***La sagesse serait-elle ce que l’on commence à appeler « la compréhension des systèmes ? »***

Ce que je vais développer n’engage que moi. C’est un résumé de plusieurs articles scientifiques traitant des systèmes cognitifs, du comportementalisme, de la pensée, des neurotransmetteurs, de l’imagerie médicale etc…

Vous avez raison, à force de simplifier on fabrique parfois une vision qui est assez précise pour cerner le problème mais tellement large qu’elle ne veut plus rien dire du tout.

Tant pis je me lance dans ce qui peut aussi être perçu comme une théorie.

Les spécialistes sont régulièrement interrogés pour répondre aux politiques sur les problèmes de dépendances. On se souviendra du [plan Chirac](http://news.doctissimo.fr/Psycho/Addictions-un-plan-pour-decrocher-15677) pour lutter contre les addictions. Ce sont des médecins, des psychiatres, des sociologues et des spécialistes (diététiciens, alcologues, tabacologues,). Ce qui revient le plus souvent dans leur discours est le mot récepteur. Ce mot regroupe un ensemble de systèmes mais le plus souvent c’est en relation avec la biochimie. Les récepteurs de [sérotonine](http://nl.wikipedia.org/wiki/Serotonine) pour ne parler que d’eux sont essentiels dans l’équilibre psychique. Les antidépresseurs modernes visent ce neurotransmetteur plus que les autres. Ils travaillent sur les mécanismes chimiques de leur régulation dans l’organisme pour que les patients soient toujours pourvu en sérotonine et « fonctionnent. Notons que la compréhension de la mécanique de ces neuromédiateurs (homonyme de neurotransmetteurs) est très récente et a plus progressé en 20 ans que pendant toute l’histoire humaine.

Je vais me permettre d’utiliser un vocable audacieux mais c’est pour mieux frapper les esprits. : « les récepteurs de bonheur ». Dans les livres d’anticipation on parle souvent de la pilule du bonheur qui permet aux dirigeants de régner plus facilement. Elle agit pour faire disparaitre les états d’âme et pousser à la consommation frénétique et donc mettre esclavage le peuple. Heureusement il y a toujours dans ces romans un « sauvage », auquel nous nous identifions, et qui échappe à la malédiction.

**Nos récepteurs de bonheur ont la particularité de s’autoréguler**. Les électroniciens connaissent le CAG (contrôle automatique de gain) qui permet à un utilisateur de magnétophone de parler plus ou moins fort et à une distance plus ou moins grande du microphone en ayant toujours le même niveau d’enregistrement. Nos récepteurs de bonheur fonctionnent de la même façon. Si on manque de tout les récepteurs sont ouverts au maximum (on sourit). Si on a plein de choses ils se referment (on est tristes). S. Gainsbourg disait :  « l’échec me construit, le succès me détruit ». On touche là les pathologies de célébrités. C’est incroyable que des gens immensément riches, dotés de talents, adulés et couverts de récompenses, disjonctent. C’est pourtant extrêmement répandu. Pour y échapper chacun y va de sa recette mais la plupart en souffrent et en plus ne peuvent pas s’en plaindre car ce serait honteux !

**Nos récepteurs de bonheur ne sont pas élastiques** : Lorsque nous sommes gavés et que nos récepteurs se referment il faut énormément de temps pour qu’ils se rouvrent. Certains avancent le chiffre de 7 ans. En conséquence, les cures de désintoxications ne pouvant pas s’éterniser, les addicts sont condamnés à passer d’une dépendance à une autre (du tabac à l’alcool, de l’alcool au sucre, du sucre au sexe etc… )

**Personne ne peut énoncer clairement cette situation** : Comme nos pays sont des sociétés de consommation et que c’est elle qui génère tout, il n’est pas possible de la mettre en accusation car on serait immédiatement condamné comme ennemi du peuple et du système. Je ne parlerais pas de la croissance qui est encore plus importante que la consommation elle-même et c’est ce qui aggrave encore la situation.

**Dans cette hypothèse on comprendra que nous ne pouvons guère échapper à la « maladie du siècle» : La dépression.**

Certains savent par instinct que la consommation entraine l’insatisfaction et parlent de minimalisme. Cependant ils ont vite fait de tomber dans les pièges de l’avoir qui ruine l’être. Nous sommes une espèce grégaire, en permanence évaluée par nos semblables. Auparavant on louait les vertus comme le courage, la justice etc… Aujourd’hui on juge sur notre mine, sur le nombre et le prix des objets que nous possédons ou pire encore sur le nombre de like de nos followers. En conséquence nous perdons notre vie à la gagner pour équilibrer nos budgets…

On peut penser que ce qui est mauvais ne dure pas et que la compréhension de notre fonctionnement pourrait faire éclore une nouvelle philosophie basée sur ce que les anglo-saxons appellent « less is more ». En attendant la sagesse peut être à mon idée, le sens de tirer parti de toutes ces découvertes qui modifient complètement nos façons de penser pour nous construire plus en rapport avec notre vraie nature qu’à nous projeter vers des utopies qui nous rendent malades.

D.L.

Merci à Cécile qui m’a aiguillé sur le sujet !