

Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner



Télécharger




Lire En Ligne


[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner

Collectif

Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner Collectif

 [Télécharger Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner ...pdf](#)

 [Lire en ligne Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner ...pdf](#)

230 pages

Extrait

Nos neurones se remodelent et se reconnectent jusqu'à la fin de notre vie

Voilà quelque temps qu'une expression circule : «plasticité neuronale». En matière de découvertes sur le cerveau, ce qu'on appelle ainsi représente une avancée majeure, qui bouleverse notre vision du monde. Pour schématiser à l'extrême, on a aujourd'hui la preuve que quasiment n'importe quelle zone du cerveau est modelable, au prix d'efforts puissants mais accessibles, et que les zones corticales «spécialisées» dans telle ou telle fonction sensorielle (toucher, vision, audition...) ou motrice (commandant nos centaines de muscles...) peuvent se remplacer les unes les autres. Une plasticité vertigineuse. Certaines personnes fonctionnent avec seulement un demi-cerveau, d'autres avec 90 % des liaisons entre néocortex et bulbe rachidien rompues ! Autrement dit, l'engin cosmique que nous portons dans notre boîte crânienne est habité de potentialités infiniment plus étonnantes que tout ce qu'on avait pu imaginer. Cela ouvre des perspectives faramineuses, pour développer des capacités inconnues, mais aussi pour «réparer» tous ceux qui souffrent de troubles psychiques et neuronaux.

Désormais, les étudiants apprennent la «triple plasticité du système nerveux». En peu de temps, sous l'influence d'émotions, d'images, de pensées, d'actions diverses, peuvent se produire plusieurs phénomènes : de nouveaux neurones peuvent naître dans notre cerveau; nos neurones peuvent se développer (jusqu'à décupler leur taille) et multiplier leurs synapses (ou au contraire se ratatiner si on ne fait rien) ; nos réseaux de neurones peuvent s'adapter à de nouvelles missions, jusqu'à remplacer un sens par un autre (la vue par le toucher, par exemple) ; enfin, l'ensemble de notre cerveau peut entièrement se réorganiser, par exemple à la suite d'un accident.

Cette plasticité est particulièrement puissante chez le jeune enfant. A deux ou trois ans, il a appris sa langue maternelle, son vocabulaire de base, son accent, les grandes lignes de sa syntaxe. Jusqu'à six ou sept ans, il peut presque aussi facilement apprendre une seconde langue. Dix ou vingt ans plus tard, ce sera beaucoup plus difficile et il conservera sa vie durant un accent étranger. Cela ne signifie pas qu'un cerveau adulte a perdu sa plasticité. Les systèmes corticaux traitant le langage ont tendance à se stabiliser particulièrement tôt, ce qui n'est pas le cas de nombreux autres systèmes.

Mais savez-vous que, jusqu'aux années 1970, l'expression même de «plasticité neuronale» était littéralement taboue chez les neurologues et les neuropsychiatres ? Parmi les très nombreux livres qui, depuis quelque temps, racontent comment ce dogme a été renversé, l'un des plus intéressants est celui de Norman Doidge, psychiatre de Toronto et chroniqueur au National Post canadien. Les Étonnants Pouvoirs de transformation du cerveau nous embarque dans une vraie saga. Fantastique et surtout stimulante, parce que les histoires qu'elle raconte reviennent finalement à dire que, si on le veut vraiment, on peut garder un esprit élastique jusqu'à notre mort - même au-delà de cent ans. Cette élasticité dépend essentiellement de deux données : notre goût pour le nouveau et notre capacité à l'empathie. Quant à tous ceux qui souffrent d'un handicap neuronal ou psychique, cette nouvelle vision représente pour eux une immense bouffée d'espoir.

L'incroyable intuition des frères Bach-y-Rita

Norman Doidge présente plusieurs personnages hors norme, grâce à qui ces réalités si longtemps méconnues nous sont devenues accessibles. Des personnages étonnamment modestes, dont le premier est un «médecin-ingénieur-bricoleur» américano-hispanique, du nom de Paul Bach-y-Rita. Un homme absolument inattendu, habillé à la Chariot, et d'une convivialité exquise...

Tout commence en 1959, le jour où Pedro Bach-y-Rita, vieux poète et érudit catalan émigré aux États-Unis, se retrouve paralysé par un accident vasculaire cérébral (AVC). Le pronostic des spécialistes est rapide : rien à faire, il sera hémiplégique à vie et ses jours sont comptés. (...) Présentation de l'éditeur

On savait que c'était l'entité la plus complexe de l'univers connu. Mais le feu d'artifice de découvertes récentes dépasse l'entendement et fait exploser tous les schémas. Votre cerveau est (beaucoup) plus fabuleux que vous le croyez. Il est : totalement élastique, même âgé, handicapé, voire amputé de plusieurs lobes, le système nerveux central peut se reconstituer et repartir à l'assaut des connaissances et de l'action sur le monde ; totalement social, un cerveau n'existe jamais seul, mais toujours en résonance avec d'autres. Mieux : nous sommes neuronalement constitués pour entrer en empathie avec autrui et aller à son secours. Ce livre aborde ces questions passionnantes avec cinq spécialistes. Biographie de l'auteur

Boris Cyrulnik, le célèbre neuropsychiatre et éthologue, champion du concept de « résilience », réussit à démontrer que ce processus qui nous permet de « remonter la pente », même depuis des situations très difficiles, s'explique directement au niveau neuronal. Il montre ainsi, de façon tangible et quasiment palpable, que toute démarche psychothérapeutique, mais aussi toute relation affective forte, modifie matériellement notre cerveau, quel que soit notre âge.

Thierry Janssen, le chirurgien devenu psychothérapeute, qui est actuellement, en francophonie, le meilleur vulgarisateur des relations corps/esprit et médecine d'Orient/médecine d'Occident (notamment avec ses livres *La Solution intérieure* et *La maladie a-t-elle un sens ?* (Fayard), explique ce que la neuroplasticité signifie au quotidien.

Christophe André, le psychiatre qui a introduit la méditation à l'hôpital Sainte Anne suit de près, depuis des années, les recherches que neurologues et psychologues cognitivistes, surtout américains, mènent sur les moines bouddhistes en méditation et sur les nonnes chrétiennes en prière. Il en émerge une passionnante vision « neuro-mystique » du cerveau.

Jean-Michel Oughourlian, psychiatre à l'Hôpital américain de Neuilly s'est spécialisé dans les questions de mimétisme, avec le philosophe René Girard, qu'il a réussi à faire connaître au grand public, en publiant, voici trente ans, le fameux *Des choses cachées depuis la fondation du monde* (Grasset). Depuis, la découverte des « neurones miroir » a corroboré de façon spectaculaire les visions de ces deux pionniers.

Pierre Bustany, chercheur de l'université de Caen, champion de l'exploration des neurones miroir, Si vous pouvez communiquer avec autrui, c'est grâce à vos « neurones miroirs ». Sans eux, vous seriez psychotiques, ou pervers, incapable

Download and Read Online Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner Collectif #8GI5J36XZRP

Lire Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par Collectif pour ebook en ligne Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par Collectif Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par Collectif à lire en ligne. Online Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par Collectif ebook Téléchargement PDF Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par Collectif Doc Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par Collectif Mobipocket Votre cerveau n'a pas fini de vous étonner par Collectif EPub

8GI5J36XZRP8GI5J36XZRP8GI5J36XZRP