

Une étude rigoureuse des arts et thérapies énergétiques

Geneviève Rivoire

1/Préambule

Je suis une physicienne universitaire et j'ai de plus exercé des responsabilités à divers niveaux universitaires et sociaux. J'ai ainsi associé à la pratique de l'observation rigoureuse du physicien, qui comporte la mise en oeuvre de méthodes d'analyse et de modèles, une pratique de l'animation collective, qui inclut la recherche de modes de fonctionnement permettant de développer au mieux la créativité d'un groupe. J'ai pu mesurer combien la pratique de nos langages de spécialistes limite la profondeur et l'efficacité de nos échanges. Il peut même en résulter des affrontements stériles, comme c'est notamment le cas à propos des thérapies dites « alternatives », ou « énergétiques ». Dans les querelles revient alors l'argument d'opposition que l'on peut résumer par l'expression « c'est anti- scientifique ». Or pour moi ce qui est anti-scientifique est l'exclusion a priori de mon champ d'observation et d'analyse d'une question qui s'ouvre dans la réalité.

Je me suis donc confrontée au défi suivant: peut-on étudier de façon scientifique le sujet des thérapies énergétiques ?

Je n'aurais pas eu cette audace si je n'avais pas eu déjà une idée de ce que je pouvais tenter : utiliser la **méthode de conceptualisation relativisée (MCR)** inventée par Mioara Mugur-Schächter (ref 1). Cette méthode a été construite pour apporter des réponses profondes et nouvelles aux questions qui restent ouvertes dans notre compréhension de la mécanique quantique (ref 2,3), et elle est plus largement opérationnelle pour l'organisation de la pensée et de l'action dans bien d'autres champs de la connaissance (ref 4, 5)

Je n'avais aucune certitude d'aboutir à un travail communicable et partageable quand j'ai commencé à étudier les thérapies énergétiques en appliquant la méthode MCR. Cette chose nouvelle qu'on désigne par « énergie » pouvait-elle devenir objet de description au sens de la méthode MCR ? Je vous invite à suivre mon cheminement.

L'audace du démarrage m'a été communiquée par Francisco Varela : en 1993, dans « l'inscription corporelle de l'esprit » (ref 6), il soulignait « l'absence d'une méthode disciplinée d'examen permettant d'intégrer l'expérience humaine dans le champ d'études des sciences cognitives ».

La méthode MCR, dont je vais rappeler les bases en vue de l'application aux sciences humaines, va être pour moi une telle méthode disciplinée.

2/ les bases générales de la méthode MCR.(ref 1)

- 1- Je suis un **observateur-concepteur**, dont l'activité est dénommée fonctionnement-conscience FC. FC est une source invariante et continuellement subsistante de toutes mes actions. FC marque une coupure ultime mobile, permanente et inamovible entre moi et le reste.
- 2- Je pose l'existence d'une **réalité R**, qui est un réservoir évolutif à partir duquel tout FC peut créer, délimiter, sélectionner des « entités-objets » de toute nature. Une partie au moins de R est physique, et les FC appartiennent à R.
- 3- J'agis sur R pour **générer des « entités-objets-de-description (oe) »** : les oe que je désigne ou que je crée seront dans une étape ultérieure l'objet de descriptions qui permettront la communication avec les autres FC. Ces oe peuvent être de natures très diverses : je peux désigner des objets de la nature (les galets de la plage, les nez de tous les membres d'une assemblée...) , des objets matériels créés par les hommes(des tables, des réfrigérateurs, des trains...), des objets créés par la pensée (le pur amour, l'égalité ...) et le plus souvent par la résultante de cheminements collectifs complexes, qui mêlent réalités matérielles et de pensée pour aboutir à une entité comme le grain de lumière dénommé photon, ou peut être cette énergie vitale que je veux étudier.
- 4- Je me donne ensuite les moyens de **qualifier** oe. Pour cela, je fais des « **vues-aspect** » de oe, des vues permettant de qualifier oe par des aspects comme la couleur, la taille, la forme, la cohérence etc. J'associe à oe une grille de qualificateurs. Je peux conjoindre autant de telles vues-aspect que je veux pour en totaliser une **vue**. J'ai ainsi fondé un repère épistémique avec lequel je peux communiquer à tous les autres FC **une description** de l'objet que j'ai conçu et engendré, une qualification de cet objet, par cette grille de qualification. On notera bien que les entités-objets n'ont pas de propriétés en elles-mêmes, **leur existence est relative**. On ne peut pas parler d'elles si on ne se dote pas d'un système de qualifications.

