



Association pour l'Alternative en Médecine

Numéro 3

Avril 2002

Editorial

« GROUND ZERO »

Depuis l'attentat du 11 septembre 2001, il y a un endroit, à NYC vers lequel convergent les pensées de la planète. Ce lieu, à l'instar du Delphes de l'Antiquité, est le nouvel « Omphalos » ou nombril de notre monde : j'ai nommé « Ground Zero ».

Le « Niveau Zéro » sert désormais de référence à une reconquête du Bien, du Beau et du Bon, façon USA !... Cela donne envie de distribuer des « zéros » à tous les héros de la désinformation, du réchauffé et du pré-fabriqués.

Ainsi, je propose de donner **zéro** aux auteurs de l'article du Quotidien du médecin n°7078 du lundi 14 mars 2002 p: 14 intitulé : « HOMEOPATHIE : UN TRAVAIL BRITANNIQUE NE MONTRE PAS D'EFFICACITE DANS L'ASTHME. »

Qu'apprend-on dans le corps de l'article, extrait en fait de la dernière édition du British Medical Journal ? Qu'on a essayé contre placebo un « médicament homéopathique, haute dilution d'une poussière d'acarien » (sic) !!! Or, cet essai n'est justement pas de l'homéopathie, car il n'utilise pas un « médicament homéopathique » comme il est dit, mais un isothérapeutique. C'est dire qu'il cherche en fait à démontrer la validité de la désensibilisation spécifique, qui n'a rien à voir avec l'homéopathie.

On a fait que tester des dilutions infinitésimales d'acariens contre une manifestation clinique de l'allergie aux acariens. C'est de l'identité pure, pas de la similitude. Ce n'est donc pas de l'homéopathie.

Donc : **Zéro** !...

Notre Association a pour but, entre autres, de lutter contre ce genre d'idées fausses. Et les idées fausses ont la vie dure auprès de ceux qui n'ont pas de curiosité, les petits « prêtres du réchauffé », qui pensent toujours en raccourci et colportent le mensonge, la rumeur, pour exercer leur pouvoir. L'analyse erronée de l'article sus-nommé a donné ce type de commentaires, diffusés dans une revue de presse sur Internet : : « *L'homéopathie roulée dans la farine. Contrairement à la croyance populaire, il arrive fréquemment que des scientifiques dits " traditionnels " se penchent sur les effets d'un traitement homéopathique. Mais les homéopathes sont*

peu enclins à en parler puisque les résultats sont chaque fois les mêmes : rien ne permet d'affirmer qu'un remède homéopathique produit un effet supérieur à ce qu'on appelle l'effet placebo — c'est - à - dire l'effet psychologique réconfortant que procure, chez certaines personnes, le simple fait de prendre une pilule, même si celle-ci n'est qu'un amalgame de sucre et de farine. »

On voit bien ce que cherchent ceux qui demandent des preuves : discréditer la vérité qui sourd directement de la créativité. Car la preuve est le produit de la standardisation : elle s'extrait du cadavre des événements. La preuve tue l'œuvre.

Or la médecine est – elle une technique, tout – entière inféodée au collectif et à l'industrie ou peut – elle être un Art, qui fait place à l'expression de l'individuel, dans la spécificité de sa souffrance comme dans celle de sa joie ?

Pour répondre à cette question, vous avez la parole. Prenons la parole. Ne restons pas figés dans ce temps linéaire qui va de l'utérus des certitudes au cercueil du confort à venir. Le temps de la parole est le temps de l'insécurité créatrice. C'est le temps suspendu entre l'utérus et le cercueil.

Prendre la parole, c'est vivre, c'est guérir...

Bien amicalement.

Pierre POPOWSKI

Compte rendu de la réunion
du 27 janvier 2002

Suite au courrier du 15 décembre dernier sur l'avenir de notre association, 29 adhérents ont répondu à notre rendez-vous.

La réunion s'est tenue Salle de Mariages, à l'hôtel de Ville de Draveil à partir de 15h et s'est terminée vers 18h après avoir partagé des galettes.

