

L'INHIBITION DE L'ACTION

Si l'on apprend que lorsqu'on répond à une **pulsion**, on est **puni**, notre système inhibiteur de l'action (**SIA**) entre en **antagonisme fonctionnel** avec le faisceau de la récompense (**MFB**). Cela produit de l'**angoisse**.

La pulsion peut être :

- **fondamentale** lorsqu'elle tente de satisfaire aux besoins indispensables à la survie : manger, boire, copuler.
- **acquise** si elle répond à des besoins acquis devenus aussi impératifs que les besoins fondamentaux : ceux que la socioculture nous a appris à considérer comme indispensables au bonheur. On peut les réunir sous le terme d'**envies**.
- **désirante** si elle tend à réaliser des situations **imaginaires** qu'il semble important à l'individu de voir se concrétiser, pour son bien. Comme l'imaginaire, et contrairement à l'envie, **les désirs sont propres à l'homme**. Un homme a «envie» d'une femme, mais il «désire» la femme complémentaire qu'il ne découvrira jamais.

L'inhibition de l'action peut aussi survenir si :

- il y a **déficit informationnel**, qu'on ne sait donc pas comment agir.
- Inversement, et c'est le cas dans notre société de médias, un **trop grand nombre d'informations** aboutit aussi à l'inhibition ou pour le moins à une action inefficace : l'individu est dans l'incapacité de classer toutes ces informations, car on ne lui a pas appris à les situer à leur propre niveau d'organisation, ni à considérer les niveaux qui les englobent.
- Enfin, **l'imaginaire** peut aussi, en associant les expériences passées, inventer un **scénario que l'individu redoute** de voir se réaliser, et l'obliger à être inhibé dans son action, même si ce scénario a toutes les chances de ne jamais se produire. Ce dernier mécanisme est propre à l'homme.

L'angoisse

Comment définir l'inquiétude, l'angoisse et l'anxiété? Ces trois termes expriment sans doute trois degrés d'un même état, qui paraît être en rapport avec la mise en jeu des systèmes **adréno-sympathiques**

et **hypophyso-surrénal** lorsque la mobilisation de ces systèmes n'est **pas accompagnée d'une action**. Il s'agit donc de **l'expression subjective de l'inhibition de l'action**, autrement dit d'un **conflit** entre les voies neuronales stimulées, dont les unes poussent à l'action et les autres à l'inhibition de l'action.

L'angoisse peut se résoudre par la fuite, la lutte, l'agressivité défensive.

La créativité

Il arrive que la nature **anticipatoire** de l'anxiété ait une **utilité biologique**, lorsqu'elle pousse les organismes vivants à **découvrir**, par leur fonction **imaginaire**, une **parade** efficace au stimulus aversif. **Plus la création imaginaire est grande, c'est-à-dire moins les automatismes sont contraignants, plus les désirs sont difficiles à assouvir et le bonheur difficile à atteindre, mais plus grande est la satisfaction de parvenir au but. Et plus les automatismes sont contraignants, plus ils favorisent la fuite dans l'imaginaire.**

La maladie

L'inhibition de l'action, quand l'action se révèle impossible ou inefficace, peut être considérée comme **«adaptative»**, puisqu'elle tend à éviter la destruction de l'agressé par l'agresseur en offrant au premier la possibilité de se faire oublier, d'éviter la confrontation. Le danger est en réalité lié à la **durée**, quand les conditions environnementales se prolongent.

L'inhibition de l'action favorise l'émission de **glucocorticoïdes**. Les glucocorticoïdes ont la capacité de bloquer la libération des **interleukines** et, en conséquence, toute l'activité du **système immunitaire**. Dans ces conditions, tout microbe, tout **virus**, toute **cellule cancéreuse** pourra se développer sans trouver de résistance. De plus, ces mêmes glucocorticoïdes provoquent une **rétenction** par le rein d'eau et de sels; la masse aqueuse extracellulaire augmente donc, alors que, dans le même temps, la **noradrénaline**, dont l'inhibition favorise également l'émission, diminue la capacité du système circulatoire par la vasoconstriction qu'elle déclenche. Il résulte de cette situation **une hypertension artérielle**. Aussi, l'inhibition de l'action élève considérablement le **métabolisme oxydatif** et celui-ci est un pourvoyeur important de **radicaux libres**. Par conséquent, si l'inhibition se prolonge, on conçoit qu'elle puisse favoriser les différents **processus physiopathologiques** dont ces derniers sont responsables, parmi lesquels les processus de **vieillesse**.

