



La Médecine des Actes

Medicine of Acts

Jean-Patrick Chauvin

docteur.chauvin@wanadoo.fr

Résumé

La Médecine des Actes tente de **redéfinir la santé, la maladie et le soin** en prenant en considération tous les aspects de la nature humaine (tant sa part visible que sa part invisible). Elle propose à tout patient qui le souhaite la possibilité de comprendre le sens de ses maladies pour trouver des Actes curateurs de ses souffrances intimes dont la maladie est le reflet. C'est un art médical permettant de **profiter de l'événement maladie** pour se poser des questions qui ne se seraient pas posées autrement et en tirer un enseignement pour **une gestion saine et responsable de sa propre santé**.

Cette médecine intègre les découvertes sur la vie intérieure humaine faites depuis le début du 20^e siècle et reconnaît l'existence d'une **nouvelle fonction biologique : celle de la conscience**.

Mots-clés

Biologie de la conscience ; Enseignement sur la vie intérieure humaine ; Maladie reflet d'une souffrance intérieure ; Améliorer le médecin ; Relecture de la physiologie et de la physiopathologie ; La conscience comme nouvelle fonction biologique ; Gestion du patrimoine santé ; Médecine du sens ; Actes conscients et concrets ; Profiter de la maladie.

Abstract

The "Médecine des Actes" (Medicine of Acts) strives to **redefine health, disease and care**, taking into consideration all aspects of human nature (both visible and invisible). It offers any willing patient the opportunity to understand the meaning of their illness in order to find Curative Acts for their inner suffering that are reflected in disease. It is a healing art for **taking advantage of a disease event** to ask oneself questions that would not otherwise arise and to learn lessons for **sound and responsible management of one's own health**.

This healing incorporates discoveries about the human inner life made since the early 20th century, and recognises the existence of a **new biological function: consciousness**.

Keywords

Biology of consciousness; Learning about human inner life; Disease as a reflection of inner suffering; Improving the doctor; A re-reading of physiology and pathophysiology; Consciousness as a new biological function; Health asset management; Medicine of meaning; Conscious and concrete acts; Taking advantage of illness.

Donner sens aux maladies

La Médecine des Actes est une médecine complémentaire à toute autre médecine. Elle ajoute à toute démarche diagnostique et thérapeutique une démarche de sens.

Démarche du sens des maux afin d'identifier comment l'histoire personnelle de chacun s'exprime à travers les manifestations pathologiques et comment chaque maladie convie le patient à la mise en pratique d'actes concrets afin de construire une réelle « bonne santé humaine » consciente et responsable. Cette médecine n'est pas en contrepoint de la médecine dite scientifique fondée sur une biologie du corps. Elle tente seulement d'y ajouter un autre point de vue, celui d'une biologie de la conscience.



Cette médecine a commencé à germer chez un jeune étudiant en médecine, il y a plus de quarante ans. Alors qu'il sortait d'un cours de psychologie médicale, il était habitué d'une réelle insatisfaction. Comment se faisait-il que l'on fasse si peu de cas d'un réel enseignement sur la vie intérieure humaine alors que les médecins sont confrontés à des êtres en souffrance ? Comment ne pouvait-on pas prendre plus en considération le vécu personnel des médecins alors qu'ils étaient confrontés tous les jours à la souffrance des malades ? Telles étaient les deux des questions qui habitaient le jeune homme qui, un jour, allait fonder cette médecine qui prendrait en considération l'être humain dans toutes ses dimensions (physique, psychique et spirituelle¹).

Quelques années plus tard, après avoir commencé à exercer, il y eut un second rendez-vous, empreint de gravité. Une profonde insatisfaction se faisait jour : l'aide apportée aux patients était pertinente quant aux maladies, mais restait en toile de fond, quasi inaccessible, la souffrance intime des patients rencontrés au fil des consultations. Il fallut trouver des solutions.

