



Faut-il le voir pour le croire...?

La crise que nous traversons révèle un bouleversement profond des croyances, chacun se réfugiant dans sa réalité. Après s'être structurée autour des dogmes religieux, politiques et scientifiques, l'humanité a besoin d'inventer un nouveau récit pour changer de paradigme. **Par Julie Klotz**

« I

l faut le voir pour le croire » prétend le dicton populaire. Peut-être bien... car notre définition du réel est intimement liée à nos croyances. Mais peut-être aussi qu'« il faut le croire pour le voir » ? Pour répondre à cette question, il convient tout d'abord de définir ce qu'est la croyance et de l'analyser à la fois sous ses angles philosophique, sociologique, psychologique, neuroscientifique et physique, afin d'en cerner toute la substance dans une approche holistique. D'après les dictionnaires, elle correspond au processus mental expérimenté par une personne qui adhère à l'existence de quelqu'un ou de quelque chose, à une thèse ou une hypothèse, de façon qu'elle les considère comme vérité, indépendamment des faits. Ainsi, les croyances sont souvent des certitudes sans preuve. Il en existe de toutes sortes – religieuses, culturelles, politiques, scientifiques... – formant un ensemble qui permet à chaque individu de définir sa représentation du réel et de lui donner forme par voie de conséquence dans le monde matériel. Quand bien même certains comme les athées se défendent d'avoir des croyances, ils croient quand même en quelque chose. Car ne pas croire, c'est déjà croire !

« L'homme a besoin d'avoir une vision stable et cohérente de sa réalité et de se doter de moyens pour la contrô-

ler », explique le docteur en neurosciences Sébastien Bohler, pour qui le besoin de sens est une émanation de notre désir de survie. Des recherches nous montrent aujourd'hui que le cortex cingulaire, enfoui dans notre cerveau, nous pousserait sans cesse à chercher un sens à notre existence. « Déceler du sens autour de nous est si crucial pour notre survie que ces situations où ce sens nous échappe provoquent l'apparition d'une angoisse physiologique aiguë », alerte le neuroscientifique, dénonçant dans son dernier livre⁽¹⁾ une perte de sens dans nos sociétés rationalistes occidentales.

Notre psychisme en effet a horreur du vide et notre cerveau se plaît à lutter contre l'entropie ou le désordre, car il aime la répétition. Ce qui explique, entre autres, pourquoi la religion a un effet thérapeutique. En organisant le monde et l'Univers selon un ordre et un dessein, et en offrant aux individus des rituels par définition répétitifs, elle agit comme un calmant sur le cortex cingulaire et fait ainsi reculer le niveau d'angoisse (lire l'article page 53 *Les neurones de la foi*). Le psychiatre Carl Gustav Jung reconnaissait déjà en son temps les effets bénéfiques de la croyance en Dieu sur la psyché de l'individu, quand bien même son existence est peut-être illusoire.



“

*Quand bien même
certains comme les athées
se défendent d'avoir des
croyances, ils croient
quand même en quelque
chose. Car ne pas croire,
c'est déjà croire !*

”