Les deux définitions de base - de **générateurs** et de **vues** - **sont débarrassées de tout absolu**. On ne se lie à aucun mode particulier de produire une entité-objet et on n'exclut a priori aucune grille concevable de qualification.

Notons que Mioara Mugur- Schächter prend le soin (1, page 83) de montrer que la méthode MCR peut s'appliquer à des **entités-objets non physiques** pourvu qu'elles soient **publiques**. Le mot 'publique' signifie ici que ces entités ne travaillent pas exclusivement « dans la réalité psychique d'un individu, dans son univers intérieur ». Il implique une communicabilité. Dans ce cas, la structure de génération-qualification peut utiliser des témoignages relativisés au sens de MCR, dont en particulier des descriptions-témoignages singulières à consensus intersubjectif (1, pages 81 à 85). Un consensus intersubjectif peut par exemple être obtenu grâce au partage d'expériences dans un groupe

d'observateurs-concepteurs, suivi d'une mise en forme communicable des observations convergentes obtenue en utilisant les qualificatifs du repère épistémique établi.

Dans le tableau que je viens de faire figurent tous les éléments me donnant la possibilité d'appliquer la méthode MCR à une recherche sur « l'énergie », ou encore « énergie relationnelle » (termes français), ou « énergie vitale » (terme plutôt anglo-saxon) ou « qi » (terme chinois), tous ces mots réputés équivalents qui désignent habituellement dans le langage des arts et thérapies énergétiques une **réalité vécue** qui ne fait pas –à ma connaissance- l'objet d'une définition dans les dictionnaires.

3/Le travail avec MCR

Mon travail se déroule en 5 grandes étapes que je résume ainsi :

Etape 1 : L'expérience humaine du corps vue à l'aide de la méthode de conceptualisation relativisée(MCR). Exemple de la médecine traditionnelle chinoise.

Je réfléchis à la diversité des théories-images du corps produites par les diverses cultures, et je dégage un schéma stable de conceptualisation commun à ces théories-images : une intuition initiale vitale, née du corps lui-même, s'organise en un concept qui ouvre la voie à des études détaillées. Je montre que ce schéma est en accord avec la méthode MCR et je l'étudie d'une façon plus précise dans le cas de la médecine traditionnelle chinoise(MTC).Je conclus à la pertinence de l'utilisation de MCR pour aborder l'étude de l'énergie vitale.

Etape 2 : L'énergie vitale - qi en médecine traditionnelle chinoise- peut être décrite grâce à la méthode MCR.

Je m'appuie sur des expériences dans lesquelles l'énergie est ressentie de façon spontanée, à l'état d'intuition initiale, pour poser « l'entité énergie » comme une entité-objet- de –description au sens de MCR. Les expériences décrites font l'objet de travaux en groupes permettant des consensus intersubjectifs. Groupes de travail et récits d'expériences sont présentés dans divers domaines, qi gong, méditation, toucher relationnel, thérapie avec des chevaux, soins divers. Les résultats me conduisent à désigner comme **entité-objet-de-description** «l'énergie vitale ». Cette entité est définie sur ce domaine du réel qu'est la relation entre un vivant et son environnement, environnement qui inclut les autres vivants, et donc aussi la relation entre intérieur et extérieur de chacun. Les études de cette étape mettent en évidence les 3 idées suivantes :

* un quelque chose préexiste, disponible pour la relation

*on peut déployer des moyens pour faire agir, faire circuler, ce quelque chose

* son action va se manifester par des résultats étudiables.