L'inhibition de l'action débouchant sur l'angoisse pourrait être à l'origine des **maladies mentales** :

- Dans les **névroses**, le sujet tenterait encore de **s'exprimer** dans l'action, ce qui serait à l'origine des différents mécanismes étudiés par la psychanalyse sous le terme de «moyens de défense du moi». Ces derniers ne sont en fait pour le névrotique que des moyens de continuer à **agir**. Si le névrotique pouvait assurer un fonctionnement efficace de son **imaginaire**, s'il pouvait sortir de ses apprentissages culturels et de ses empreintes, il découvrirait un autre type de solutions aux problèmes inconscients qui le martyrisent. S'il résout son angoisse dans la créativité, l'action créatrice ou parfois prétendument altruiste, il peut même être considéré comme un génie ou comme un héros.
- Dans les **psychoses** au contraire, le patient a **perdu l'espoir** de se faire entendre. Il s'enferme progressivement dans son imaginaire. Il n'essaie plus de confronter son approche personnelle, qu'il a intériorisée, avec la réalité.
- Le **suicide** est une forme de **fuite définitive** et efficace quand il est réussi. La **drogue** est une forme de suicide plus progressive que la défenestration.

Dans la majorité des cas, vous ferez appel aux **maladies dites psychosomatiques** pour punir votre corps de ce que les autres ne vous auront pas compris.

La **violence** est un moyen d'action, strictement inefficace, mais qui **défole**. La **parole** aussi.

L'homme a surtout la chance de pouvoir **fuir dans l'imaginaire créateur** d'un nouveau monde dans lequel il peut enfin vivre. Aussi bien en **art** qu'en **sciences**, ce n'est fréquemment qu'après la mort de son auteur que ce monde nouveau est reconnu et cela conduit souvent le créateur à la folie puisque celle-ci résulte généralement de l'**impossibilité de se faire entendre**. Je parle des créateurs capables d'apporter des **éléments fondamentaux** aux connaissances humaines. Parmi eux, Vincent Van Gogh, Robert Schumann, le mathématicien Georg Cantor, le médecin Ignác Semmelweis, Wilhelm Reich, Friedrich Nietzsche, Gérard de Nerval, etc.

Un traitement au lithium aurait probablement atténué la folie maniaco-dépressive de **Schumann**. Il aurait sans doute échappé à son délire final et au suicide. Mais il n'est pas sûr qu'il fût demeuré **Schumann** si sa fuite de l'inhibition avait été tempérée. Que préférer? Schumann, tel qu'en lui-même... ou le petit-bourgeois conforme qu'il serait alors devenu? **La seule raison d'être d'un être, c'est d'être. Mais il y a plusieurs façons d'être...**

La société et l'angoisse

Les sociétés qui ont installé la **compétition** à tous les échelons d'organisation se **nourissent** de l'angoisse individuelle et de l'angoisse

du groupe, qui les animent.

La **transformation rapide des valeurs** est une autre source d'angoisse. Sa résorption est facilitée chaque fois que sont fournis une **«grille»**, un code à l'action, un règlement de manoeuvre. L'action redevient possible, car l'**incertitude** disparaît. C'est aussi pourquoi chaque institution s'accroche désespérément à ses jugements de valeur, qu'elle ne reconnaît jamais pour tels, mais qu'elle élève au rang de «droits imprescriptibles de la personne humaine».

