



plaisir-déplaisir, de fuite-lutte, selon la théorie d'Henri Laborit (voir encadré ci-dessous). Cela correspond à : qu'est-ce que je fais ? Je suis en relation et, soit je lutte pour gagner, soit je fuis pour ne pas être dominé. C'est aussi l'hormone qui va donner le plaisir et le déplaisir dans l'action sportive, par exemple.

Ce deuxième mouvement de l'action correspond donc à la manière dont elle va se tisser, dont elle va se jouer.

Enfin, le troisième mouvement de l'action correspond à la sérotonine. Après avoir eu le désir de l'action avec la dopamine, l'agir avec l'adrénaline-noradrénaline, on va poser un résultat et en tirer une sérénité, une tranquillité. La sérotonine va nous donner la stabilité.

C'est sur la sérotonine que l'on agit pour soigner les dépressions, en donnant ce que l'on appelle des IRS (Inhibiteurs de recaptage de la sérotonine ; le Prozac en est un par exemple). Ces médicaments agissent en augmentant le taux de sérotonine.

Pour conclure sur les trois mouvements présentés, nous pouvons résumer ainsi les choses : au départ, j'ai mon imagination, puis je vis mon événement, et enfin je pose mon résultat dans la tranquillité, avec la sérotonine. La séro-

nine est d'ailleurs un élément que l'on voit en fin de journée. Elle est très liée également à la digestion.

**Si la dopamine, c'est la pulsion de vie, c'est bien elle qui se retrouve au centre de la problématique de la maladie de Parkinson**

C'est cela. C'est la pulsion de vie contrariée.

Dans la maladie de Parkinson, il y a un problème de conflit entre la pulsion de base (mon désir à moi) et la fidélité à la famille, aux règles et à la parole donnée. La pulsion de base n'a pas pu être satisfaite.

Mais il y a d'autres situations où la pulsion de base a été contrariée.

Dans la sclérose en plaques, la personne a oublié sa propre pulsion de base, elle s'est «calée» sur celle de l'autre (la famille) la croyant sienne. Ce sont des familles à très forte idéologie politique, religieuse, sociale et familiale, dont les valeurs sont présentées comme absolues, essentielles et vitales.

Dans la fibromyalgie, la personne connaît sa pulsion de base, mais ayant été confrontée à une situation ou à des parents extrêmement durs, cette pulsion a dû être ● ● ●

## Explication sur le départ des théories Laborit

Selon Henri Laborit (1914-1995), il existe quatre modes réactionnels : l'activation, la fuite, la lutte, l'inhibition. L'activation, c'est je veux, je fais, je réussis.

L'activation réussie c'est celui qui réussit, c'est l'épicurien. Je veux faire quelque chose et je le réussis.

L'activation empêchée, c'est : je ne peux pas réussir à faire ce que je veux, donc je vais créer une autre option. Nous sommes ici dans le registre de la création.

La fuite et la lutte présentent l'avantage de ne pas se soumettre. Henri Laborit insiste sur la fuite (pour preuve son livre «Éloge de la fuite»), c'est : courage fuyons ! Il est classique de dire que face à des gens qui nous mettent en difficulté, il est préférable de fuir.

Soit la fuite est réussie, et ce sont des pionniers : ils créent des nouveaux territoires. Ce sont les entrepreneurs et les entrepreneurs.

Soit la fuite est empêchée et on doit faire avec ce que l'on a : il faut gérer le manque et l'enfermement. Ce sont les comptables et les financiers.

Il y a deux types de lutte : dominante et marginale.

Dans la lutte dominante, ce sont les purs dominants qui attaquent : les chefs de groupe, qui attaquent souvent avant d'être attaqués, en prévention, pour assurer leur caractère dominant.

La lutte marginale, ce sont les personnes qui n'attaquent que s'ils sont attaqués.

En clair, pendant la seconde guerre mondiale : Hitler faisait de la lutte dominante, De Gaulle et Churchill de la lutte marginale.

Dans les films d'action, la lutte dominante, c'est le méchant, le jus-



Henri Laborit

ticier ou gentil héros, c'est la lutte marginale.

L'inhibition, c'est : je vais m'inhiber face à une situation. Notons que l'inhibition pourrait paraître gênante ou apparaître comme une capitulation, mais si on ne s'inhibe jamais, on est comme un enfant qui reste dans la pulsion, la toute puissance, et il n'y a pas d'apprentissage possible.

Sans inhibition, c'est le principe de toute puissance ; on est dans le principe de la lutte dominante.

Il y a deux types d'inhibition : protégée et non protégée. L'inhibition protégée, c'est l'altruisme, dans son côté po-

sitif. L'inhibition non protégée, c'est la soumission totale dans son côté défaut.

L'inhibition protégée, c'est le principe même de l'amour. Je m'inhibe en échange d'une possibilité de protection. Cette protection, si elle est réciproque, ouvre des horizons très différents et est beaucoup moins consommatrice d'énergie que dans la protection à tout prix. Il faut comprendre le principe de l'amour qui consiste à dépasser ses instincts de toute puissance pour entrer dans une bonne relation avec l'autre. La compréhension de ce principe de l'amour en tant qu'inhibition protégée est fondamentale. L'amour, c'est l'humanité qui renonce à la toute puissance extérieure pour une croissance intérieure : la sienne et celle de l'autre.

Si on fait un parallèle avec l'économie d'aujourd'hui : le principe de croissance à tout prix, c'est la logique financière et le principe de toute puissance, alors que l'inhibition protégée serait de l'ordre de la croissance raisonnée.