Zeitschrift: Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

Herausgeber: Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

Band: 26 (1990)

Heft: 9

Artikel: La kinésithérapie sophrologique en neurologie : "Le Phénomène Dolly"

Autor: Missistrano, Jean-Pierre

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-930188

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 21.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

La kinésithérapie sophrologique en neurologie

«Le Phénomène Dolly»

*Texte original par Jean-Pierre Missistrano**

La conscience de l'homme et sa représentation de l'Univers

Introduction

La conscience de l'homme est égale à la représentation qu'il se fait de l'Univers à un instant donné.

L'homme se meut, entre la part de ses rêves et l'état de ses connaissances, mais surtout par cette utopie créatrice qui le fait souvent considérer comme mégalomane, mais qui *est* en réalité sa véritable dimension.

L'homme a besoin de rêver à de nouveaux continents, de nouveaux espaces à conquérir, afin de se dépasser, donner un sens à son *existence,* comprendre sa place dans l'Univers.

Le 3 août 1492, vers 8 heures du matin, trois caravelles, voiles gonflées, quittent le port de Palos de Moguer.

La découverte d'un nouveau continent, de nouvelles terres immergées, par un marin de 41 ans, va bouleverser la conscience médiévale de l'homme. Il se nomme Christophe Colomb. Il recherchait les Indes...

A son époque, *l'homme* se considère *être le centre de l'Univers.*

Pourtant, déjà, un jeune Polonais qui s'intéresse à l'astronomie, au même instant, rêve à de nouveaux espaces. En 1543, à sa mort, il nous lèguera le fruit de toute sa vie de travail. Il s'appelle Nicolas Copernic.

C'est le *Soleil qui est le centre de l'Univers.*

Sa découverte va constituer également un profond bouleversement, dans la conscience de l'homme.

Le système héliocentrique est en mouvement, par rapport à une voûte céleste fixe, comme un décor de théâtre.

Il est curieux de constater qu'il faudra attendre le XXe siècle pour comprendre que *l'Univers est en expansion;* que *l'espace* et le *temps* ne sont qu'une et même chose; que notre Galaxie, la Voie lactée, dont fait partie le système solaire fait elle-même partie de nombreuses autres galaxies...

La Voie lactée n'est pas le centre de l'Univers...

C'est dans ce contexte que se situe la sophrologie: à la conquête de la conscience humaine, qu'elle considère infinie comme l'Univers, et où *l'universalité* et *l'éternité* se rejoignent.

La sophrologie s'appuie sur une méthode d'investigation de la conscience fondée par un mathématicien du nom de Husserl: la phénoménologie, qui s'intéresse au-delà de *l'apparence, à l'essence des phénomènes,* sans a priori, sans idées préconçues...

Les découvreurs de nouveaux mondes, de Colomb à Caycedo

1 Un homme du XVe siècle à la conquête des Indes

Les phénomènes qui se déroulent à nos yeux à un instant donné ne sont point le fruit du hasard, il y a tout un tas d'épiphénomènes antérieurs, puis postérieurs, qui nous permettent de prendre conscience qu'ils étaient, sinon obligatoires, du moins nécessaires et finalement devaient se dérouler à cet instant précis.

Les grands découvreurs, les savants, les poètes, comme les prophètes, les visionnaires en ont l'intuition, la vision anticipée.

Historiquement, économiquement, en 1492, l'Europe a atteint un certain degré de développement, de constitution d'Etats nationaux, de progrès scientifiques et techniques où l'expansion coloniale s'impose; ces Etats (France, Angleterre, Espagne, Portugal) étant «atlantiques», étaient voués à devenir de véritables puissances maritimes et rechercher la route de l'Extrême-Orient vers l'Ouest.

Le découvreur de cette voie ne pouvait être le fruit du hasard miraculeux, mais bien l'adéquation du rôle d'un individu aux exigences de l'histoire: marin, aventurier, possédant l'acquis des connaissances géographiques et scientifiques de l'époque: portugais, espagnol ou italien; de tradition maritime, savante et commerciale. Or Colomb est tout cela à la fois: Italien de naissance, Portugais par mariage, Espagnol, au moins par destin historique sinon probablement par ses ancêtres, il écrivait en vieux castillan. Chrétien par opportunité, juif converti par les persécutions de ses ancêtres, négociant d'origine, corsaire par profession, explorateur et cartographe par passion, aventurier au plus haut sens du mot; poète, un brin mégalomane conforté par une bonne dose d'esprit mystique. Il possède tous les ingrédients pour mener cette aventure que réfutent les raisonnables de l'époque et que craignent les plus hardis.

Un génie, qui a su préparer son projet en dissimulant bien ses sources, ses origines et sachant négocier avec talent le fruit de son travail.

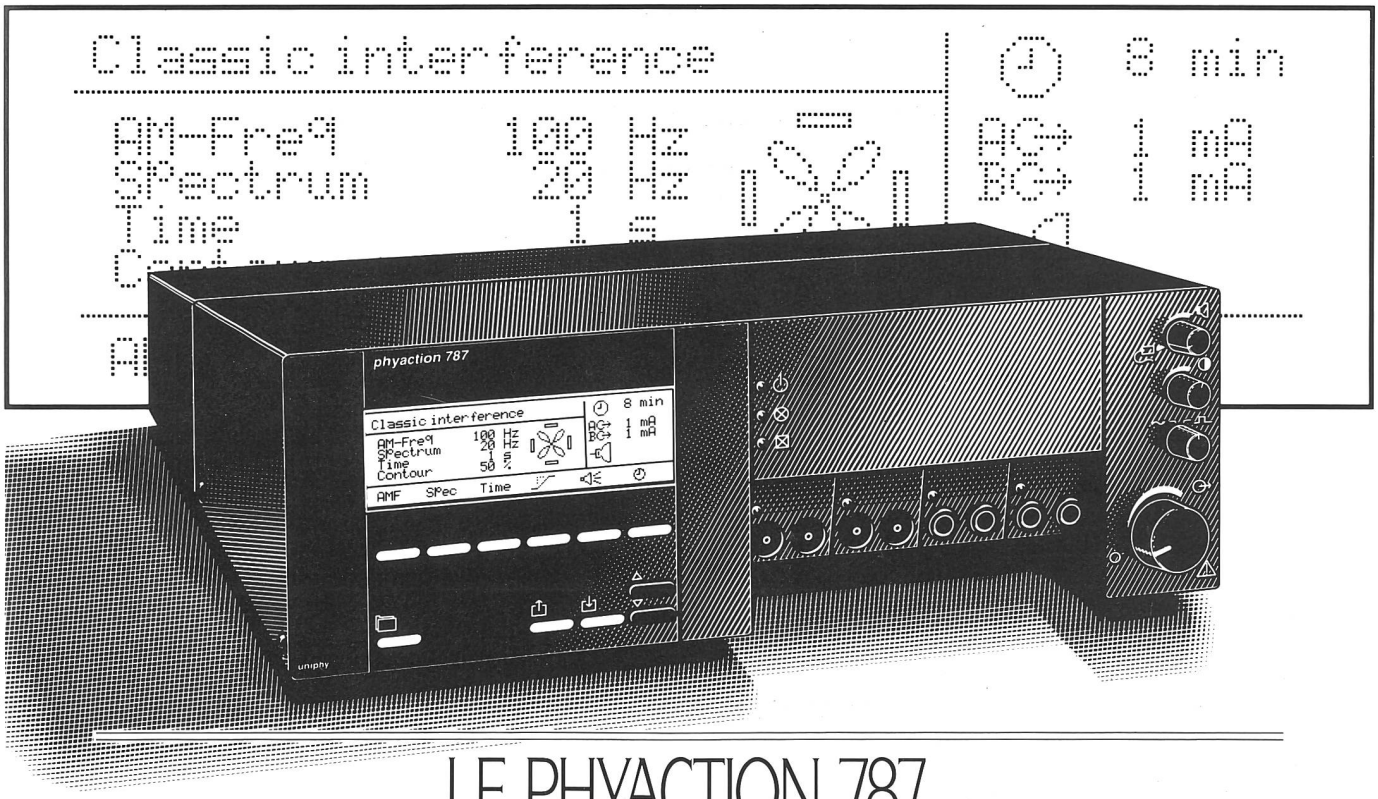
A la fin du XVe siècle, l'idée de la sphéricité de la Terre était devenue commune au monde des savants; ce qui posait directement le problème de sa circumnavigation. On savait que les pôles étaient couverts de glace, et la chaleur croissante de la région tropicale faisait penser qu'une zone de feu équilibrait la zone de froid absolu, sans compter les légendes liées à la peur de l'inconnu: la solidification de la mer, née sans doute de la prise par les glaces; ou encore de l'idée d'un haut et d'un bas susceptibles d'entraîner la chute dans le vide.

