
Murs maîtres et cloisons

Comprendre le logiciel d'être humain

L'être humain comme système fonctionnel

- L'homme ne naît pas « vide » : il naît avec un **logiciel d'être humain**.

L'être humain n'arrive pas au monde comme une page blanche.

Il naît avec un programme déjà inscrit dans son architecture biologique et nerveuse.
Ce programme n'est pas culturel au départ : il est fonctionnel.

Dès les premières secondes, le nourrisson cherche le visage, reconnaît une voix, s'apaise au contact.

Il sait pleurer pour signaler un besoin, agripper pour sécuriser, s'orienter vers la lumière.

Il possède une grammaire émotionnelle primitive : peur, attachement, curiosité, retrait.

Ce « logiciel » s'est construit au fil de l'évolution.

Il vise d'abord la survie : respirer, s'alimenter, éviter le danger.
Puis la reproduction et la transmission.

Puis la coopération : lire les intentions, décoder les expressions, appartenir à un groupe.

Enfin l'adaptation : apprendre, mémoriser, ajuster ses comportements à un environnement changeant.

Ce programme comporte des modules automatiques :

- système d’alerte face à la menace
- recherche du lien et de la reconnaissance
- hiérarchisation sociale
- exploration et jeu

Il ne décide pas de nos valeurs, mais il oriente nos réactions.

Il ne choisit pas notre culture, mais il fournit l’ossature sur laquelle elle s’inscrit.

Ainsi, nous ne construisons pas notre humanité à partir de rien.

Nous apprenons à habiter un système déjà structuré,
à comprendre ses logiques et à distinguer ce qui relève de l’architecture
fondamentale de ce qui peut être modifié, ajusté, transformé.

- *Ce logiciel n’est ni moral, ni culturel au départ : il est **fonctionnel**.*

À la naissance, l’être humain ne dispose pas d’un système de valeurs, ni d’un cadre
culturel intégré.

Il ne naît pas avec une morale, une religion, une idéologie ou une identité sociale.

Il naît avec un **programme biologique et neuro-fonctionnel** conçu pour assurer :

- la survie,
- l’attachement,
- l’apprentissage,
- l’adaptation à l’environnement.

Ce logiciel initial ne dit pas :

« ceci est bien » ou « ceci est mal ».

Il dit :

« ceci protège » ou « ceci met en danger ».

« ceci rapproche » ou « ceci isole ».

« ceci renforce la cohérence » ou « ceci crée une tension interne ».

La morale, la culture, les croyances, les représentations sociales viennent ensuite.

Elles s’installent comme des **couches supplémentaires** au-dessus de la structure
fonctionnelle de base.

Confondre ces couches culturelles avec le logiciel fondamental revient à modifier des cloisons en pensant toucher aux murs maîtres.

Or le système humain, dans sa base, ne cherche pas à être vertueux : il cherche à être viable, stable et adapté.

- Il s'est construit par **l'évolution**, pour permettre :
 - la survie,
 - la reproduction,
 - la coopération,
 - l'adaptation à un environnement changeant.

Il s'est construit par l'évolution pour répondre à quatre impératifs fondamentaux, simples mais puissants.

La survie

Avant toute chose, le système humain doit maintenir l'organisme en vie. Respirer, fuir un danger, chercher de la nourriture, éviter les risques inutiles. Le cerveau privilégie spontanément la sécurité. Beaucoup de réactions dites « irrationnelles » ne sont en réalité que des automatismes de protection.

La reproduction

L'évolution ne sélectionne pas ce qui est "juste" moralement, mais ce qui permet la transmission. L'attraction, le désir, la jalousie, l'attachement ne sont pas des accidents : ce sont des programmes puissants destinés à assurer la continuité de l'espèce.

La coopération

L'humain est un animal social. Appartenir à un groupe augmente les chances de survie. Le besoin de reconnaissance, la peur du rejet, la recherche d'alliances, la sensibilité au statut social sont des mécanismes fonctionnels avant d'être psychologiques.

L'adaptation à un environnement changeant

Le monde évolue. Les contextes changent. Le système humain est plastique : il apprend, s'ajuste, modifie ses comportements. Cette capacité d'adaptation est l'un des piliers majeurs de notre espèce.

Ces quatre axes ne sont ni bons ni mauvais.
Ils sont structurels.

Les ignorer crée de la confusion.

Les comprendre permet de distinguer ce qui relève des **murs maîtres** du système — non négociables — et ce qui relève des **cloisons**, ajustables selon l'environnement.

C'est à cet endroit précis que commence une lecture fonctionnelle et apaisée de l'être humain.

- Comme dans un bâtiment :
 - certaines structures sont **intangibles** → les **murs maîtres**
 - d'autres sont **modulables** → les **cloisons**

☞ *Confondre les deux est à l'origine de nombreuses souffrances psychiques.*

Les murs maîtres : les parties fixes du logiciel humain

Définition

- Les **murs maîtres** sont des fonctions psychiques :
 - universelles,
 - non négociables,
 - communes à tous les humains.
- Elles ne dépendent ni de la culture, ni de l'éducation, ni de la volonté.
- On ne peut pas les supprimer sans **déséquilibrer le système**.

