



# Le Thermostat du cerveau

Sortant de la radio, le médecin vous interpelle sur la nécessité d'une pause. Physique, psychique (le mot est à la mode), morale ... L'ADN de votre squelette laisse à désirer... Vous devriez couper la tête du corps. Là-haut, ça bouillonne trop, trop vite... Le diagnostic est imparable. Pour le prescripteur : rien de plus simple. Pour celui qui l'écoute... Rien de vraiment neuf. Comment faisaient donc nos Anciens ? Patrick Minland

Je ne suis pas vraiment certain que le mot psychisme ait été la préoccupation majeure de nos Aînés. Serpent de mer, de nos maux (mots) contemporains. *« A l'époque, Madame, on s'occupait de ramener de quoi vivre et manger. Le reste, après, bien après, n'étaient que superflu et exception... de riches. »*

Serions-nous devenus si riches ? L'accessoire devient subtil, puis essentiel pour devenir vibratoire, permanent et conflictuel entre le haut, le bas. Ça coince quelque part. Déjà qu'au-dedans, ça bouge pas mal, alors là - haut... Des vents violents perturberaient le bon fonctionnement de nos ascenseurs intimes.

Avant ... on écoutait ses gémissements, aujourd'hui, on gémit pour s'écouter. J'exagère ? Juste un peu. Juste ce qu'il faut pour déplacer le curseur de notre thermostat encéphalique. On régule, on règle, on gère, on programme, on détaille, on vit la pompe à chaleur émotive au rythme d'une chaudière. Malheureusement, on a toujours froid.

Inutile de prévoir, de baisser le flux de nos pensées, actions, moulinettes à ressasser nos Erreurs, nos actions et autres impératifs. La machine tourne à plein. Elle tourne depuis

l'ouverture de vos yeux sur le monde. Dès lors, les Sages comme les philosophes tentent de revenir vers cet état Premier. Curieux, n'est-ce pas ?

**“Un cerveau bien soigné ne se fatigue jamais.”** Jules Renard

Considérer son chemin de vie comme autant de filtres qui perturbent notre retour vers la vraie nature de nos sens, émois et émotions, sorte d'éternel retour vers sa « Première fois ».

Pendant ces temps-là, la turbine... chauffe toujours, perturbant le filtre de vos sensations par des poussées sporadiques de fièvre « physiques et psychiques ». Témoins muets des Temps actuels. Le thermostat doit se « reposer », prendre des vacances. Une révision générale des rouages s'avère indispensable.

Et si vous baissiez un peu, le niveau de régulation ? Au moment de faire le geste. De vouloir baisser sa turbine, on éprouve, la douloureuse sensation de ne pas oser... Pire on se justifie, accuse, rationalise pour faire ou ne pas réduire l'intensité de son thermostat.

Parfois, le froid ca conserve, Hein ? Coupé !

