

M. Jean LASSNER  
Né le 7 mai 1913 à Vienne Autriche  
Nationalité française  
Professeur de médecine honoraire  
Demeurant 7 rue Méchain 75014 PARIS

Je soussigné Professeur Jean LASSNER  
*Commandeur de la Légion d'Honneur*  
*Grand officier de l'Ordre National de Mérite*  
*Professeur honoraire d'Anesthésiologie à la Faculté de Médecine Cochin-Port Royal*  
*Expert national honoraire*  
*Docteur honoris causa des Universités de Mayence (Allemagne) et de Poznan (Pologne)*  
*Ancien Président de la Commission Nationale d'Anesthésiologie du Ministère de la Santé*  
*Ancien membre de la Commission médicale consultative de l'Assistance Publique-  
Hôpitaux de Paris*  
*Ancien Président de la Société française d'Anesthésiologie*  
*Ancien Président de la Société internationale d'Hypnose*

déclarant n'avoir aucun lien de parenté ou alliance avec les parties et ne pas être sous leur dépendance économique

Ayant pris connaissance du dossier disciplinaire de Mme ANDRIES SOUCHAUD et de l'ouvrage de M. BROFMAN qu'elle m'a communiqués

**Certifie l'exactitude des faits ci-après:**

La méthode de M. BROFMAN a repris l'essentiel de l'enseignement d'Emile Coué ( 1857-1926) ainsi que diverses méthodes de relaxation dont celle de JACOBSON, strictement physique et celle à orientation psychanalytique de M. SAPIR.

Les exercices du training autogène de Schultz ont aussi des similitudes avec cette pratique basée sur des formules simples incitant à la détente ou à un certain mode respiratoire.

Une fois une telle méthode expliquée aux patients celui-ci peut aisément refuser sa coopération qui est nécessaire pour sa mise en pratique car une personne ,même affaiblie, ne pourrait se voir contrainte d'y participer par la récitation des formules destinées à sa détente.

La pratique de Madame ANDRIES SOUCHAUD est caractérisée par la mise en œuvre d'un soutien psychologique qui ne peut être néfaste aux malades et ne lui donne aucun « pouvoir » sur eux.

Ce soutien exige un certain contexte, en particulier un environnement calme pendant un temps assez long , surtout si la relaxation est recherchée.

Cette pratique n'a rien de répréhensible et il est regrettable que sa mise en œuvre n'ait pas été discutée dans le service auquel elle pouvait apporter une forme d'approche très humaine du malade .

Je suis informé que Mme ANDRIES SOUCHAUD ,à qui je délivre la présente attestation ,est susceptible de la produire en justice et que toute fausse déclaration de ma part pourrait entraîner des poursuites pénales à mon encontre

Fait à Paris le 27 Février 1999.

LASSNER

## Chantale GIRAULT

Née le 26 juin 1949

à Pornichet (44)

Nationalité française

10, avenue Jean Moulin

93100 Montreuil

Sophrologue caycédienne depuis 9 ans.

Je soussignée Chantale GIRAULT

Master et Master spécialiste en Sophrologie caycédienne.

Membre du Syndicat national des sophrologues caycédiens (responsable de la commission Ethique-Formation-Reconnaissance de la profession),

En possession de la carte professionnelle délivrée par la Fondation mondiale de sophrologie caycédienne,

Enseignante à l'Ecole de sophrologie de Picardie.

Juriste spécialisée en droit de la santé,

Formatrice en secteur hospitalier depuis 13 ans.

déclarant n avoir aucun lien de parenté ou d alliance avec les parties et ne pas être sous leur dépendance économique, ayant pris connaissance du dossier disciplinaire de Madame ANDRIES SOUCHAUD, de l'ouvrage et d'un disque de M. BROFMAN, atteste ce qui suit :

### MÉTHODOLOGIE DES TECHNIQUES DE RELAXATION ET EFFETS

Chaque être humain a plusieurs niveaux de conscience :

— la veille (ou conscience naturelle)

— et le sommeil sont ceux qui nous apparaissent le plus clairement.