Après avoir présenté les vœux du Conseil d'Administration aux adhérents et remercié les membres présents de leur participation, le Président nous a demandé de bien vouloir excuser l'absence de G. Tron qui nous transmet son soutien à nos démarches et activités.

Le but de cette réunion est d'échanger les points de vue avec chacun des adhérents sur les modalités du changement de stratégie de notre association.

Le dépouillement du « sondage express » du dernier courrier aux adhérents donne les résultats suivants, sur

30 réponses parvenues à la date de cette réunion :

Les constats :

- désir d'informations
- surtout « généralistes », non spécialisées
- attitude critique, combative, de l'association
- le bulletin n'est pas redondant

Les souhaits :

- témoignages d'adhérents dans le bulletin et les Forum
- informations sur d'autres associations
- création d'une association de patients
- informations sur les salons (faire connaître l'association)
- exposants payants aux Forums, pour alimenter le trésor
- se faire connaître dans les « Coop Bio »
- créer des liens avec des fédérations d'associations (U.F.C., ATTAC...)
- S'ouvrir aux allopathes : pas de sectarisme, mais esprit d'ouverture.

La synthèse des échanges est la suivante :

Nécessité d'insister sur des actions pratiques :

1 – A court terme :

Le Bulletin. Chaque membre de l'association se voit invité à transmettre son ou ses articles pour publication dans le prochain bulletin :

- soit par email à asso.altermed@wanadoo.fr
- soit à l'adresse de l'association

Un Comité de lecture sera convoqué (tous les adhérents seront sollicités à cet effet).

2 – A moyen terme :

L'Assemblée Générale de Juin 2002 qui verra l'élection de nouveaux membres au sein du C.A. avec renouvellement du Bureau, transmettant le pouvoir aux adhérents.

Pierre POPOWSKI
Président

QU'EST-CE QUE LA SOPHROLOGIE ?

*"SANTÉ ET MALADIE SONT DEUX FONCTIONS
QUI TENDENT VERS LE MEME BUT
CELUI DE LA CONVERSATION AVEC LA VIE"
Hippocrate*

Par les temps qui courent, et là où les conditionnements ont plutôt tendance à faire courir les hommes après le temps, vivre qualitativement et pleinement l'instant présent n'est pas si facilement réalisable.

La sophrologie, issue des anciennes philosophies occidentales et orientales, représente la synthèse d'un ensemble de pratiques à vivre, remises au point pour notre époque par le Professeur Caycedo, il y a 40 ans.

Ces pratiques, purement existentielles, permettent de découvrir les immenses ressources dont l'esprit anime le corps à travers leur constante interdépendance. La qualité de vie qui en découle est à l'opposé de la précipitation qu'engendre le monde moderne qui fait pression sur l'homme, sur son existence et sa santé.

La pratique de la sophrologie ne s'improvise pas. Elle nécessite une solide formation en médecine psychosomatique pour être sophrologue; une qualité d'observation constante et des pratiques approfondies exerçant la véritable nature de l'esprit grâce à l'énergie qui l'anime. Nous n'avons jamais fini de découvrir qu'il est possible de vivre mieux les événements quotidiens et de mieux fonctionner dans son corps et dans son esprit. Puisqu'il s'agit de notre existence, nous ne pouvons l'éviter, la dévier ou la tromper. Notre existence profonde a besoin d'être vraie. Elle désire et recherche constamment un authentique bien être, une authentique joie, dont les substituts ne comblent pas notre besoin fondamental de bonheur et de paix,

On trouve déjà à l'époque de la Grèce antique, dans le dialogue de Charmidès de Platon, et dans l'Odysse, le terme "sophrosyné" expliquant l'état particulier provoqué par les paroles et la voix humaine capables de modifier les humeurs agissant elles-mêmes sur les fonctions organiques. Ce moyen fut nommé "ternos logos" qui veut dire : science, étude. De cette étymologie on peut tirer deux définitions de la sophrologie :

- étude de l'harmonie de la conscience
- étude de la sagesse

La sophrologie peut être considérée comme une science. Elle représente la science de la conscience humaine. Sa devise est : "Ut conscientia noscatur" : "Afin que la conscience soit connue". La conscience et le corps sont une seule et même chose. La sophrologie peut être utilisée comme un soin du corps et de l'esprit. Elle offre un large éventail de moyens pour agir sur l'angoisse, les névroses, la spasmophilie et les maladies dites de civilisation. Son champ d'applications est extrêmement vaste qu'il s'agisse d'apprentissage, de sport, du domaine artistique, professionnel, relationnel, de la santé physique et mentale, de la période pré-natale ou post-natale pour ne citer que les principaux.