Même pour les gens les plus éclairés, les problèmes difficiles n'étaient pas résolus, tels que la taille de la sphère... Et pourtant, les idées germent en même temps dans les crânes des hommes, afin de se réunir, dans celui qui possède une petite dose de savoir, une autre dose de pratique, un bon sens critique, une dose d'utopie, de rêve, de mégalomanie, de courage... et qu'on trouve génial souvent après sa mort, après l'avoir jeté en prison de son vivant.

Si l'exploration du monde nécessite d'intrépides aventuriers, la découverte du Nouveau Monde exigeait plus: un aventurier de l'esprit. C'est le trait de caractère primordial de Colomb. Il est difficile d'imaginer aujourd'hui le bouleversement mental qu'entraîna la révélation d'un monde inconnu.

**En raison de son étendue, cet article paraîtra sur plusieurs numéros:*

1re partie dans le numéro 9/90
2e partie dans le numéro 10/90



LE PHYACTION 787. L'APPAREIL D'ÉLECTROTHÉRAPIE DU FUTUR.

A tout point de vue, l'appareil d'électrothérapie le plus complet qui existe aujourd'hui sur le marché. Le Phyaction 787 réalise la fusion des concepts théoriques et techniques aux plus hauts niveaux. Comment se présente-t-il?
L'utilisateur découvre rapidement qu'une des principales qualités de cet appareil est sa facilité d'utilisation. Quelle que soit la performance que vous attendez de votre Phyaction 787, vous serez pleinement satisfait.

Quand la flexibilité est le critère:

- Tous les courants basse fréquence, diadynamiques, moyenne fréquence et biplasiques.
- Courants interférentiels avec vecteur dipôle rotatif (exclusivité Uniphy).
- Inversion de polarité automatique à l'usage des patients porteurs de matériel d'ostéo-synthèse.
- Passages du courant alterné entre les deux canaux pour le renforcement musculaire (agoniste, antagoniste) et les traitements de problèmes circulatoires.

Quand les circonstances l'exigent:

- Environ 70 traitements préprogrammés en orthopédie, neurologie, rhumatologie et gynécologie, accessibles à l'aide d'un seul bouton!
- Facile à utiliser, le PHYACTION 787 vous seconde dans le choix des paramètres du courant le mieux adapté. Le dialogue avec l'appareil se fait dans votre langue (Fr/All/Angl/Ital/Néerl/Esp constamment à votre disposition).
- Système de fixation des électrodes par vacuum intégré totalement silencieux ou électrodes conventionnelles (782 sans vacuum).
- Détermination automatique de la courbe I/T et du quotient du degré d'accomodation. Visualisation graphique de la courbe sur l'écran.
- Dispositif de contrôle permanent des fonctions de l'appareil et des câbles et électrodes.

Quand la science intervient:

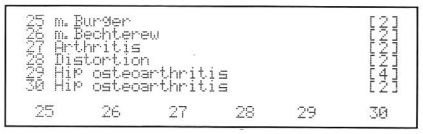
- Les possibilités de réglage illimitées permettent une thérapie personnalisée.
- Combinaison de différentes formes de courants. Par exemple: 1 minute de DF (diphasé fixe) suivie automatiquement par 4 minutes de CP (courte période) "cocktail".
- Utilisation de 2 canaux (4 électrodes) pour une combinaison de traitements locaux et segmentaires.
- Vaste mémoire de stockage de vos paramètres de traitement et des courbes I/T (250 positions).

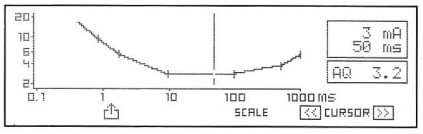
En matière d'esthétique, il faut savoir aussi...

- Que le Phyaction 787 a obtenu le Prix du Design du Forum de l'Industrie Allemande pour 1990. Une preuve de bon goût que vos collègues et vos patients sauront apprécier.

Comment en savoir plus?

- Nous sommes à votre disposition pour répondre à toutes vos questions. Un essai vous convaincra!





LE PHYACTION 787. VOTRE PARTENAIRE IDÉAL.

VISTA med S.A.
Chemin du Croset 9a, 1024 Ecublens, (021) 691 98 91

VISTA med AG
Altisbergstrasse 4, Postfach, 4562 Biberist, (065) 32 10 24

2 Représentation de l'Univers, de Copernic à Hubble

Tandis qu'en 1492, Colomb découvre le Nouveau Monde, un jeune étudiant polonais de 19 ans fait le tour des universités italiennes; commencé en 1491, son voyage le conduit à Bologne, Rome, Padoue; pour compléter ses connaissances en astronomie, il revient en Pologne en 1506 et se fixe à Fraenbourg, dans les brumes de la Baltique où le ciel est peu propice aux observations astronomiques. Il se nomme *Nicolas Copernic.* Il est considéré comme l'un des plus grands génies de son époque.

C'est par son œuvre intellectuelle que Copernic compte parmi les plus grands astronomes, plus que par ses observations qui n'ont en fait qu'une valeur relative.