Etape 3 : Génération de l'énergie vitale. Utilisation de diverses méthodes (arts énergétiques, qi gong, soins énergétiques, équitation etc.)

Je sélectionne 6 techniques d'engendrement de l'énergie vitale parmi les plus pratiquées faisant référence à l'étape 2 ci-dessus : qi gong et autres arts énergétiques - que je compare aux gymnastiques traditionnelles occidentales pour en dégager les spécificités -, thérapies avec des chevaux, méthodes diverses de soins par les mains avec ou sans contact par le toucher, et soins à distance. Je les décris, j'analyse leurs points communs.

Je suis déjà en mesure de dégager des éléments essentiels concernant les conditions de production de l'énergie vitale. Je les résume ici :

1- Il y a des **techniques de génération variées**, qui peuvent être décrites, expérimentées individuellement ou sous la direction de « maîtres », et qui peuvent faire l'objet **d'enseignements** divers.

2-Il reste une très forte part de **créativité** autour de ces techniques. De très petites modifications dans les conditions de génération peuvent produire des changements importants dans les effets obtenus, et l'expérience est nécessaire pour la recherche des meilleures conditions.

3-Une posture d'écoute- écoute de soi, écoute de l'autre, écoute de son environnement –est favorable. Méditation, contemplation, pleine conscience, conscience **d'être un tout cohérent**, ont à voir avec la capacité à faire circuler sa propre énergie et à la mettre en relation avec celle des autres.

4-Tous les humains ne semblent pas présenter les mêmes aptitudes à ressentir leur propre énergie et/ou à la coupler à celle de leur environnement. Certains parlent d'un **don**, d'autres parlent d'un **seuil** de sensibilité ou de réceptivité plus ou moins élevé. On peut faire varier son seuil par **apprentissage**, soit auto-apprentissage, soit apprentissage avec un maître.

5-La notion de **mouvement** est très présente dans les témoignages. **L'énergie vitale est produite par le mouvement** : mouvements du corps entier dans les arts énergétiques, mouvements partagés avec le cheval, mouvements intérieurs produits par le toucher ou l'imposition des mains, ou produits par la réponse émotive à la parole ou à la présence.

On se rappelle avec intérêt que le mouvement est une caractéristique du vivant : on peut se reporter aux ouvrages de Antonio Damasio (ref 7) et Alain Berthoz (ref 8)

Etape 4 : génération de l'énergie. Mise en place de grilles de qualification de l'énergie.

Je dégage, après de longs travaux d'observations et d'échanges avec des groupes de thérapeutes et de praticiens des arts énergétiques, une liste de **7 vues-aspects** permettant de qualifier **l'événement d'apparition de l'énergie** vitale qui est engendrée par une des

techniques étudiées à l'étape 3. Ces vues concernent **les notions de basculement intérieur, de circulation intérieure, d'accordage, d'apparition d'une information, de formes, de rythmes et d'ajustement.**

S'ajoutent à ces 7 vues-aspects des observations temporellement décalées (avant ou après l'évènement), concernant les 4 domaines suivants : **imprévisibilité** précise du moment de l'évènement, intriqué avec d'autres réalités, grande influence de modifications minimales des conditions de production de l'énergie sur les résultats (exemples des modifications de posture dans les arts énergétiques), capacité d'apprentissage, répercussions sur la santé à long terme.

Il suffit que l'évènement « énergie vitale » qui se produit après un acte de génération montre **un seul** des critères retenus ci dessus dans la liste des vues-aspects pour qu'il signe la présence de l'énergie vitale.

Les grilles de qualification de l'énergie proposées ont bien ce caractère non absolu propre à la méthode MCR. Elles pourront être complétées par d'autres acteurs utilisant d'autres méthodes d'engendrement et trouvant d'autres vues-aspects possibles.