La sophrologie est aussi une philosophie. A partir des changements de fonctionnements que sa pratique induit, ceci engendre une nouvelle façon, plus constructive, de voir la vie. L'être humain est amené à une meilleure connaissance de ses capacités de mieux être. Son mieux être, qui représente la construction de son autonomie, va lui permettre d'améliorer sa relation aux événements et à autrui.

La sophrologie est avant tout un art : un art de vivre. Cet art, comme tous les autres, demande l'entraînement régulier du merveilleux instrument qu'est la conscience agissant sur l'équilibre du corps, ses mouvements, ses sensations, ses perceptions, sa mémoire, son orientation dans l'espace et le temps. Le développement de la conscience développe les sentiments, la pensée, l'attention, la concentration, la

contemplation, le langage, l'apprentissage. Son évolution entraîne l'évolution de l'imagination, de l'émotion, de la communication, de l'affectivité et de l'amour. Elle entraîne la véritable écoute, l'entendement, la sociabilité, la réflexion, la volonté et la conscience morale. Elle développe la créativité, l'intuition, l'ouverture des sens ainsi qu'une meilleure adaptation au réel.

La pratique de la sophrologie a des applications thérapeutiques, prophylactiques et pédagogiques. Ses buts principaux sont :

- l'équilibre des deux hémisphères cérébraux
- l'harmonisation de l'être
- être plus conscient et plus responsable
- le développement de la pensée constructive
- la protection contre le stress exagéré
- le vécu de la réalité objective

Pour se réaliser pleinement, l'être humain doit apprendre à vivre le plus possible dans le présent, "ici et maintenant". La tendance générale est plutôt d'être attaché au passé et préoccupé par l'avenir, ce qui court-circuite facilement le fait d'être heureux ici et maintenant. La pratique de la sophrologie offre les moyens de faire face à la réalité objective, de l'intérieur de soi, et sur les bases de la connaissance de soi. Ce soi, véritable et authentique, ce soi perpétuellement évolutif, à conditions toutefois qu'il s'engage à la découverte consciente des extraordinaires moyens qui sont issus... de lui-même.

Marie-Thérèse Sturge Moore, Sophrologue
18, rue de la Galante 91210 Draveil
Tel. 01.69.40.09.93

EUROPA : des idées à importer !

L'Union Européenne apporte son concours financier à un projet de complexe axé sur la santé et le bien-être...

En Basse-Autriche, à Gars am Kamp, trois structures ont vu le jour depuis 1986 pour une capacité de 246 lits. Les deux dernières ont été financées par des fonds structurels européens. Deux des centres offrent des prestations sur le plan thérapeutique et dans les domaines du bien-être. Plus particulièrement, le troisième est un centre de soins de santé inspirés des méthodes de la médecine chinoise traditionnelle. Parallèlement à diverses techniques (acupuncture, massage, conseils diététiques, gymnastique...), des cours de perfectionnement y sont proposés et des visites organisées à l'intention des néophytes désireux de se familiariser avec les techniques chinoises en matière de soins de santé.

DD



De la Démocratie sanitaire

2002 – reconnaissance des professions d'ostéopathe et de chiropraticien

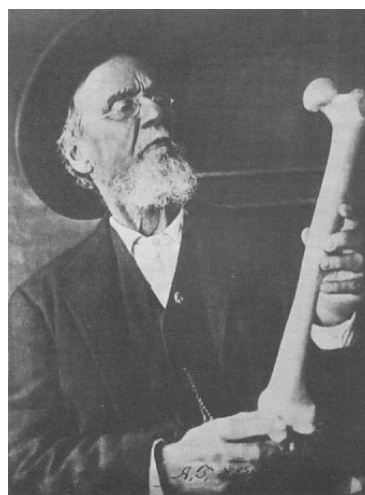
Dans le cadre du projet de loi « Droit des malades et qualité du système de santé » présenté à l'Assemblée Nationale en septembre dernier, vient d'être votée la reconnaissance des titres d'ostéopathe et de chiropraticien.