Dans son livre «Des Révolutions des Orbes célestes» qui parut en 1543, année de sa mort, il expose sa théorie héliocentrique, dont toutes les observations jusqu'à ce jour n'ont fait que confirmer la réalité.

Le Soleil, fixe, au milieu de l'Univers; autour de lui sur des orbites de dimensions différentes gravitent la Terre et les planètes, la Terre parcourant la sienne en une année. De plus, il découvre que celle-ci possède un mouvement de rotation sur elle-même en 24 heures et que la Lune est son satellite. La sphère des étoiles immobiles entoure tout l'Univers. On peut affirmer que son ouvrage marque le début des temps modernes.

La conception de l'Univers était statique, dans l'espace et dans le temps. Ce qui pouvait rassurer la conscience de l'homme, de savoir que même si lui mourrait un jour, l'Univers restait quasi inchangé depuis un commencement, de manière éternelle.

La conception actuelle de l'Univers est dynamique, l'Univers est en expansion: il s'étend de 5 à 10% par milliards d'années.

La Terre gravite bien autour du Soleil; mais celui-ci tourne autour du centre d'un immense rassemblement d'étoiles que l'on appelle la Galaxie.

L'Univers aurait commencé par un big-bang.

La dimension de cette capacité de rétraction et de dilatation s'exprime sur deux axes infinis, l'espace et le temps: caractéristiques du mouvement, c'est-à-dire de la vie.

Aujourd'hui, la cosmologie, dernier chapitre de l'astronomie, a pour objet l'étude de l'Univers dans son ensemble, à la plus grande échelle possible. En observant le plus loin possible dans l'espace, on observe en même temps le plus loin possible dans le passé; en effet, certains astres sont vus dans l'état où ils étaient à une époque où ni la Terre ni le Soleil n'existaient encore; ce qui permet d'étudier l'histoire et l'évolution de l'Univers.

L'expansion de l'Univers est le phénomène le plus grandiose jamais découvert, certains astres semblent nous fuir à 700000 km/s.

Nous savons aussi qu'il y a un très grand nombre d'étoiles qui sont des soleils semblables au nôtre, mais beaucoup plus éloignées; la plupart des étoiles sont situées à plusieurs centaines d'années-lumière, notre Soleil lui n'est qu'à 8 minutes-lumière. La plupart des étoiles visibles semblent occuper l'ensemble du ciel nocturne, en réalité elles sont concentrées dans une bande étroite que nous appelons la Voie lactée, qui constitue notre Galaxie.

Notre représentation de l'Univers date de 1924, des travaux d'Edwin Hubble. Nous savons maintenant que notre Galaxie n'est qu'une des centaines de milliards de galaxies que nous montrent nos télescopes modernes, chaque galaxie contenant plusieurs centaines de milliards d'étoiles.

Lorsque *Caycedo* nous dit: «Nous ne sommes qu'au Paléolithique de la conscience», et aussi: «La conscience de l'homme est infinie comme l'Univers», on peut se rendre compte qu'il y a peut-être une autre façon, plus infinie, plus positive, de *vivre* et de *soigner.*

On s'aperçoit que de tous les temps les sciences sont inséparables; les mathématiques pures, l'astronomie, conditionnent la philosophie et la pensée de *l'homme.* Ainsi la phénoménologie qui soutient entre autres la sophrologie est le fruit d'un mathématicien, *Husserl.*

Il s'agit d'une mathématique pure, en philosophie, elle sera à l'origine du courant existentialiste *(Sartre, Merleau-Ponty, etc.),* mais on la retrouve dans la façon de penser de nombreux chercheurs contemporains, car la recherche microscopique ou macroscopique est la même; elle aboutit toujours à la conscience de soi, et à une démarche spirituelle proche du sacré.

Il est intéressant de remarquer que jusqu'au XXe siècle, personne n'a remarqué que l'Univers pourrait se contracter ou se dilater.

En sophrologie, la relaxation de développement de la conscience est dynamique, comme notre représentation de l'Univers; en phénoménologie, la méthode d'observation est d'abord une rétraction (la réduction phénoménologique) et ensuite une dilatation, tout comme l'expansion de l'Univers.

Toutes les sciences, de la biologie à la cosmologie, observent le même phénomène: tout ce qui régit la vie, du microcosme au macrocosme, subit les mêmes lois universelles.

C'est en ce sens que la sophrologie se situe au niveau médical comme une médecine, humaniste, universelle, traitant de manière individuelle comme collective, jusqu'à de très grands groupes, sur un plan prophylactique aussi bien que thérapeutique.

En sophrologie, nous considérons que la conscience de l'homme est infinie comme l'Univers: elle peut se rétracter et se dilater de manière infinie sur ces deux axes, englobant à la fois *l'universel* et *l'éternel.* A travers la relaxation simple, et encore plus dynamique, ce qui nous intéresse, c'est ce qui bouge, lorsque nous retrouvons le calme. Quelle est cette dynamique intérieure qui nous fait agir?

En phénoménologie, le phénomène qui se déroule à un instant donné n'est que le fruit d'un autre phénomène antérieur, lui-même... Ce qui nous intéresse est donc *l'essence* du phénomène, non *l'apparence.*

3 Un homme du XXe siècle à la conquête du seul continent non encore exploré, vaste comme l'Univers: sa propre conscience.

C'est curieusement à un Amérindien de Colombie que l'on doit la sophrologie. Son nom? *Alfonso Caycedo.*

Il est né à Bogotá le 19 novembre 1932. Il effectue des études en Espagne.

En 1958, il termine sa spécialité de médecine en neuropsychiatrie, dans le service du professeur Lopez Ibor (qu'il considère comme son premier maître en psychiatrie), dans le vieil hôpital provincial Santa Isabel à Madrid.

En octobre 1960, dans ce même service, *Alfonso Caycedo* crée le premier Département de sophrologie médicale. A cette date commence l'histoire officielle d'une science et d'un homme qui, lui aussi, à la manière d'un grand conquistador, sait affiner le mystère, fomenter la légende et entraîner ses contemporains dans la fabuleuse aventure, la plus grande conquête de l'homme: celle de sa propre conscience.