Chacun connaît un autre niveau de conscience : celui que l'on expérimente juste avant de s'endormir, entre veille et sommeil (appelé stade sophro-liminal, subliminal, relaxation alpha ou « au bord du sommeil », selon les techniques). C'est dans ce niveau que l'on pratique la Relaxation.

Le niveau de conscience qui existe dans la relaxation permet une augmentation de nombreuses potentialités sous-exploitées dans les niveaux de vigilance habituels.

- La mémoire peut être activée : mémoire de ce qui a été positif dans l'existence, de situations difficiles que l'on a su gérer.
- La stimulation imaginative sur des situations à venir devient possible : possibilité par exemple de se percevoir à l'avenir maîtrisant mieux sa maladie (et non pas en train de guérir, car face à des propositions utopiques, la personne remonte à un niveau de vigilance ordinaire).
- Les sensations sont renforcées, ainsi que la qualité des perceptions, ainsi, tous les sens qui relient l'être humain à l'extérieur et aux autres jouent de nouveau leur rôle.
- Cela devient plus facile de mettre les jugements de valeurs et les a priori (du type « je ne suis pas capable de... », « ça va mal dans ma vie », etc.) entre parenthèses pour aller à l'essentiel.
- Les capacités et les possibilités de chacun sont dévoilées (par exemple capacité à accepter un médicament, à se mobiliser, etc.).

Il convient d'insister sur le fait que tout ce qui se passe pour le sujet en état de relaxation est alors CONSCIEMMENT VÉCU. La personne reste présente, participe et n'est pas sous suggestion. Les différentes méthodes de développement personnel ou de mieux être utilisant comme base la relaxation permettent, selon les cas, un travail plus ou moins profond. Quoi qu'il

en soit, on ne peut ignorer que de nombreux médecins, des sages-femmes, des infirmières, des kinésithérapeutes se forment à ces méthodes. Certains hôpitaux publics les intègrent dans leurs programmes de formation continue, voire créent des postes (infirmiers sophrologues par exemple, intervenant pour mieux gérer la douleur, préparer aux interventions chirurgicales, etc.).

Le docteur OLIVOT (Hôpital de Toulouse) mène actuellement une recherche scientifique, à partir d'un protocole européen, pour une étude multicentrique auprès de patients porteurs du virus de l'immuno-déficience humaine afin de mesurer les effets de l'utilisation de la relaxation dynamique (Sophrologie caycédienne) sur un groupe de volontaires (bien évidemment en traitement par ailleurs, tout comme le groupe témoin). Les premiers résultats s'avèrent très encourageants.

#### LES TECHNIQUES DE RELAXATION ET LES SECTES

Il serait illusoire et utopique de croire et de dire que les sectes n'utilisent pas certaines techniques psycho-corporelles pour arriver à leurs fins. Mais hélas elles en utilisent bien d'autres encore ! En fait, plutôt que de dire qu'elles utilisent certaines méthodes, il serait plus exact de dire qu'elles utilisent certains aspects seulement de ces méthodologies. À l'INVEDISE ces méthodologies, si elles sont rigoureuses à la base et utilisées comme telles, permettent aux sujets qui les pratiquent de lutter efficacement contre un embrigadement éventuel.

Le docteur Michel DEBELLE, de Bruxelles, a ainsi mené une recherche sur l'impact anti-secte des techniques de mieux-être. Même si son étude a porté plus spécifiquement sur la relaxation dynamique (Sophrologie caycédienne), il est intéressant de reprendre un certain nombre de points. Toutes les études sur les sectes démontrent que certains profils de personnalités sont plus susceptibles d'être rapidement entraînés par une secte ou un « gourou ». Parmi ces symptômes figurent : l'espoir de solution miracle, le désir de rupture avec les proches, le besoin d'être sécurisé, un sentiment d'échec, de dépendance, un manque de confiance en soi, une angoisse sur le sens de la vie, un sentiment de fragilité, une attirance pour l'irrationnel, un manque de repères stables, la perte de l'esprit d'initiative, la possibilité d'être influencé par les autres...

