



André Moreau T.S., M.A., h.h.d.



La spiritualité et la santé



Après les déterminants de la santé, les déterminants sociaux de la santé, devons-nous parler de déterminants spirituels de la santé ? Selon (André Beauchamp, 2016) la richesse de notre intériorité détermine de notre santé. Il nous informe sur le fait que la dimension spirituelle de la santé n'est pas souvent prise en compte. Stéfanie Monod, cheffe du Service de la Santé Publique du Canton de Vaud ajoute que diverses études ont établi un facteur de protection pour les patients qui se définissent comme croyants, au sens de « spirituellement actifs ». Les liens sont évidents en santé mentale où la spiritualité a un impact protecteur contre les dépressions, les suicides et les toxicomanies par exemple. Ils sont aussi démontrés en santé physique, notamment dans les comportements face au cancer et aux maladies cardiovasculaires. Quant à la qualité de vie, au déclin fonctionnel et aux troubles cognitifs, là encore, la spiritualité joue un rôle protecteur. (André Beauchamp, 2016) stipule que la maladie est aussi le reflet d'une défaillance intérieur, d'une non-coïncidence de soi à soi. Ainsi, toute maladie grave nous renvoi à la conscience de soi, à notre fragilité, là la profondeur de notre être. D'où la nécessité, selon lui de la méditation et de l'auto-prise en charge sans pour autant négliger l'apport de la médecine actuelle. La médecine actuelle nous accule à intégrer une approche holistique. Ainsi, l'être humain est un être de relations. La maladie transforme l'ensemble des relations que nous entretenons avec le milieu écologique, le milieu social et pour ceux qui y croient, le milieu divin où nous vivons.

Il ajoute que :

La beauté a un effet guérissant.

Pour sa part, (Noël Simard, 2006) ajoute que la spiritualité est de plus en plus reconnue comme ayant le potentiel de prévenir, de guérir ou de faire face à la maladie. Malgré les voix discordantes, la grande majorité des recherches scientifiques sur l'influence de la spiritualité dans la santé appuient l'idée que les valeurs spirituelles et les buts de la vie apportent une contribution indéniable à la santé physique et psychique ainsi qu'à la satisfaction de vivre. Pour une conception globale de la santé, ce que la médecine scientifique moderne a négligé, il faut une intégration de la dimension spirituelle dans les soins de santé. Une telle intégration nécessite d'abord une clarification du concept de spiritualité et le respect des champs de compétence du spirituel et du thérapeutique; elle fournit aussi à la médecine moderne l'occasion de consentir au réel, spécialement dans ce qu'il présente de vulnérable, de fini, de fragile et d'irrésolu.

« Pour une conception globale de la santé, ce que la médecine scientifique moderne a négligé, il faut une intégration de la dimension spirituelle dans les soins de santé. »

(Noël Simard, 2006)

Il ajoute que si la spiritualité est cette capacité, spécifiquement humaine, de dépasser, de traverser les contraintes et les blocages de l'existence en portant son regard sur l'Autre (Lemieux, 2003), il est indéniable que la spiritualité a des effets thérapeutiques. D'ailleurs la plupart des 850 études ayant examiné la relation entre la pratique religieuse, la spiritualité et divers aspects de la santé mentale, ont révélé que les personnes qui ont une forme de pratique religieuse présentent une meilleure santé mentale et font face au stress avec plus de succès.

(Christian Bergeron, 2014) sociologue de la santé ajoute que chaque individu doit apprendre à vivre avec l'épreuve. De plus, l'épreuve de la maladie force, d'une certaine manière, l'individu à réfléchir sur la vie et sur son devenir. Elle intensifie la conscience individuelle que le corps est « périssable » et que la vie est temporaire. L'individu peut faire une prise de conscience de la finitude de la vie humaine, puiser en lui la force pour vivre l'épreuve et donner un nouveau sens à sa vie. Ainsi, il renforce son sentiment identitaire en développant une échelle des valeurs. Il ne faut pas oublier que l'épreuve de la maladie est toujours enchevêtrée au sens de la vie.

L'épreuve est un engagement réflexif sur la vie.

Christian Lamontagne journaliste et fondateur de Passeport-Santé ajoute que partout à travers le monde, les grandes politiques de la santé sont en train de se redéfinir autour de ce que l'on appelle les « déterminants de la santé ». Onzième déterminant de la santé : les compétences d'adaptation personnelles. En fait, c'est tout ce qui donne à quelqu'un le sentiment de pouvoir réussir ou de surmonter un défi. Ce sentiment repose parfois sur des connaissances particulières (par exemple, savoir cuisiner, savoir construire une maison, savoir lire une carte routière ou savoir lire tout court), mais à d'autres moments, il peut provenir de notre capacité de communiquer avec les autres, du sentiment d'appartenance à un groupe, d'une pratique spirituelle ou de la foi pure et simple.

Prenez rendez-vous en cabinet ou via SKYPE

Clinique d'hypnothérapie André Moreau T.S., M.A., h.h.d.

☎ (418) 623-8386

(1800) 290-2445

hypnose@bell.net

Sources et références

(Noël Simard, 2006)

Article intitulé : Spiritualité et santé. Publié en 2006 dans la revue reflets, Spiritualité et intervention sociale. vol 12, no : 1
<https://id.erudit.org/iderudit/013440>

(Stephanie monod, 2015)

Article intitulé : Quel liens entre spiritualité et santé publique? Publié dans la revue d'information sociale REISO. Février 2015
<https://www.reiso.org/articles/themes/ethique/332-quels-liens-entre-spiritualite-et-sante-publique>

(Christian Bergeron, 2014)

Article intitulé : Sens de la maladie et capacité d'agir. Publié dans la revue Spiritualité-santé vol 7 no : 3, P. 42-45, 2014

Site Internet

Passeport-santé

Site d'information générale sur la médecine et la santé
<https://www.passeportsante.net>