Votée par les députés, confirmée par les sénateurs, elle fut entérinée en deuxième lecture par le Parlement le 19 février 2002.

Ainsi se créent en France les professions indépendantes d'ostéopathie et de chiropratie.

La chiropratique est utilisée dans 20 grands pays et son concept fut formulé à la fin du siècle dernier par David D Palmer.

Le concept ostéopathe date de 1870, développé et validé par Andrew T. Still, chirurgien américain, et par William B. Sutherland aux USA. Il s'est imposé en Europe sur le terrain depuis plus de 25 ans. Les praticiens l'ont mis en œuvre, enseigné. Et ce en quart de siècle, l'ostéopathie, par l'observation de l'anatomie et de la physiologie, a fait preuve de son efficacité.



Andrew T. Still

L'Ostéopathie fût reconnue en Angleterre il y a bientôt 10 ans par l'« Ostéopathic Act » ; la France, quant à elle, n'a pas fait part en la matière de recherche et de dynamisme ; elle a tardivement fait suite aux recommandations du Parlement européen en mai 1997 sur le statut des médecines non conventionnelles et leur reconnaissance, cela à

l'initiative du député belge Paul Lannoye, vice-président de la commission de l'environnement, de la santé publique et de la protection du consommateur et aux questions pressentes et successives de messieurs les députés Gérard Voisin, André Aschieri et de Georges Tron sur l'aboutissement des travaux.

C'est ainsi qu'intervient cet amendement de reconnaissance ou selon les propos du ministre de la santé B Kouchner, la France est le dernier pays à ne pas reconnaître cette discipline et qu'elle ne peut rester plus longtemps en dehors des autres pays et notamment compte tenu de l'indice de satisfaction de ces pratiques dans la population.



W. G. Sutherland

Réjouissance et satisfaction donc pour le public et les patients qui se mobilisent depuis des années.

Réjouissance et satisfaction pour les praticiens de pouvoir travailler sereinement en terme de légalité puisqu'en terme de légitimité celle ci leur a été accordée par le public depuis un certain nombre d'années. Nombre d'entre eux ont en effet été inquiétés et condamnés pour des pratiques supposées être réservées aux médecins alors même que l'ostéopathie et la chiropractie n'étaient pas enseignées par l'Académie de médecine !

Réjouissance et satisfaction pour les étudiants qui actuellement se forment sur un cursus international de 5 ans plus une année de thèse signifiant un haut niveau de compétence et de pratique, garantie de sécurité.

Réjouissance et satisfaction pour le développement d'un pan du Savoir, de la Connaissance et de la Recherche jusqu'ici réduite à sa plus simple

expression faite de volonté et du moindre crédit !



manipulation du coude - tombe de Ramsès II

Réjouissance enfin quant à l'affirmation du libre choix thérapeutique, élément incontournable d'une véritable démocratie sanitaire.

A ce titre et en terme d'espoir quant à la santé publique souvenons nous de la résolution du Parlement européen sur les médecines non conventionnelles, citant encore bien sûr l'homéopathie, la médecine chinoise et l'acupuncture, la phytothérapie, la médecine anthroposophique, la naturopathie et le shiatsu, qui, si elles existent de part le monde, ont fait la preuve de leur part d'efficacité ainsi que la médecine allopathique, et même d'efficience (rapport efficacité / coût).

Alors, par delà les corporatismes et les pesanteurs pour le patient que nous sommes tous et pour nos enfants, avec le Parlement européen, soyons encore utilement exigeants jusqu'à leur reconnaissance.

Michel Fabre



Traitement de la colonne vertébrale – Grèce antique