Ecoutons comment *François Gay,* sympathique et éminent sophrologue, trop tôt disparu, parlait de la sophrologie et de son fondateur:

«La sophrologie a le visage de l'Anima, cette femme inconnue et que j'aime et qui m'aime, et qui dégage une aura inhabituelle... c'est par la plongée en soi, l'imagination active que l'on rencontre l'Anima... elle vit en Espagne, dans une Espagne liée et bâillonnée par le régime

fasciste. Elle est quelque part en nous, prisonnière du dragon...
»Le père de la sophrologie est médecin de la psyché. Il vient d'un pays où vivent encore des rites étranges et secrets... A-t-il hérité de médecines anciennes? On sait qu'il utilise l'hypnose, qu'il a voyagé aux Indes et au Japon. Il parle d'une curieuse façon, tout doucement, et il cache ses yeux derrière des lunettes noires.
»Quel mystère, quel exotisme, dans ce pays de l'ombre et la lumière, du sang et de la mort, qu'est la vieille Espagne...»
C'est vrai que cet homme, qui crée de toutes pièces une science nouvelle humaniste, universelle, aux ressources infinies, aux applications les plus variées – médicales, pédagogiques, sociales – possède de nombreux points communs avec ce découvreur du Nouveau Monde, qui laissa son nom au pays d'origine de *Caycedo.*
Venu de Gênes, *Colomb* part d'Espagne à la conquête des Indes par la route de l'Ouest, et découvre sans le savoir le Nouveau Monde.
Venant de Colombie, c'est depuis l'Espagne que *Caycedo* se rendra aux Indes afin d'étudier la conscience orientale, jetant un pont entre l'Orient et l'Occident, afin de permettre le développement de la conscience de l'homme de manière universelle, comme un vaste continent à conquérir, infini comme l'Univers, et qu'on ne connaît pas encore.
Caycedo dit: «Nous sommes au Paléolithique de la connaissance de la Conscience», et aussi: «Le phénomène sophrologie, marche devant; moi, je le suis.»
Comme *Christophe Colomb,* sa découverte n'est pas le fruit du hasard, amérindien l'origine: la moitié de son cerveau est orientale, l'autre est occidentale; peut-être comme le dit *François Gay,* connaît-il des secrets de médecines anciennes; des pratiques d'incantations des sorciers indiens, modifiant les états de conscience, dans un but thérapeutique?
Il se spécialise en psychiatrie, dans un but d'approfondissement de la connaissance de la conscience, il possède une grande connaissance des différentes pratiques de modification de la conscience, il s'appuie dans sa démarche sur une attitude phénoménologique, consistant à observer le déroulement des phénomènes sans a priori, sans préjugés, afin de ne percevoir que l'essence du phénomène observé; et surtout, il se fonde sur une intuition phénoménologique qui élimine tout doute en lui et renforce sa conviction, son entraînement au développement de sa *vision* phénoménologique, élimine ce doute par une *lecture* directe. Or ce doute est précisément la pièce principale qui bloque le mécanisme de toute entreprise, et la suppression de ce doute offre à la conscience des possibilités de développement insoupçonnées.
Enfin, comme *Colomb,* c'est avec parcimonie qu'il dévoile ses sources, juste l'essentiel afin de développer ses thèses, sachant en extraire l'essence même du phénomène, rendre ses techniques uniques d'application universelle quelles que soient les cultures, les croyances, les origines de l'homme, lui permettant de les définir précisément et d'en revendiquer la paternité. *Caycedo* explique: «Parfois les gens lisent un article sur la philosophie de Confucius, ou Lao-tseu, ou ils pratiquent telle gymnastique et se disent: ça ressemble à la sophrologie; en réalité, en sophrologie chaque technique, chaque principe est parfaitement défini, épuré de toute connotation religieuse, culturelle, de façon à être utilisé de manière universelle; c'est pour cela que j'en assume toute la responsabilité et la paternité», un peu comme *Christophe Colomb,* qui baptisait du nom qui lui plaisait chaque île qu'il découvrait, avec la reconnaissance de ses rois «protecteurs».
De même dans le développement de cette science nouvelle, *Caycedo* n'omettra aucun détail de reconnaissance vis-à-vis de ses pairs; vis-à-vis des gouvernants, quelle que soit leur appartenance politique; il parviendra à développer la sophrologie dans l'Espagne franquiste, puis en Colombie il développera des «brigades de soins sophrologiques», sortant de la misère la population la plus déshéritée, en octroyant des bourses universitaires après scolarisation, avec l'aval des gouvernants militaires colombiens. Il a le sens de l'organisation des grandes manifestations: congrès européens, mondiaux, formations de sophrologues avec de très grands groupes: 200, 300 élèves internationaux; soins de population de très grands groupes: 2000 à 3000 personnes en entraînement. Il sait rendre «historique» chaque étape de développement de cette science. Il possède le sens de la structuration de son école sur un plan international; on lui reprochera sa mégalomanie, dont il dira plus tard, avec un certain humour dont il ne manque pas: «En ce temps-là, j'étais un peu plus mégalomane»; en réalité, son projet est beaucoup plus ambitieux: sauver l'espèce humaine en voie de destruction, en renforçant par la conscience individuelle et collective ses structures au niveau biologique. Peut-être avec ce même sens d'un grand visionnaire du XXe siècle, *André Malraux,* qui a dit: «Le XXIe siècle sera spirituel ou ne sera pas.»
Il est un fait que si l'homme ne sait pas prendre un certain recul vis-à-vis de son écosystème et intervenir à temps pour réparer les dégâts de manière positive et consciente, l'avenir de l'espèce vivante est réellement menacé.
Technique de relaxation, outil thérapeutique applicable à chaque branche spécialiste de la médecine et de la paramédecine, la sophrologie se place aussi avant tout comme une discipline existentielle, humaniste, universelle.

La sophrologie

1 Histoire d'une science

En 1958, Alfonso *Caycedo* est interne en psychiatrie dans le service de son premier maître en la matière, le professeur Lopez Ibor. Avec l'autorisation de celui-ci, il crée un Département d'hypnose clinique et de technique de relaxation; puis, en 1959, il fonde à Madrid la Société espagnole d'hypnose clinique et expérimentale, et c'est précisément à cette période qu'il commence à émettre de sérieux doutes sur la véracité des phénomènes hypnotiques vécus.
Sur un simple plan étymologique, hypnose vient du grec «hypnos», qui signifie sommeil; or, il est parfaitement démontré qu'aucun hypnotisé ne dort; *Caycedo* dit: «En matière d'hypnose, le plus hypnotisé des deux n'est pas celui qu'on croit.» Sur un plan thérapeutique, l'hypnose ne présente aucun intérêt, car en fait le thérapeute joue un rôle de magicien de foire, utilisant un leurre dont il est le premier leurré. La recherche de *Caycedo* est essentiellement l'épanouissement de la conscience humaine, du thérapeute comme du malade, et non son endormissement; l'éveil et non le sommeil, ce qui est diamétralement opposé; ce qui font qu'hypnose et sophrologie sont totalement incompatibles.
Rappelant cette période, le professeur Lopez Ibor dira quelques années plus tard: «Dans le vieil hôpital Santa Isabel, quelque temps après le début de ses travaux sur les techniques hypnotiques, qu'il poursuivait sans spectacle et en silence avec quelques collaborateurs, *Caycedo* me parla de la nécessité de changer l'hypnothérapie par la sophrothérapie. Le changement n'était pas seulement, comme les faits l'ont démontré par la suite, d'un mot par un autre, mais il s'agissait bien d'un engagement plus profond.»
En 1960, *Caycedo* n'a que 28 ans, son cerveau bouillonne, il n'accepte pas forcément de «prendre des vessies pour des lanternes»; pour lui, un chat est un chat. Face à la réalité de sa pratique hospita-

lière, confronté à ce qui deviendra un principe fondamental en sophrologie: *«la réalité objective comme réalité vécue»,* il doit sans cesse réviser ce qu'il a appris en théorie «beau comme un livre», et ce qu'il ressent, c'est-à-dire en se laissant guider par ses *intuitions.* Or, il n'y a pas de progrès scientifiques sans intuitions, toutes les grandes découvertes sont le fruit d'intuition, pouvant s'opposer littéralement à ce qu'on prend pour vrai, à une époque donnée de la connaissance, de la conscience humaine; dans le style: «Et pourtant elle tourne...»