« Je suis capable de diagnostiquer des maladies et de proposer des traitements pour les traiter, mais je sens qu'au-delà de la maladie, il y a une souffrance intérieure plus profonde, devant laquelle je suis démuné... Je serais tellement plus satisfait si je pouvais trouver une approche qui me permette de prendre en compte mes patients d'une façon plus complète, qui leur permette de comprendre ce qui leur arrive dans leur maladie et qui leur permette une guérison réelle de leurs maux. Pour l'instant, j'ai le sentiment de ne les soigner qu'à moitié. »

Voilà ce qui se disait alors.

La nécessité d'une nouvelle pertinence se faisait jour. Celle d'une meilleure perception de la souffrance intime de chaque malade dont la maladie est le reflet.

Améliorer le médecin devenait une nécessité. Cette amélioration demandait déjà que l'on se pose des questions sur son propre exercice quotidien. La solution s'imposa rapidement : il allait falloir mettre en place un groupe Balint. Mais cela ne suffisait pas, il fallait trouver un exercice qui permette une prise en compte plus globale de l'être humain. Cela se concrétisa dans un enseignement d'homéopathie. Enfin, il était important de rester relié à la médecine officielle, la création d'un groupe de formation continue répondit à ce besoin.

Ces solutions contribuèrent à améliorer les choses pendant un temps. Mais il manquait toujours une entrée en intimité plus profonde avec la nature humaine. La solution consista – au carrefour des enjeux professionnels et de la vie personnelle – à s'engager dans une psychanalyse. Il fallut une rencontre déterminante avec les écrits de Jung pour que celle-ci s'engage.

Cette psychanalyse dura cinq années jusqu'à que se fasse une rencontre avec un homme et un enseignement. Un enseignement qui proposait un travail de connaissance de soi à partir de l'expérience corporelle, mais aussi une pratique d'Actes concrets pour se réconcilier avec soi et avec les autres. Cet enseignement proposait une ouverture sur une véritable biologie de la conscience [1], qui conduisait à une réelle évolution en conscience de l'être humain.

Il faudra attendre quelques années, au bout d'une recherche personnelle, pour que la Médecine des Actes commence à voir le jour dans le quotidien d'un cabinet médical.

Il s'agissait d'accompagner chaque malade dans une quête de sens de ses maux, jusqu'à trouver en quoi la maladie était l'écho d'une souffrance intérieure et demandait des actes concrets pour soulager cette souffrance. Chaque consultation était l'occasion de découvrir un pan nouveau de ce qui allait construire une méthodologie de lecture des événements du corps en lien avec l'histoire de chacun.

En fait, peu à peu se mettait en place une méthode qui permettait de tirer un enseignement de « l'événement maladie » pour élaborer une « pratique de bonne santé » consciente et responsable.

Mais illustrons plutôt que de faire de longs discours théoriques :

Bruno G. vient consulter pour une toux sévère accompagnée de dyspnée. L'interrogatoire, l'examen clinique et la radio des poumons permettent de poser le diagnostic de broncho-pneumopathie. Un

1. Par dimension spirituelle, nous entendons l'enjeu d'évolution en conscience, ce qui implique une connaissance de soi, et une amélioration de soi-même.



traitement est prescrit (corticothérapie et antibiothérapie au vu de l'importance de la dyspnée), ainsi qu'un arrêt de travail de 8 jours.

