

Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner

Patrice Van Eersel, rédacteur en chef du magazine Clés, aborde ces questions avec cinq spécialistes, tous médecins et chercheurs :

- *le neuropsychiatre et éthologue **Boris Cyrulnik**, qui démontre que la résilience repose sur la plasticité neuronale*
- *le neuropharmacologue **Pierre Bustany**, qui raconte comment les nouvelles techniques d'imagerie cérébrale ont révolutionné notre vision de la psyché*
- *le psychiatre **Jean-Michel Oughourlian**, qui établit le lien entre les « neurones miroirs » et le concept de « désir mimétique »*
- *le psychiatre **Christophe André** qui met en pratique les découvertes des neuro-cognitivistes sur les moines en méditation*
- *le psychothérapeute **Thierry Janssen**, qui s'interroge sur la médecine d'Orient, peut-être mieux outillée que la nôtre pour comprendre le cerveau.*

[ACHETER CE LIVRE](#)

Extraits:

- Si je me focalise sur la douleur, celle-ci occupe 100% de mon expérience de conscience; si je parviens à faire coexister ma douleur avec l'observation que je fais de la neige qui tombe, de la musique qui joue, de la manière dont je respire, cette douleur va se fondre dans un ensemble plus vaste. Et là, une fois de plus, nous retombons sur la notion de neuroplasticité. - **Christophe ANDRE - psychiatre**

- Boris Cyrulnik explique une telle attitude (absence d'empathie) par le fait que -

souvent par défaut d'éducation et pour n'avoir pas été suffisamment regardé soi-même - l'être humain peut ne pas éprouver d'empathie. Les neurones miroir ne se développe pas, ou ils ne fonctionnent pas, et cela donne ce que Cyrulnik appelle un « pervers ». - **Jean-Michel OUGHOURLIAN - psychiatre**

- Nos neurones se remodelent et se reconnectent jusqu'à la fin de notre vie.

Voilà quelque temps qu'une expression circule : «*plasticité neuronale*».

En matière de découvertes sur le cerveau, ce qu'on appelle ainsi représente une avancée majeure, qui bouleverse notre vision du monde.

Pour schématiser à l'extrême, on a aujourd'hui la preuve que quasiment n'importe quelle zone du cerveau est modelable, au prix d'efforts puissants mais accessibles, et que les zones corticales «*spécialisées*» dans telle ou telle fonction sensorielle (toucher, vision, audition...) ou motrice (commandant nos centaines de muscles...) peuvent se remplacer les unes les autres. Une plasticité vertigineuse.

Certaines personnes fonctionnent avec seulement un demi-cerveau, d'autres avec 90 % des liaisons entre néocortex et bulbe rachidien rompues !

Autrement dit, l'engin cosmique que nous portons dans notre boîte crânienne est habité de potentialités infiniment plus étonnantes que tout ce qu'on avait pu imaginer. Cela ouvre des perspectives faramineuses, pour développer des capacités inconnues, mais aussi pour «*réparer*» tous ceux qui souffrent de troubles psychiques et neuronaux.

Désormais, les étudiants apprennent la «*triple plasticité du système nerveux*». En peu de temps, sous l'influence d'émotions, d'images, de pensées, d'actions diverses, peuvent se produire plusieurs phénomènes : de nouveaux neurones peuvent naître dans notre cerveau; nos neurones peuvent se développer (jusqu'à décupler leur taille) et multiplier leurs synapses (ou au contraire se ratatiner si on ne fait rien) ; nos réseaux de neurones peuvent s'adapter à de nouvelles missions, jusqu'à remplacer un sens par un autre (la vue par le toucher, par exemple) ; enfin, l'ensemble de notre cerveau peut entièrement se réorganiser, par exemple à la suite d'un accident.