C'est la raison pour laquelle *Caycedo* définit de manière précise, phénoménologique, c'est-à-dire non attachée à une connotation «déjà prise», tous les termes qu'il va créer.

Caycedo étudie l'histoire de la medecine à travers l'œuvre du professeur *Lain Entralgo,* qui occupe la Chaire de l'Histoire de la médecine à l'Université de Madrid. C'est là qu'il rencontre le mot *sophrosyne,* en référence aux écrits platoniciens, où la «sophrosyne» serait un état d'âme particulier, que l'on peut rencontrer lors de «guérison miraculeuse», quand elle est transmise de manière *non magique,* mais sous la forme d'un «Terpnos Logos» (c'est-à-dire un discours modulé par la voix, utilisé en sophrologie pour induire l'état de relaxation) de manière agréable, accueillant, persuasif et raisonné.

Caycedo définit ainsi la *sophrologie:* «La sophrologie est la science de la conscience harmonieuse et de l'existence sereine. Elle est dérivée de la sophrosyne grecque et de ses racines: sos = harmonie; phren = mental ou conscience; logos = étude.

C'est donc en octobre 1960, que le professeur Lopez Ibor autorise le docteur *Caycedo* à changer le nom du département et inscrire celui de *Sophrologie médicale.* A cette époque, ce sont surtout les dentistes qui y verront un intérêt afin d'agir positivement sur les états d'anxiété et de peur, observés dans la pratique dentaire, ainsi que sur la possibilité de contrôle au niveau de la sensation douloureuse, techniques précurtrices de ce qui deviendra: techniques de sophrosubstitution sensorielle et de sophroanesthésie.

En 1963, *Caycedo* travaille auprès du professeur *Binswanger,* qui a adapté à la psychiatrie la pensée phénoménologique de *Husserl* et *Heidegger* comme méthode d'investigation de la conscience pathologique. C'est de lui qu'il apprend la méthode systématique de recherche, le respect et la délicatesse nécessaires pour essayer de progresser dans la connaissance des phénomènes de la conscience humaine, sans tirer de conclusions prématurées, laisser s'exprimer librement les différentes formes d'existence.

C'est à cette époque que se renforce l'idée de créer une école scientifique qui se donne pour tâche l'étude et l'utilisation des différents états et phénomènes de la conscience, que l'on trouve écrit dans l'emblème de notre école: *ut conscientia noscatur* («Afin que la conscience nous soit connue»).

Binswanger influencera *Caycedo* sur la nécessité d'étudier, in situ, les différents états de conscience en Orient, les différents moyens de les conquérir et les phénomènes qui en découlent.

De 1965 à 1967, *Caycedo* voyage en Orient: Inde, Tibet, Japon où il rencontre les grands maîtres de la conscience orientale du yoga indien, de la méditation tibétaine et du zen japonais. Avec sa lunette phénoménologique, il observe l'essence du phénomène, débarrasse les techniques orientales de leurs contenus sacrés ou rattachés à une culture spécifique et il revient avec les Trois degrés de la relaxation dynamique, applicables à l'être humain de manière universelle quelle que soit ses croyances et cultures, pouvant entrer directement dans le champ de la médecine universelle.

Pendant vingt ans, ces Trois premiers degrés de la relaxation dynamique constitueront la base d'entraînement de tout sophrologue digne de ce nom; car en matière de sophrologie, il est impossible de transmettre à autrui ce qu'on ne vit pas soi-même: la lecture phénoménologique est une lecture directe, réciproque, d'un homme face à un homme ou à un groupe d'hommes, où n'a de place que *l'authenticité.* Nous passons du stade de *l'alliance sophrologique* à celui de la *rencontre existentielle.*

Dans son introduction à *«L'Inde des Yogis», parue en 1967, Caycedo* écrit: «Une école médicale spécialisée dans l'étude de la conscience humaine ne peut se permettre d'ignorer les mécanismes orientaux de la personnalité, ni les concepts philosophico-religieux qu'ils contiennent et dont précisément la pierre angulaire *est* la *conscience.»* Et plus loin, parlant de sa rencontre avec les maîtres de la pensée orientale: «Lorsqu'une rencontre atteint la dimension existentielle, elle ne peut s'effectuer qu'à travers *l'expérience.»*

Nous sommes alors en 1967. C'est seulement dans les années 1985 que *Caycedo* nous reviendra de Colombie, avec son Quatrième degré et sa dimension existentielle de la rencontre de l'homme avec la totalité: l'universel et l'éternel ne faisant qu'un: l'union infinie de l'espace et du temps qui sont la conscience de l'homme.

A son retour d'Orient, *Caycedo,* structure l'Ecole internationale de sophrologie médicale depuis Barcelone, d'où sortiront de nombreux sophrologues, médecins et paramédicaux, de 1968 à 1979. En 1980, il retourne en Colombie, son pays d'origine, où il crée l'Université mondiale de sophrologie de Bogotá. Confronté à la réalité objective du tiers monde, la sophrologie s'ouvre au monde social. *Caycedo* crée des dispensaires sophrologiques, traitant des groupes de très grande envergure, s'occupant à sortir les enfants abandonnés de Bogotá, «Los Olvidados» (comme les avait déjà filmés en Espagne quelques années plus tôt Luis *Buñuell,* de leur misère réellement, tragiquement, objective: de l'analphabétisation, du viol, du vol, du meurtre, de la drogue, de la prostitution infantile toutes catégories; où la faim seule commande et fait la loi; où il ne s'agit pas de moraliser, car là non plus le bien, le mal n'ont pas le même sens que dans les salons confortables d'endroits où l'on crève de trop manger et de trop boire.

Face à cette réalité, *Caycedo* est confronté à la *responsabilité* du phénomène *sophrologique* qui marche, il crée des dortoirs dans lesquels les petits Colombiens vont dormir, où de jeunes sophrologues de l'Université mondiale les entraînent à la relaxation dynamique pour dormir sans de droguer; leur offre la scolarisation jusqu'au bac et la possibilité à leur tour d'entrer à l'Université mondiale de sophrologie avec un métier les intégrant avec Bac + 6, dans la société. Ces jeunes gens qui répondent à la question: «Que t'a apporté la sophrologie?»; «Je suis devenu un homme.»