Mais **lorsque les faits sociaux ne s'adaptent absolument plus** à l'échelle des valeurs d'une société en une région de la planète et à une époque donnée, quand ces prétendues valeurs universelles sont chaque jours bafouées par les dominants qui tentent pourtant de les affermir, de les proroger pour maintenir leur dominance, l'individu, n'ayant plus de grille opératoire crédible, redécouvre l'**angoisse**. L'individu tente alors bien souvent d'occulter celle-ci par des **bouffées d'agressivité**, la plupart du temps inadaptées à la complexité de la situation, mais constituant une action libératrice. Il répond ainsi, isolément ou en groupe, par une **agressivité immédiate** à l'**agressivité institutionnalisée** par les dominants.

Puisque la seule raison d'un être c'est d'être, que l'égoïsme - sans jugement de valeur - est une loi fondamentale des systèmes vivants, ne serait-il pas possible d'apprendre très tôt aux hommes que la COOPÉRATION est plus efficace, pour répondre à cette loi, que la compétition, à partir du moment où l'abondance est à portée de main? Il est probable qu'avec la compétition disparaîtrait un facteur essentiel de l'angoisse.

Ce système de compétition a bel et bien été à l'origine des concentrations humaines, de la destruction progressive et désormais accélérée de la biosphère. Avec cette destruction de l'environnement due à la compétition marchande, sont apparus l'angoisse et, depuis peu, l'agressivité, dues à l'impossibilité pour les individus d'interdire cette marche au suicide collectif. Non pas que l'individu craigne pour l'espèce, on s'en doute, mais la disparition de l'espèce signifie, de façon concomitante, sa propre disparition. Il est plus simple, plutôt que d'accuser un comportement humain fondé sur la recherche de la **dominance**, d'accuser le progrès technique ou la science en général, comme s'il n'y avait de science que physique, comme si elle ne s'intéressait qu'au monde inanimé. Pourtant, si la science - celle des armes en particulier, et les progrès technologiques qui en découlent - a été jusqu'ici le plus souvent motivée par la recherche de la dominance, science et agressivité compétitive ne sont pas obligatoirement liés. **L'angoisse existentielle semble être une motivation plus fondamentale encore de la science.**

Seules les connaissances techniques professionnelles rentables, productrices de marchandises, sont enseignées. Aucune école ne fournit les connaissances les plus élémentaires de la **biologie contemporaine**, de

l'**anatomie** et de la **physiologie**, ni les **bases scientifiques - expérimentales - des comportements**. Aussi l'angoisse surgit-elle dans toutes les classes sociales, l'individu étant laissé dans l'ignorance de l'**instrument** qui utilise et crée ces connaissances : l'**homme**, et le **cerveau** qui l'anime.

L'**angoisse de la mort** paraît en définitive être la chance et le malheur de l'homme. La chance, car c'est le seul moteur efficace de la **créativité**. Le malheur aussi, car les tentations de son **occultation** par la pensée magique sont exploitées par les dominants pour consolider leur dominance et faire que les dominés supportent au mieux des intérêts des dominants le passage dans cette vallée de larmes en espérant un monde meilleur après, ce qui n'a pas toujours servi l'évolution des sociétés humaines.

L'**enfant** constitue un objet gratifiant qui semble faire échec à la mort, et l'amour des parents pour leur progéniture est le plus souvent l'une des formes les plus triviales du narcissisme congénital. Il en résulte d'une part la possessivité de l'enfant par ceux qui l'on procréé, d'autre part le désir qu'il les reproduise et surtout qu'il fournisse d'eux une image sociale si possible améliorée. La structure sociale n'a donc aucune chance de se transformer, puisque toute l'**éducation** de l'enfant vise à ce qu'il s'inscrive favorablement dans une hiérarchie au sein de laquelle les parents ont déjà fait tous les efforts pour s'élever. Et même dans les cas où ils la discutent ou la rejettent, ce n'est que pour souhaiter l'établissement d'un autre type de **hiérarchie** qui, pensent-ils, leur serait plus **favorable**, sous forme de rapports sociaux leur renvoyant une image plus conforme à l'**idéal** qu'ils se font d'eux-mêmes.

(Laborit, Henri, *La Légende des Comportements*, 1994, Flammarion, p227 à 270, **présentation personnelle**)

[Retour à Laborit](#)

[Retour à la page principale](#)