Or, l'utilisation régulière de certaines techniques de relaxation va soit atténuer ou gommer ces symptômes pour beaucoup de personnes, voire même développer des capacités d'AUTONOMIE, de LIBERTÉ, de RESPONSABILITÉ PERSONNELLE, de CONSCIENCE DE SES PROPRES VALEURS. L'évolution peut être très rapide. Si l'on veut qu'il en soit ainsi, en dehors de l'éthique personnelle de celui qui « entraîne », il convient de respecter un certain nombre de verrous de sécurité élémentaires. Au titre de ceux-ci, nommons, de manière non exhaustive :

- le principe d'action positive : l'individu, en choisissant des mots, des images, des sensations, des projets, des souvenirs positifs, active en lui le positif, le dynamise en l'intégrant très profondément ;
- la nécessité que le schéma corporel devienne une réalité vécue : le schéma corporel, à savoir la représentation que chacun se fait de son corps, y compris dans ses postures, ses déplacements, est essentiel pour chaque être humain : ainsi il ne peut y avoir acceptation de son image corporelle, réharmonisation physique et mentale et conscience de sa dignité d'être humain. Cela nécessite, de la part de celui qui entraîne, de nommer chaque partie du corps, permettant ainsi la détente et la prise de conscience de la personne en état de relaxation. Petit à petit, avec la répétition de l'entraînement, le corps est redécouvert dans sa globalité, dans ce qu'il est actuellement, avec ses difficultés mais aussi ses forces.

#### Qu'en est-il de ces verrous de sécurité dans la technique de Martin Brofman ?

Dans son livre et son disque, tels que je les ai parcourus, je retrouve les deux principes essentiels évoqués ci-dessus :

- en état de relaxation, il utilise des affirmations positives permettant « d'agir aux niveaux physique et mental », aidant ainsi l'individu à se « reprogrammer » (terme pas très adéquat) comme un individu potentiellement en meilleure santé ou comme pouvant se repositionner quel que soit le regard des autres. Il permet d'activer les capacités de la personne.
- la technique permet la relaxation en amenant une détente de chaque partie du corps. Ceci est un verrou de sécurité essentiel, car si la personne a conscience de son corps et qu'elle est dans ses perceptions corporelles, elle ne peut en quelque sorte « partir ».

En outre, le vocabulaire utilisé est important : « JE me perçois », « MA vue »... La personne relaxée s'approprie ainsi SES propres perceptions. Il n'y a pas d'effet de suggestion de la part du relaxologue.

Les notions de LIBERTÉ, d'AUTONOMIE, de RESPONSABILITÉ (au sens positif du terme) sont reprises : « Vous avez la liberté d'accepter ou non », « Vous pouvez vivre votre pouvoir... d'être qui vous êtes vraiment, c'est une question de liberté. » « Chacun est responsable de son état de santé » (à entendre évidemment non pas dans le sens d'une culpabilisation mais d'un droit à une meilleure santé).

Un point essentiel mérite encore d'être relevé : pendant la relaxation, la personne est placée dans l'ICI ET MAINTENANT. Je peux « choisir de ne pas me laisser manœuvrer par des scénarios d'action ou de perception issus du passé ». Toute personne incapable de se percevoir dans le présent («... je pouvais faire ceci ou cela » ou, à l'inverse, « Bientôt je ne pourrai plus ») est, pour des raisons psycho-physiologiques, incapable de remettre le passé à la bonne place, et surtout de se projeter dans un devenir.

Pour toutes les raisons évoquées précédemment, les techniques, telles qu'elles sont décrites dans ce livre et ce disque, ne relèvent pas d'un comportement sectaire. elles permettent au contraire une APPROCHE GLOBALE DES PATIENTS comme cela est préconisé dans de nombreux textes, dont ceux réglementant les professions médicales et paramédicales.

Je suis informée que Madame ANDRIES SOUCHAUD, à qui je délivre la présente attestation, est susceptible de la produire en justice, et que toute fausse déclaration de ma part pourrait entraîner des poursuites pénales à mon encontre.

Fait à Montreuil le 5 mars 1999



Nicole GIRAULT