Reste la question du sens. Bruno se plaint d'en avoir trop à faire dans son travail. C'est certes vrai d'un certain point de vue : il a un travail à grande responsabilité et des journées plus que chargées. Et on peut comprendre qu'il « étouffe » dans ce contexte... Mais cela ne résout pas la question du sens, du sens de sa maladie. Pour cela, il faudra se poser une autre question : en quoi cet homme est-il « responsable » de cet « étouffement » ? Responsable et non coupable. En quoi génère-t-il lui-même ce comportement d'auto-étouffement « subconsciemment », sans en avoir réellement conscience. En creusant un peu plus, en cherchant comment il mène sa vie professionnelle, une attitude est identifiée. Et il dit : « Chaque dossier que je traite, je le relis au moins trois fois, pour ne pas être pris en faute ». Ce qui apparaît alors, c'est à quel point cet homme n'a qu'une vie professionnelle, pas de loisirs, pas de vie personnelle, ou si peu. Comme si cette « exigence » professionnelle servait à « étouffer » ses plaisirs. À cet endroit, nous arrivons au diagnostic de souffrance intime, à l'endroit où la maladie prend sens : « je me surcharge de devoirs pour étouffer tous mes plaisirs ». Voici une définition que cet homme pourrait avoir de lui. Et dans cette étape du diagnostic de souffrance intime, un souvenir lui remonte, celui d'un petit garçon qui passait des heures à travailler pour être le premier de la classe, pour que son père soit fier de lui. Tout cela au détriment des jeux avec ses camarades de classe, tant jouer était vécu comme une trahison de son objectif.

Aujourd'hui, une trentaine d'années plus tard, il est toujours habité du même processus comportemental, et c'est de cela que la maladie témoigne. Il restera à lui conseiller un acte qui « soigne » ce comportement pathogène : ne relire ses dossiers qu'une seule fois, mais au millimètre près, puis avec le temps gagné (deux relectures en moins), s'offrir un moment de « jeu », un petit loisir ou plaisir qui ponctuera ses journées, et lui offrira des temps de respiration. Il instaure ainsi dans sa vie de travail un autre rythme, dans une plus saine alternance entre devoirs et petits plaisirs.

Puis, un petit groupe de médecins se constitua pour tenter de recomprendre, depuis le point de vue d'une biologie de la conscience, la santé, la maladie et le soin. Médecine des Actes se structurait, nous commençons à apercevoir les lois et nous affinons la méthodologie de cette pratique médicale naissante.

En même temps, nous nous posions devant nos difficultés relationnelles avec nos patients, inspirés par Balint [2], et nos premières expériences en la matière. Chacune de nos difficultés nous demandait des actes à nous-mêmes pour résoudre nos propres projections et ainsi aider au mieux nos patients « difficiles ».

Enfin, en 2001, une première formation destinée aux médecins et aux psychologues se mit en place. Les uns avaient besoin d'une meilleure connaissance de la psyché et de ses liens avec le corps, les autres avaient besoin de se relier un peu plus au corps pour sortir de la tête.

Cette formation² propose :

- ▶ Un enseignement théorique :
 - Une relecture de la physiologie prenant en considération la biologie de la psyché et la dimension de l'évolution humaine ;
 - Une relecture de la physiopathologie ;
 - Une relecture de la thérapeutique.
- ▶ Un enseignement pratique :
 - Sur les cas cliniques et la méthodologie de consultation ;
 - Sur une auto-connaissance de soi en se penchant sur ses propres maux et en cherchant des actes curateurs pour soi (pour prendre soin de l'autre, savoir prendre soin de soi) ;
 - Sur la relation médecin/malade.

Cette formation débouche sur une nouvelle modalité d'exercice qui consiste – en plus de ce que nous avons appris la Faculté – à accompagner chaque patient dans une démarche de sens. Elle débouche aussi sur la mise en place de groupes de patients pour une éducation à une gestion saine et responsable de sa santé.

2. Pour en savoir plus, voir le site : <http://www.medact.fr/espace-medecins/telecharger-la-brochure/>



Médecine des Actes en quelques définitions

Cette médecine peut se définir de différentes façons³ :