Etape 5 : des conclusions

Le travail réalisé avec la méthode de conceptualisation relativisée permet de donner une définition de l'énergie vitale, le mot définition s'entendant ici au sens de moyen de communication et partage entre fonctionnements -conscience. L'entité « énergie vitale » a été transformée en une **entité-objet de description** et nous pouvons partager les éléments de description.

L'analyse des faits me conduit à proposer la notion de « **sens de l'énergie vitale** », en considérant avec Alain Berthoz (ref 8) le « sens » comme lié à des fonctions perceptives, comme une direction qui accompagne le sujet vers un but. Le but, pour ce sens de l'énergie interne, serait celui de nous tenir, en tant qu'organisme vivant, en équilibre constant avec notre environnement. Ce sens a à voir avec notre capacité de cohérence, notre capacité à être un tout. Il est logé dans nos couches les plus profondes, les plus anciennes dans l'évolution du vivant. Il me semble être un véhicule du sens de soi.

J'ajoute quelques éléments pour mieux faire comprendre l'étude qui vient d'être décrite :

*Mon but n'était pas d'abord l'étude des supports physico chimiques et biologiques à l'œuvre dans l'énergie vitale, mais la mise en place d'une définition consensuelle. Une telle

définition me semble précisément indispensable à la poursuite de l'étude de ces supports et vecteurs possibles du sens de l'énergie. J'ai la conviction qu'il ne faut pas chercher du côté d'un seul support ou d'un seul vecteur de l'énergie vitale (un champ électrique ou magnétique, un élément mécanique, une nouvelle entité à inventer...), mais plutôt d'une combinaison dans laquelle notre corps a appris à utiliser au cours de l'évolution tout ce qui lui permettait de développer et garder son autonomie dans son environnement. Si notre corps met en œuvre tous les moyens physiques que la science nous permet de répertorier dans le cas des sens plus étudiés, comme le sens de la vue, celui du toucher, celui du mouvement (ref 8), on peut penser qu'il doit le faire a fortiori pour le sens de soi qui est un sens global.

*je souligne que nous avons -pour la première fois me semble-t-il- rassemblé dans une même vue rigoureuse l'énergie déployée dans les diverses arts et méthodes énergétiques de tous âges et toutes cultures. Dans la présentation brève de mon travail, je n'ai pas mentionné **cette phase méthodologique** de la construction qui a consisté à **na pas poser a priori que l'entité créée dans les diverses méthodes d'engendrement étudiées était la même. Il me semble qu'il y a là un élément clé de rigueur que seule une méthode de pensée rigoureuse comme MCR pouvait apporter.**

J'exprime ici mes remerciements à Mioara Mugur-Schächter, qui a relu mon travail et m'a apporté de précieux conseils. J'exprime mon admiration pour son travail créateur qui insuffle un véritable élan à ceux qui découvrent la méthode de conceptualisation relativisée MCR. J'exprime aussi mes remerciements à toute l'équipe du groupe de psychologie transdisciplinaire de l'Université de Nantes qui a l'audace de travailler dans le domaine délicat de l'énergie relationnelle et à mes amis des groupes de qi gong angevin avec lesquels a été fait tout le travail expérimental et de mise en place des grilles de qualification.

Bibliographie

1-Mioara Mugur- Schächter- « sur le tissage des connaissances »-Hermès - Lavoisier - 2006

2-Mioara Mugur-Schächter-« l'infra-mécanique quantique »-Dunod-2009

3- ArXiv : 1310-1728 (quant phys)

4-Jean Paul Baquiast-« une écologie consensuelle et scientifique est possible »-Ad MCR 2012

5-Henri Boulouet systémique relativisée –thèse déposée 2014 et adMCR 2012

6-Francisco Varela, Evan Thompson, Eleanor Rosch- « l'inscription corporelle de l'esprit »-Seuil-1999

7-Antonio Damasio-« l'autre moi-même »-Odile Jacob-2010

8-Alain Berthoz-« le sens du mouvement »-Odile Jacob- 1997