En 1988, revenu en Europe, il choisit Andorre comme «pays de la sophrosyne, car c'est un pays écologique, qui n'a pas connu de guerre depuis de nombreux siècles: symbole de la réconciliation entre tous ces sophrologues œdipiens qui, papa parti, voulaient prendre la place. Il inaugure l'ère de la médecine sophrologique, et fait promouvoir la première promotion «Master», non à titre de gloire, mais essentiellement de responsabilité; développe davantage ce Quatrième degré avec la rencontre existentielle de la totalité et essaie de faire du nettoyage dans cette tour de Babel que l'Europe sophrologique est devenue.

2 Sophrologie et kinésithérapie

Il y a quelques mois, un ministre de la Santé, avait demandé un rapport à des médecins, concernant l'avenir de la kinésithérapie...

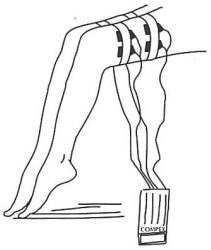
Au sujet de la quatrième année d'étude,

Avec Compex® 50

la haute technologie découvre la simplicité

1) Choisir la carte standard correspondant à l'indication thérapeutique choisie

2) Insérer cette carte dans le stimulateur Compex

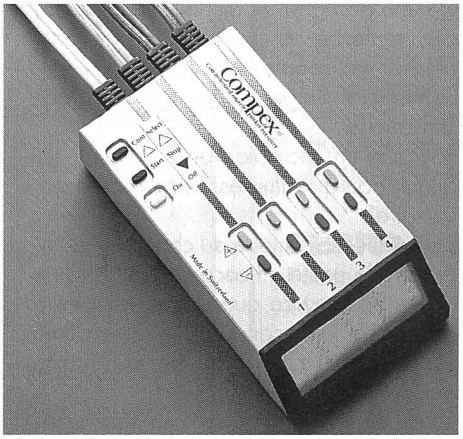


3) La séance commence

SFR 3'842.--

(Possibilités de leasing ou de location)

Compex 50, c'est la performance exceptionnelle du système Compex, alliée à une simplification extrême du travail du thérapeute: nous avons créé pour vous des programmes standard correspondant aux indications thérapeutiques du système Compex (électrothérapie Excito-motrice, électrothérapie antalgique...).
Il vous suffit donc de choisir celle qui correspond à votre patient, et de l'insérer dans le stimulateur Compex. Celui-ci est alors programmé, et gère



automatiquement les étapes de stimulation.
L'électrothérapie, avec Compex 50, entre dans l'ère de l'efficacité et de la simplicité.

Pour information:
MEDICOMPEX S.A.
ZI "larges Pièces"
Chemin du Dévent, 1024 Ecublens
Switzerland
Tél: 021 691 61 67
Fax: 021 691 61 90

Axe Communication Entreprises 022 61 90 41

qui aurait eu pour but essentiel de valoriser la profession, un rapporteur avait écrit: «Pour masser, il n'est pas utile d'avoir trop de savoir.»
Sans le vouloir, ce monsieur n'avait pas tout à fait tort; car sans *l'expérience,* c'est-à-dire cette rencontre vécue au niveau de *l'existence, le savoir n'est rien.*
Or le kinésithérapeute, en particulier, est quelqu'un qui doit posséder en plus de son *savoir* (et personne ne pourra jamais empêcher quiconque d'en savoir plus, même s'il désire protéger sa propre angoisse de défense de son territoire); ce sens supérieur, intuitif, qui ne s'apprend pas dans les livres, ce sixième sens au bout des doigts, qui *«sent»;* cet œil de maquignon qui *«voit»* la lésion à travers les vêtements, dès l'entrée du patient dans la salle d'attente, qui nous donne en réflexe l'attitude accueillante, rassurante de celui qui *sait,* parce qu'il le *sent,* qu'il va vous soulager dans l'avenir immédiat.
Utiliser ses sens pour soigner, dans le sens prophylactique, diagnostique et curatif; savoir *écouter* ce qu'on ne vous dit pas, ou au-delà de ce qu'on vous dit; avoir l'oreille qui mesure le tempo du pas dans la marche...
C'est vrai que ce n'est pas la quatrième année qui le lui apprendra ni la dixième; mais la première seconde de la rencontre existentielle entre deux êtres humains, car comme dit *Caycedo* dans son français chaleureux: «Le phénomène humain est un phénomène chaud.»
La sophrologie s'appuyant sur la philosophie husserlienne, la phénoménologie nous permet de développer ce sixième sens: apprendre à voir au-delà de *l'apparence,* afin de ne s'intéresser qu'à *l'essence,* c'est-à-dire cette dynamique qui anime le phénomène.
Avec la lunette phénoménologique, on s'exerce à lire les valeurs positives de l'être humain.
Ceci est le pont jeté, par la sophrologie, entre l'Orient et l'Occident.
Lorsqu'un patient s'adresse à un thérapeute, il lui parle de tout ce qui ne va pas, le thérapeute a été formé à ne s'intéresser qu'à la pathologie, dont il est devenu spécialiste, en trois ans, quatre ans, dix ans: spécialiste du négatif.
L'attention est focalisée des deux côtés sur le mal.
Dans nos études médicales ou paramédicales, nous étudions le «corps humain», à partir des planches d'anatomie de Rouvière, dessinées sur le cadavre, en oubliant qu'il n'y a rien de moins vivant qu'un cadavre, en oubliant aussi qu'un être humain, ce n'est pas seulement un corps et que c'est un «phénomène chaud».
Quant à la thérapie, elle est encore focalisée sur le mal, de façon plus ou moins traumatisante: «Madame, voici votre appendice, nous vous l'avons mis dans un bocal, pour décorer votre salle à manger...» – «Merci, docteur.»
Le thérapeute est ce magicien qui a extrait le mal: «y a plus bobo».
En sophrologie, le négatif ne nous intéresse pas, seules les valeurs positives de l'être nous intéressent, sur un axe tridimensionnel, c'est-à-dire son passé, son présent, son avenir:
«Bien, parlez-moi un peu de ce qui va bien. Qu'avez-vous réalisé d'intéressant ces dernières années, étiez-vous déjà ce gentil petit garçon que vous êtes resté, quels sont vos projets à venir?»
Et c'est en nous appuyant sur les bases positives de l'être que nous allons l'aider à se restructurer.
La kinésithérapie sophrologique occupe une place privilégiée, en médecine sophrologique, car la kinésithérapie est la thérapie par le mouvement; or le mouvement, c'est la vie.
C'est cette vie, ce processus dynamique que nous allons faire vivre à notre patient.
En développant cette vision phénoménologique de la lecture des valeurs positives de l'être (sans oublier que charité bien ordonnée commence par soi-même), sur cet axe tridimensionnel nous avons une infinie possibilité de combinaisons, afin de faire vivre ce sens kinesthésique qui est *l'essence* même de notre profession.
Ainsi, en kinésithérapie gériatrique, lorsqu'on demande à une personne âgée de se revoir dix, vingt, trente ans et plus en arrière (ce qui lui est beaucoup plus facile que de vous raconter la journée précédente); qu'on lui demande de se souvenir des sensations qu'elle éprouvait en courant, en marchant, puis qu'on lui demande de se «visionner» dans l'avenir, en marchant avec ces mêmes sensations, nous constatons que la personne recouvre une plus grande aisance à se déplacer, renforce sa capacité d'espoir, et améliore sa souplesse articulaire.
La mémoire n'a *rien* oublié, au niveau des sensations.
Pourquoi un champion paraît-il aussi sûr de lui, pourquoi impressionne-t-il son adversaire?
Parce que la mémoire du champion a enregistré le geste efficace, qui fait qu'il ne doute pas; parce que son adversaire a enregistré la façon dont il a expédié l'autre grand champion, lors du match, etc.
C'est en s'appuyant sur ces sensations positives que l'on vit en soi, que l'on renforce notre confiance en nous-mêmes au niveau biologique, et c'est là que se situe la rééducation sophrologique: au niveau de l'enregistrement sur le petit film en spirale de *l'ADN;* une fois inscrit correctement, il ne disparaît plus et il est toujours capable de se rapprocher de la perfection.
Ainsi, la mémoire de l'adversaire, si elle prend conscience de ses propres valeurs positives, qu'elle ne doute pas de ses capacités, qu'elle ne se laisse pas impressionner de manière subjective, a de très fortes chances de faire basculer le grand champion, dont l'intellect et non le vécu, le subjectif et non la réalité objective aurait pu lui «faire gonfler la tête» et se croire invincible.
Tel que dernièrement nous avons vu, en tennis à Rolland-Garros, un petit Tchang (moitié Occidental-moitié Oriental) balayer le grand Lendl.
Est-il entraîné de manière sophrologique? C'est vraisemblable, du moins son attitude l'est très nettement. A ce niveau de compétition, nous la rencontrons souvent.
La *sophrologie* et la science qui s'intéresse à la conscience positive. Nous entendons par conscience la façon dont on se vit. La conscience pathologique, en dehors de la psychiatrie, est celle de la maladie de la personne.