Cette plasticité est particulièrement puissante chez le jeune enfant. A deux ou trois ans, il a appris sa langue maternelle, son vocabulaire de base, son accent, les grandes lignes de sa syntaxe. Jusqu'à six ou sept ans, il peut presque aussi facilement apprendre une seconde langue. Dix ou vingt ans plus tard, ce sera beaucoup plus difficile et il conservera sa vie durant un accent étranger. Cela ne signifie pas qu'un cerveau adulte a perdu sa plasticité. Les systèmes corticaux traitant le langage ont tendance à se stabiliser particulièrement tôt, ce qui n'est

pas le cas de nombreux autres systèmes.

Mais savez-vous que, jusqu'aux années 1970, l'expression même de «plasticité neuronale» était littéralement taboue chez les neurologues et les neuropsychiatres ?

Parmi les très nombreux livres qui, depuis quelque temps, racontent comment ce dogme a été renversé, l'un des plus intéressants est celui de Norman Doidge, psychiatre de Toronto et chroniqueur au National Post canadien.

Les Étonnants Pouvoirs de transformation du cerveau nous embarque dans une vraie saga. Fantastique et surtout stimulante, parce que les histoires qu'elle raconte reviennent finalement à dire que, si on le veut vraiment, on peut garder un esprit élastique jusqu'à notre mort - même au-delà de cent ans. Cette élasticité dépend essentiellement de deux données : notre goût pour le nouveau et notre capacité à l'empathie. Quant à tous ceux qui souffrent d'un handicap neuronal ou psychique, cette nouvelle vision représente pour eux une immense bouffée d'espoir.

L'incroyable intuition des frères Bach-y-Rita Norman Doidge présente plusieurs personnages hors norme, grâce à qui ces réalités si longtemps méconnues nous sont devenues accessibles. Des personnages étonnamment modestes, dont le premier est un «médecin-ingénieur-bricoleur» américano-hispanique, du nom de Paul Bach-y-Rita. Un homme absolument inattendu, habillé à la Chariot, et d'une convivialité exquise...

Tout commence en 1959, le jour où Pedro Bach-y-Rita, vieux poète et érudit catalan émigré aux États-Unis, se retrouve paralysé par un accident vasculaire cérébral (AVC). Le pronostic des spécialistes est rapide : rien à faire, il sera hémiparalysé à vie et ses jours sont comptés. (...)

[**ACHETER CE LIVRE**](#)

Note de l'éditeur:

On savait que le cerveau était l'entité la plus complexe de l'univers connu. Mais les nouvelles découvertes démontrent que ses possibilités sont bien plus étonnantes qu'on ne le croyait. Non seulement il est totalement élastique - même âgé, handicapé, voire amputé, il peut se reconstruire, apprendre, inventer -, mais aussi totalement social - un cerveau n'existe qu'en résonance avec d'autres : nous sommes neuronalement constitués pour entrer en empathie. La combinaison de

ces deux facultés permet de supposer que l'homo sapiens peut évoluer en changeant lui-même sa structure. Nous avons le pouvoir d'influer sur l'évolution de notre propre cerveau - encore faut-il savoir comment il fonctionne.

Vidéo

Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par patrice VanEersel
sur YouTube: <https://www.youtube.com/watch?v=NfueftNkzsc>

- *Est ce que la conscience est produite par notre cerveau ou est elle une dimension « autre » que notre cerveau capte ?*
- *Notre cerveau est-il un émetteur ou un récepteur de conscience?*

février 2014





© Geneviève Schmit, **experte** dans l'**accompagnement des victimes de manipulateurs pervers narcissiques** depuis 2008.

Pour toutes consultations à distance, laissez-moi un texto au **06.43.43.15.79**

[Ma page Facebook](#) | [Mon livre](#) | [Mon Twitter](#)

La reproduction intégrale de mon écrit est autorisée. Cependant, mon nom complet ainsi que le lien actif de la page du site internet <https://soutien-psy-en-ligne.fr> ou/et <https://pervers-narcissiques.fr> est obligatoire. Vous remerciant de votre compréhension ainsi que de l'intérêt porté à mon travail.

Geneviève Schmit.

J'aurais grand plaisir à lire vos interventions sur le Facebook qui vous est dédié :

Facebook pour les victimes de violence psychologique et de manipulation perverse. [Soutien.Psy](#)