



## La chimie des sentiments

 Télécharger

 Lire En Ligne

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

# La chimie des sentiments

*Bernard Sablonnière*

**La chimie des sentiments** Bernard Sablonnière

 [Télécharger La chimie des sentiments ...pdf](#)

 [Lire en ligne La chimie des sentiments ...pdf](#)

## Téléchargez et lisez en ligne **La chimie des sentiments** Bernard Sablonnière

---

208 pages

Extrait

Extrait de l'introduction

«L'amour est l'étoffe de la nature que l'imagination a brodée. [...] Comme les hommes ont reçu le don de perfectionner tout ce que la nature leur accorde, ils ont perfectionné l'amour.

[...] Tous les autres sentiments entrent ensuite dans celui de l'amour, comme des métaux qui s'amalgament avec l'or : l'amitié, l'estime, viennent au secours ; les talents du corps et de l'esprit sont encore de nouvelles chaînes.»

Voltaire, Dictionnaire philosophique, 1764.

Durant des millénaires, la pensée et les sentiments ont été considérés comme indépendants du fonctionnement du corps. Les progrès des sciences empiriques, basées sur l'expérimentation, ont fini par briser ce fameux tabou du dualisme entre l'âme et le corps. Dans la seconde moitié du XIXe siècle, William James, l'un des pères fondateurs de la psychologie moderne, démontre l'intégrité indissociable des émotions et de leurs manifestations corporelles. Quelque soixante ans plus tard, James Papez, neuroanatomiste, va plus loin : il propose que les sentiments et les émotions soient matérialisés dans des circuits du cerveau. Par la suite, d'autres circuits impliqués dans la peur et l'anxiété seront dévoilés. Puis, à partir des années 1980, les scientifiques ont les moyens d'appréhender la neurobiologie des sentiments et de comprendre les mécanismes de l'attachement, de l'affection, et de l'amour humain. Cependant l'amour n'est pas un phénomène isolé que l'on peut étudier simplement.

Comment le cerveau peut-il percevoir des sentiments ?

Les sentiments humains sont liés au fonctionnement particulier de régions spécialisées du cerveau. Le sentiment d'«amour» regroupe différents comportements, attitudes et états émotionnels variés dont chacun peut être étudié séparément. Ce sont des observations obtenues à partir du comportement des animaux, notamment des campagnols, qui ont fourni des éléments d'étude sur le comportement humain lié à la formation des couples, à la reproduction et à l'attachement mère-enfant. Par la suite, et tout récemment, des travaux menés sur la chimie du cerveau mais aussi sur l'activation des régions cérébrales visualisées par imagerie ont révélé nombre de mécanismes intriqués et associés à l'expérience unique de l'amour.

Les sentiments appartiennent au registre de ce que nous ressentons en rapport avec notre perception des autres. Ils dépendent donc d'une expression corporelle globale qui met en jeu, non seulement le cerveau, mais aussi le reste de notre corps qui réagit selon l'intensité, la couleur, la positivité ou la négativité de ce que l'on ressent. Présentation de l'éditeur

Savez-vous que ce sont les messagers du cerveau qui colorent notre vie et nos sentiments ? L'amour décline une myriade d'affects qui se conjuguent pour donner ce caractère exceptionnel et unique à notre rencontre avec l'autre. C'est l'attraction, le charme, l'émotion, le désir, l'affection, le plaisir, la passion, le manque, la souffrance, le besoin... À l'intérieur de notre cerveau se trame une chimie naturelle complexe traduite par la libération de minuscules et nombreuses clés chimiques qui, dès la première rencontre, nous ouvrent le chemin de la tendresse et du plaisir, c'est-à-dire qui nous attirent dans le labyrinthe de l'amour. À vous, maintenant, d'en découvrir les secrets et les mécanismes !

Bernard Sablonnière est médecin biologiste et professeur de biochimie et de biologie moléculaire à la Faculté de Médecine de Lille. Au sein du centre de recherches INSERM «JPARC» à l'université de Lille-Nord de

France, il mène des recherches sur les mécanismes moléculaires des maladies neurodégénératives. Il est l'auteur d'un autre essai de vulgarisation scientifique : L'Odyssée moléculaire, paru en 2010 aux éditions Omnicience. Un mot de l'auteur