3 La phénoménologie

Il est très difficile de comprendre, de manière cartésienne, la sophrologie, sans développer en soi cette attitude phénoménologique qui consiste à observer un phénomène, sans préjugé, sans a priori; en ayant tous nos sens ouverts dans l'observation du déroulement du phénomène, d'essayer néanmoins d'en dégager le *sens positif,* l'intentionnalité cachée, non montrée, voire inconsciente; lever nos propres voiles qui nous empêchent de *voir* le *vrai.*
On ne peut tendre à devenir sophrologue sans développer en soi cette *«vision»* phénoménologique.
Apprendre à voir les choses autrement, ne pas se fier à l'apparence, savoir que ce que l'on *voit, n'est pas* ce qui *est.*
Ainsi en 1917, les gens du «Titanic», lorsqu'ils ont vu l'iceberg, n'en ont pas vu l'essentiel, mais juste la sonnette d'alarme. Ils l'ont confondue avec l'iceberg lui-même. Dommage.
La phénoménologie est l'œuvre d'un mathématicien, Edmund *Husserl* (1859–1938), qui s'intéressa à la philosophie; il la définit comme «une science descriptive de l'essence de la conscience pure».
Il s'agit en fait d'une méthode d'investigation de la conscience.
S'il est vrai qu'une des valeurs essentielles de l'être humain est sa capacité de dépassement, que l'on considère comme

Aufgrund der überaus grossen Nachfrage
regelmässig Kurse in der Schweiz

AKUPUNKT – MASSAGE nach Penzel

Kursort: Filzbach/Kerenzerberg

Fordern Sie unsere
kostenlosen Informationen an!

AKUPUNKT – MASSAGE nach Penzel für alle, die sicher, berechenbar und erfolgreich therapieren und damit Menschen helfen wollen.

中華按摩

Internationaler Therapeutenverband
AKUPUNKT-MASSAGE nach Penzel
Sektion Schweiz
Fritz Eichenberger, An der Burg 4,
8750 Glarus, Telefon 058/61 21 44

(0456)

Die Computer-Software für Ihre Physiotherapiepraxis

ADAD 9 - PHYSIO

- Patientenkartei
- Rezeptverwaltung
- Privatrechnung
- Kassenrechnung
- Terminplanung
- Mitarbeiterverwaltung
- Textverarbeitung
- Buchhaltung
- Statistiken

■ Schnell

■ Übersichtlich

■ Leistungsfähig

■ Der ideale Mitarbeiter in jeder Praxis

Entscheiden Sie sich für die Zukunft !
Fordern Sie unser Informationsmaterial an !

GTG AG

Gesellschaft für Technik und Gesundheit AG
Schulstrasse 3
CH-8802 Kilchberg

Telefon 01 / 715 31 81

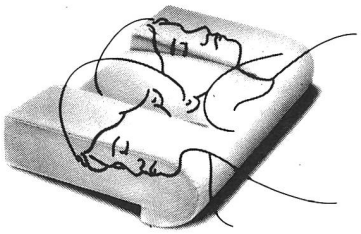
the pillow®

die orthopädische Kopf- und Nackenstütze

Aufgrund der ausgedehnten klinischen Prüfung indiziert bei:
- Nacken- und Schulterbeschwerden
- hartnäckigem und resistentem Kopfweh
- Rückenbeschwerden.

«the pillow»® ermöglicht eine **optimale Lagerung** von Kopf und Nacken: in Seitenlage bleibt der Kopf in Mittelstellung, in Rükkenlage entsteht eine unauffällige aber wirksame Extension.
Die Bewegungsfreiheit bleibt voll erhalten.

Es gibt **3 Modelle:** Normal: «Standard» und «Soft» für Patienten über bzw. unter 65 kg Körpergewicht. «Travel»: «Standard» und «Soft», als Reisekissen und für Patienten mit Flachrücken oder kurzem Nacken.



NEU: «Extra Comfort», aus Latex (Naturmaterial), «Standard» und «Soft», besonders angenehm und dauerhaft.

the pillow®: das professionelle Kissen, das den spontanen Schmerzmittelkonsum signifikant senkt.

Senden Sie mir bitte:

❒ Prospekte und Patientenmerkblätter zum Auflegen
❒ eine vollständige Dokumentation
❒ einen Sonderdruck der Publikation «Evaluation eines Kopfkissens bei cervikalen Beschwerden» aus der Schmerzklinik Basel.