- ▶ C'est une médecine qui intègre dans sa conception, dans sa construction et dans ses manifestations, la Conscience comme nouvelle fonction biologique. Pour cela, elle prend en compte les découvertes sur la biologie de la Vie intérieure issues des explorations de la psyché humaine ;
- ▶ C'est une médecine de l'expérience qui demande au médecin l'expérience de mise en sens de ses propres maux jusqu'à se prescrire des actes curateurs de ces maux. C'est une médecine qui, en plus de s'occuper du phénomène maladie, prend en considération le vécu personnel du malade à l'occasion de la maladie ;
- ▶ C'est une médecine à dimension humaine qui prend en compte toutes les dimensions de l'être humain : celle, physique, du corps ; celle, psychique, de l'histoire personnelle de chacun ; et celle de la dimension de l'évolution en conscience ;
- ▶ C'est une médecine qui tente de conduire chaque patient à devenir un acteur conscient et responsable de sa santé ;
- ▶ C'est une médecine complémentaire à toute autre médecine ; qui en plus de la démarche diagnostique et thérapeutique propre à chacune, propose d'identifier et de traiter les souffrances intimes de chaque patient dont la maladie est le reflet ;
- ▶ C'est une médecine de l'intime, qui va demander d'entrer en intimité avec la souffrance de chaque patient. De ce fait, elle demande au médecin une démarche de connaissance de sa propre intimité, seule garante de la juste relation avec ses patients en la matière ;
- ▶ C'est une médecine intégrative qui intègre les apports de toutes les médecines et toutes les dimensions de l'être humain ;
- ▶ C'est un nouveau paradigme médical qui contient la possibilité d'une redéfinition de notre système de santé, en resituant la conception de la santé, de la maladie et du soin ;
- ▶ C'est une médecine du prendre soin de l'autre demandant au médecin de savoir prendre soin de lui-même. C'est une médecine qui tente de faire passer d'une « politique » de réparation à une politique de gestion du patrimoine santé⁴.

Médecine des Actes et ses rapports aux autres courants médicaux

Cette médecine respecte les apports de chaque courant médical, aussi bien les apports de la médecine moderne qui nous offre des moyens diagnostiques et thérapeutiques pertinents et incontournables dans de nombreuses situations pathologiques, que les apports d'autres médecines dites alternatives.

Elle reconnaît une place particulière aux médecines traditionnelles issues d'une culture et d'une conception d'un ordre des choses liée à une tradition. Mais elle se situe dans une différence par rapport à ces médecines.

Cette médecine prône le respect des exigences éthiques de tout médecin, de ce fait elle ne s'associe pas du tout aux courants qui considèrent que les médicaments sont à proscrire sous le prétexte que soigner l'esprit suffirait.

« Il faut des médicaments pour soigner le corps malade, et ils sont souvent un soulagement permettant un espace pour se poser des questions sur le sens de ce qui arrive. Mais il faudra comprendre que soigner le malade demande aussi des actes concrets et conscients curateurs de nos comportements faux et induisant nos maladies ».

3. Pour en savoir plus : <http://www.medact.fr/espace-medecins/infolettre/>

4. En référence au rapport Flajolet sur les disparités territoriales de prévention sanitaire (<http://www.sante.gouv.fr>)



Cette médecine a fait siens les apports de Michael Balint tout en en revisitant la structure et la méthodologie, tant il paraît important que pour tendre vers une excellence de service, le médecin soit au fait des données de la médecine moderne, mais soit aussi en mesure de traiter ses propres problématiques face à ses patients.

Cette médecine comporte une éthique fondamentale : celle du sens. « La tâche du médecin n'est pas seulement d'assurer la survie, mais de préserver la vie. Toute perte de sens occasionnée au malade par l'incompréhension du médecin est une faute professionnelle aussi grave qu'une erreur thérapeutique. »

Références

1. Bernard Montaud et coll. *La Psychologie Nucléaire, un accompagnement du Vivant*. Ed. Editas, 2011.
2. Michael Balint. *Le médecin, son malade et la maladie*. Ed. Payot, 1996.
3. *Jean-Patrick Chauvin*. *Quand la maladie nous enseigne*. Ed. Josette Lyon, 2012.
4. Lucien Israël. *Le médecin face au malade*. Lucien Israël. Ed. Dessart, 1968.

Liens d'intérêt : aucun