Je m'appelle Bernard SABLONNIÈRE et suis neurobiologiste et Professeur de Biochimie à la Faculté de Médecine de Lille. Ce livre se veut une vulgarisation des connaissances simplement présentées du fonctionnement de nos sentiments. Tout se passe en grande partie dans notre cerveau et aussi dans nos tripes qui expriment le ressenti de nos émotions. Alors, je vous propose un voyage étonnant dans le labyrinthe du cerveau dédié aux sentiments et au plaisir. Dans l'introduction sont posées la plupart des questions qui nous passent par la tête quand on évoque la construction des sentiments et de l'amour. Comment le cerveau perçoit-il les sentiments ?, comment ressent-on ? pourquoi tombe-t-on amoureux ? Pourquoi désire-t-on l'autre ? Comment la passion diminue ? L'amour est-il un sentiment durable ? Depuis une vingtaine d'années, de nombreux médecins et scientifiques tentent d'élucider ces questions. Et finalement, on apprend beaucoup de choses des maladies, mais souvent on ignore ce qui se passe quand il s'agit de l'histoire naturelle de chacun de nous : les sentiments et l'amour. En réalité le plus vieux scénario du monde s'écrit naturellement notamment grâce aux outils de l'imagerie médicale et de la chimie cérébrale. Car c'est bien à partir des circuits de neurones de notre cerveau activés par de minuscules clés chimiques ou hormones que se construisent nos sentiments, nos émotions et leurs réponses corporelles qui nous donnent si souvent accès au désir et au ressenti du plaisir. Ainsi de concert avec la chimie, l'imagerie du cerveau permet aux neurobiologistes de décortiquer les émotions, les actes et le ressenti des comportements amoureux depuis le flash de la première rencontre jusque la routine installée des couples qui durent, en passant par la séduction, le désir, le coup de foudre et l'orgasme. Dans le chapitre 1, j'aborde l'alchimie de l'attraction qui décrit depuis la première relation mère-enfant jusqu'à la relation de couple, le fonctionnement d'une clé chimique essentielle à la relation : l'ocytocine. Grâce à l'observation du comportement animal et surtout aux progrès de l'imagerie cérébrale, on sait que les 3 étapes successives de la relation amoureuse, la rencontre, la passion puis l'attachement sont liées à l'action de deux clés chimiques : la dopamine et l'ocytocine. Dans le chapitre 2 «la séduction, c'est le début du désir», est détaillé le développement formidable du cerveau des émotions. Il détaille la chimie du coup de foudre véritable stress annonciateur du désir de l'autre, mais aussi les phénomènes qui expliquent pourquoi l'amour rend aveugle, ou pourquoi on est fou amoureux. Le chapitre 3 nous explique que le sentiment amoureux aboutit à la perception du plaisir par le fonctionnement vital d'un circuit de neurones, le circuit de la récompense. Il est lié à l'action de la dopamine, la clé chimique qui nous donne envie d'avoir envie. De plus, pour limiter l'emballement du circuit du désir qui peut aboutir à une passion excessive, le cerveau libère la sérotonine, qui régule et tempère nos passions excessives, c'est l'hormone de la sérénité. Le chapitre 4 est consacré au sexe et au plaisir. On y verra que si la testostérone est l'hormone de la libido, elle n'est pas l'hormone de la tendresse et des câlins. On sera surpris d'y découvrir aussi les secrets de l'orage cérébral qui survient au cours de l'orgasme. Le chapitre 5 évoque l'addiction à l'amour et les comportements compulsifs liés parfois à un excès de passion amoureuse. Il est ainsi démontré que notre patrimoine génétique peut expliquer des différences dans le comportement du vécu amoureux. Ainsi des différences dans le gène du récepteur de la vasopressine sont corrélées au risque de séparation dans le couple. L'alchimie des noces de chêne nous expliquera le rôle de l'ocytocine, véritable hormone de la tendresse du couple, de la confiance, de l'empathie et de l'attachement. Le chapitre 6 viendra rassurer nos lecteurs. L'amour est bien un sentiment humain universel façonné par le cerveau émotionnel qui se décline par un puzzle complexe dont les clés chimiques utilisées par les neurones ne représentent qu'une de ses multiples pièces. A vous d'en découvrir davantage par la lecture de l'ouvrage...

Bernard Sablonnière

Download and Read Online La chimie des sentiments Bernard Sablonnière #0SOL3XAJGVC

Lire La chimie des sentiments par Bernard Sablonnière pour ebook en ligneLa chimie des sentiments par Bernard Sablonnière 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 La chimie des sentiments par Bernard Sablonnière à lire en ligne.Online La chimie des sentiments par Bernard Sablonnière ebook Téléchargement PDFLa chimie des sentiments par Bernard Sablonnière DocLa chimie des sentiments par Bernard Sablonnière MobipocketLa chimie des sentiments par Bernard Sablonnière EPub

**0SOL3XAJGVC0SOL3XAJGVC0SOL3XAJGVC**