BERRO AG
Postfach
4414 Füllinsdorf

Stempel

transcendantale, il en est une supérieure, c'est sa capacité «phénoménale», c'est-à-dire à créer un phénomène, même en s'appuyant sur des valeurs inconnues (à créer), mais dont on peut avoir l'intuition.
Caycedo dit: «La conscience phénoménologique n'est pas un cadeau naturel, il s'agit d'une conquête difficile; mais c'est le seul chemin qui permet d'arriver à la conscience sophrologique. Il s'agit donc d'une méthode, qui passe par trois stades: *l'information, la formation, la transformation.*
La conquête de la conscience pure demande de se débarrasser des *conditionnements négatifs,* des *a priori...*
Husserl crée donc une méthode, pour développer la conscience: il s'agit de la *méthode de réduction phénoménologique.*
Il s'agit de prendre un certain recul entre le *sujet* (soi-même) et *l'objet* d'observation, établir la distance: *l'«epoke»* des Grecs, c'est-à-dire la distance que prend le sujet par rapport à l'objet, et favoriser le retour aux choses mêmes.
Pour cela, la méthode comprend trois temps:
a) *Suspension du jugement.*
b) *Réduction phénoménologique,* c'est la *mise entre parenthèses* des phénomènes négatifs, entravant l'accès à *l'essentiel.*
c) *L'intuition des sens:* Il s'agit d'une *lecture directe de l'essence,* des structures.
Heidegger, disciple d'Husserl, dit: «La phénoménologie est la manière d'accéder à.»
Pour Husserl, c'est accéder à «la conscience pure, différente de la conscience naturelle, qui a donné naissance aux sciences naturelles, fondées sur l'expérience prenant pour *vrai* ce qu'elles voient; la phénoménologie conduit à une autre façon de voir à partir de l'intuition, dans l'observation des phénomènes sans a priori, sans préjugés; aboutissant à une «conscience transcendantale»; où l'on n'établit pas qu'il n'y a qu'une vérité à ce qu l'on voit. C'est aussi ce qu'un autre mathématicien (vingt ans plus jeune, mais contemporain d'Husserl) du nom d'*Einstein* appelle la *réalité* qui le conduira à s'intéresser à la *relativité.*
Dans une célèbre discussion avec *Niel Bohr,* grand physicien danois, Einstein disait qu'il existait une réalité indépendante aux observateurs que nous sommes, et Bohr répondait que la science est empirique et ne fait qu'accumuler une collection de règlement de manœuvres permettant une action efficace.
Comme l'exprime *Henri Laborit,* il ne faut pas confondre *réalité* et *vérité:* «La *réalité,* c'est la seule chose que l'homme puisse connaître de façon de plus en plus détaillée, au fur et à mesure que les instruments qu'il utilise pour l'explorer s'affinent. Mais c'est l'interprétation qu'il donne des résultats qui est sans doute critiquable.»
Ou encore: «Ce n'est pas parce qu'un million d'individus seront d'accord avec une erreur qu'elle en deviendra pour autant une vérité», selon la réalisme intersubjectif de *Bernard d'Espagnat.*
De façon générale, la phénoménologie n'est pas une science empirique, dans le sens où le «fait» ne l'intéresse pas; ce qui l'intéresse, c'est l'essence du «fait».
Dans la première partie du XXe siècle, la phénoménologie donne naissance en philosophie au courant existentialiste de Sartre et de Merleau-Ponty, dont la suspension de jugement, la mise entre parenthèses du phénomène aboutit à s'intéresser au côté angoissant, négatif de l'existence; «L'Etre et le Néant (Sartre); à la philosophie de l'absurde *(Camus).*
L'apport de *Caycedo* à la phénoménologie, c'est de s'intéresser à une conscience que l'on ne connaît pas: la conscience positive.
Jusque-là en médecine, à travers la psychiatrie, nous étions spécialistes de la pathologie, de ce qui ne va pas. A travers la psychologie, nous étudions la conscience dite «normale»; souvent malheureusement avec un penchant à expliquer le négatif: «c'est parce que son papa... parce que sa maman...». En somme, la recherche des circonstances atténuantes, mais pas comment lui faire prendre conscience de ses valeurs positives à exploiter.
La sophrologie, elle, s'intéresse seulement au positif, le négatif ne l'intéresse pas.
Avec cette attitude phénoménologique de suspension de jugement, mise entre parenthèses de tout ce qui peut entraver la lecture directe de l'essentiel, la sophrologie va permettre au sophrologue de *lire* les structures positives du patient afin de l'aider à se restructurer, et s'appuyer sur des bases solides afin de se dépasser.
Ainsi en kinésithérapie sophrologique, nous ne nous contenterons pas d'aider le patient à recouvrer l'amplitude articulaire nécessaire et suffisante, mais, peut-être, entreprendre ou reprendre une activité physique plus importante, quel que soit son âge, adaptée à chaque individualité.

(La suite paraîtra dans le prochain numéro.) ●

Bücher/Livres

La spondylarthrite ankylosante: un guide pratique pour le malade

Paul Schmied et Heinz Baumberger.
Série «La spondylarthrite ankylosante», cahier No 1, édité par la Société suisse de la spondylarthrite ankylosante, Röntgenstrasse 22, 8005 Zurich. 1990, 90 pages, 44 illustrations, Fr. 12.–.

La spondylarthrite ankylosante, maladie inflammatoire qui atteint et enraidit la colonne vertébrale, touche spécialement les gens jeunes. C'est une maladie chronique qui fait souffrir durant de longues années. Au moment du diagnostic, le malade doit faire face à l'idée qu'il va vivre avec une maladie douloureuse chronique – ce qui n'est pas facile. Qu'est-ce qu'est cette maladie? Comment cela va se passer? Comment peut-on lutter? Qu'est-ce qu'il y a comme moyens pour améliorer le sort? Ce sont toutes les questions qui se poseront.
Les informations reçues par le malade lors d'une consultation ne suffisent pas pour apprendre et assimiler tout ce qui est nécessaire de savoir pour vivre avec sa maladie. Les membres de la Société suisse de la spondylarthrite ankylosante, association de malades ayant pour but l'entraide et l'information, connaissent leur maladie et sont bien placés pour venir en aide à leurs cosociétaires. La Société édite également un journal plein d'information sur la maladie ainsi qu'une série de fascicules dont nous sommes en présence ici du dernier: «La spondylarthrite ankylosante: un guide pratique pour le malade.» Ce cahier commence d'abord par une introduction sur les maladies rhumatismales en général, suivie d'un exposé sur la biologie de la spondylarthrite ankylosante. Ensuite viennent les moyens de diagnostic et les possibilités de traitement. Il y a aussi un chapitre sur les aspects pratiques pour la vie de tous les jours ainsi que l'inventaire des offres de la Société suisse de la spondylarthrite ankylosante. Ce fascicule est le résultat d'une collaboration étroite entre le président de la Société, M. Heinz Baumberger, et leur médecin-conseil, le docteur Paul Schmied, rhumatologue à Zurich. Il est facile à lire et tout ce qui est important est mis en évidence en écriture grasse. De nombreuses illustrations didactiques ou humoristiques complètent et allègent le texte. Le malade apprendra que le pronostic est essentiellement