

Réflexions et espoirs sur la sophrologie

C'est avec plaisir et beaucoup de joie que j'adresse mes vœux les plus chaleureux aux sophrologues qui nous entourent.

L'arrivée de cette nouvelle année implique un bilan comportant beaucoup de considérations sans doute sur le passé, le présent et l'avenir.

Des questions vitales à l'aube de cette nouvelle année, concernent la sophrologie telle que nous l'avons créée, que nous la soutenons et que nous l'aimons. Cependant j'ose parler d'une alerte grave, très grave qui implique l'avenir de la sophrologie elle-même. La banalisation à outrance que nous sommes en train de vivre me paraît être un germe mortel. A coup de réclame et de communication par tous les moyens émanant d'initiatives particulières, grâce aux moyens de communication, un virus de mort a imprégné la sophrologie, son enseignement et sa diffusion.

Cela veut dire que les praticiens, en particulier les praticiens médicaux et paramédicaux, prennent conscience de cette transformation et d'une sophrologie qui n'a plus rien à voir avec l'enseignement initial. Si les représentations d'une jeune femme éclatante de joie les bras en l'air peuvent illustrer des raisons attirantes de formations garanties par des envois de cassettes et des abonnements, il n'y a pas lieu pour autant de prendre des attitudes pessimistes.

Cependant, ces provocations au bien-être sous le terme de sophrologie font en ce moment tache d'huile avec une puissance particulière. Tirer la sonnette d'alarme n'est pas pour autant déclarer la sophrologie en danger de mort mais il y a lieu d'y réfléchir. La puissance de la communication publicitaire est telle que, pour le moment, je ne vois pas comment le sinistre pourrait être converti en une interprétation ne présentant pas de danger.

Ce que je lance est un cri, qui n'est pas encore un cri de détresse, mais qui, je l'espère, pourra mobiliser et sécuriser les praticiens de formation sérieuse.

A l'heure actuelle sont remises en cause ce qu'une association de recherche nomme les normes de la sophrologie. Ces normes sont définies depuis plus de 60 ans. Alors soyons sérieux et efforçons nous de maintenir le cap, ne serait-ce qu'en respectant l'âme des « grandes pointures » qui ont parrainé la naissance de la sophrologie.

Souhaitons une prise de conscience des responsabilités, souhaitons à la sophrologie, dans le cadre de nos obligations professionnelles, une bonne année 2019.

Sincèrement !