer à rétablir l'équilibre. Nous respectons le diagnostic et le traitement médicaux et travaillons à leurs côtés. Nous ne posons pas de diagnostic, ne promettons pas de guérison et ne déconseillons jamais de poursuivre un traitement ou un médicament.

VI Sans culpabilité.

Lorsqu'une maladie est comprise comme un message, cela ne signifie pas que quelqu'un en est responsable : ni la personne elle-même, ni sa famille, ni son entourage. Nous proposons nos interprétations comme une invitation, jamais comme un jugement.

VII Guérison et adieu.

Pour nous, guérir ne signifie pas toujours que la maladie disparaît. Même lorsque la rémission n'est plus possible, une guérison peut avoir lieu : dans la paix, la réconciliation, l'acceptation et le sentiment d'être entier. La mort fait partie de la vie. Dans de nombreuses traditions spirituelles, elle est considérée comme une grande transformation, un passage et un retour chez soi. Nous accompagnons aussi les personnes au seuil de leur vie avec respect et compassion, de même que leurs proches. Nous les aidons à trouver la paix, à dénouer ce qui ne l'est pas encore et à lâcher prise lorsque leur heure est venue. Cette attitude concerne l'accompagnement de la fin de vie naturelle. Elle n'est jamais une raison de renoncer à la vie, aux traitements ou à l'aide. Nous respectons pour cela la dignité, les croyances et le rythme de chaque personne et travaillons aux côtés de la médecine palliative et de l'accompagnement en fin de vie.

Les racines de cette conception

ENV. 460–370 AV. J.-C.

Hippocrate

La force de guérison de la nature, appelée plus tard en latin *vis medicatrix naturae*. Le corps tend de lui-même vers la guérison, et l'art médical soutient ce processus. Il concevait la santé comme un mélange équilibré des humeurs du corps.

IV^e S. AV. J.-C.

Platon, *Charmide*

Socrate rapporte l'enseignement de médecins thraces : on ne peut guérir le corps sans soigner aussi l'âme. De même, on ne saurait guérir une partie sans le tout.

ENV. II^e S. AV. J.-C.

Huangdi Neijing · Classique de la MTC

La santé est la circulation harmonieuse du Qi et l'équilibre du Yin et du Yang. On y lit en substance : le médecin sage ne traite pas ce qui est déjà malade, mais ce qui ne l'est pas encore. La prévention et l'harmonisation passent en premier.

AYURVEDA

Sushruta et Charaka

Est en bonne santé celui dont les doshas, le feu digestif (*Agni*) et les tissus sont en équilibre. En font également partie une âme sereine, des sens clairs et un esprit clair (*Svastha*, « établi en soi-même »).

II^e ET XI^e S.

Galien et Avicenne

La santé comme équilibre harmonieux des tempéraments, la maladie comme sa perturbation (*dyscrasie*). Le *Canon de la médecine* d'Avicenne a marqué cette pensée pendant des siècles, en Orient comme en Europe.

XII^e S.

Hildegarde de Bingen

La *Viriditas*, la « force verte ». C'est la force vitale divine présente en tout être vivant ; la maladie signifie que cette force s'affaiblit.

XVI^e S.

Paracelse

La nature comme véritable guérisseuse, le médecin comme son serviteur. Il soulignait l'unité de l'être humain et du cosmos, et la nécessité d'inclure la personne tout entière.

XXe S.

Pensée systémique · notamment Gregory Bateson, Virginia Satir

L'être humain est compris comme partie de systèmes relationnels vivants. La thérapie familiale parle de « porteur de symptôme » : la personne qui présente un symptôme peut aussi exprimer par là quelque chose qui s'est déséquilibré dans le système familial ou communautaire. La guérison peut donc aussi se mettre en mouvement dans le tissu relationnel.

XXe S. · SALUTOGENÈSE

Aaron Antonovsky

Il ne demande pas « Qu'est-ce qui rend malade ? », mais « Qu'est-ce qui maintient en bonne santé ? ». Pour lui, santé et maladie ne s'opposent pas en tout ou rien : ce sont les pôles d'un continuum. On renforce le sentiment de cohérence : la vie est compréhensible, maîtrisable et porteuse de sens.

XXe S. · MOUVEMENT DES HOSPICES

Cicely Saunders

La fondatrice des soins palliatifs modernes voyait la personne mourante dans sa globalité : physique, psychique, sociale et spirituelle. Elle disait en substance : « Vous comptez parce que vous êtes vous, et vous comptez jusqu'au dernier instant de votre vie. »

1946

Organisation mondiale de la santé (OMS)

La santé est plus que l'absence de maladie. C'est un état de bien-être physique, mental et social. La conception globale a ainsi fait son entrée dans la médecine moderne.

SVHH

ÊTRE HUMAIN · NATURE · CORPS · ESPRIT · ÂME