2. Origine évolutive des murs maîtres

Ces fonctions ont été sélectionnées parce qu'elles augmentaient les chances de survie.

Exemples généraux :

- détecter le danger,
- chercher l'attachement,
- préserver l'intégrité du corps,
- maintenir une place dans le groupe,
- donner une direction minimale à l'existence.

Exemples de murs maîtres en psychologie

Le besoin de sécurité

- Hyper vigilance au danger
- Réactions automatiques de stress (peur, fuite, attaque, inhibition)
- Impossible à désactiver volontairement
- Toute tentative de le nier produit de l'anxiété chronique

☞ Ce n'est pas un défaut, c'est un **pilier**.

Le besoin d'attachement

- Besoin fondamental de lien
- Peur du rejet, de l'abandon, de l'exclusion
- Présent chez l'enfant comme chez l'adulte
- Aucun individu n'est réellement autosuffisant psychiquement

☞ Même l'indépendance extrême s'organise **contre** ce mur maître, jamais sans lui.

Le besoin de reconnaissance et de place

- Besoin d'exister aux yeux des autres
- Sensibilité au regard social
- Blessure profonde en cas d'humiliation ou d'invisibilisation

☞ L'ego n'est pas un vice : c'est une **fonction structurante**.

Le besoin de cohérence interne

- L'être humain supporte mal la contradiction durable
- Quand pensées, actes et valeurs divergent → souffrance psychique
- D'où :
 - culpabilité,
 - honte,
 - dissonance cognitive,
 - épuisement moral

☞ Le système cherche toujours à **se réaligner**.

Les cloisons : les parties adaptables du logiciel

Définition

- Les **cloisons** sont des **sous-logiciels adaptatifs**.
- Elles se construisent :
 - par l'éducation,
 - la culture,
 - les expériences,
 - le contexte social et historique.
- Elles sont modifiables, remplaçables, ajustables.

☞ Elles permettent à la même structure humaine de vivre :

- dans une tribu,
- une grande ville,
- une entreprise,
- un couple,
- une époque donnée.

Exemples de cloisons psychologiques

Les croyances

- « Il faut réussir pour être aimé »
- « Montrer ses émotions est dangereux »
- « Un homme doit être fort »
- « Une femme doit se sacrifier »

☞ Ce ne sont pas des murs maîtres, mais des **réponses locales** à un environnement.

Les rôles sociaux

- Rôle professionnel
- Rôle familial
- Rôle de genre
- Rôle relationnel

☞ Un rôle peut changer sans que l'identité profonde disparaisse.

Les stratégies relationnelles

- Séduction
- Évitement
- Contrôle
- Soumission

- Hyper-adaptation

☞ Ce sont des solutions apprises, pas des obligations biologiques.

Les règles internes

- Ce que j'ai le droit de ressentir
- Ce que je m'autorise ou non
- Ce que je crois possible pour moi

☞ Ces règles peuvent être **réécrites**.

Erreur fréquente : traiter un mur maître comme une cloison

Exemples d'erreurs classiques

- Vouloir supprimer la peur → échec
- Vouloir ne plus avoir besoin des autres → isolement
- Vouloir éliminer le désir → tension ou passages à l'acte
- Vouloir ne plus ressentir → symptômes psychosomatiques

☞ Le mur résiste. Toujours.

Conséquence psychologique

- Lutte interne permanente
- Fatigue chronique
- Sentiment d'échec personnel
- Pathologisation de mécanismes normaux

Autre erreur : figer une cloison comme si c'était un mur maître

Exemples

- « Je suis comme ça, je ne changerai jamais »
- « Dans ma famille, on fait comme ça »
- « Le monde est dangereux, point »

☞ Une cloison rigidifiée devient une **prison mentale**.

Approche juste : respecter les murs, ajuster les cloisons

Principe fondamental

- On ne soigne pas un humain en cassant ses murs porteurs.
- On l'aide à :
 - reconnaître ses structures fondamentales,
 - adapter ses stratégies à son environnement actuel.

Objectif thérapeutique ou éducatif

- Moins de lutte contre soi
- Plus de souplesse adaptative
- Meilleure circulation entre :
 - sécurité,
 - relation,
 - sens

Conclusion – Une liberté réaliste

- L'être humain n'est pas libre de tout.
- Mais il est libre **d'agencer son intérieur**.
-
- La souffrance naît :
 - quand on attaque les murs maîtres,
 - ou quand on vit enfermé dans des cloisons obsolètes.
 -
- Le travail juste consiste à :
 - **respecter la structure**
 - **réaménager l'espace**

☞ *On ne change pas de maison.*

☞ *On apprend à y vivre mieux.*