



Table des matières

Préface	p. a
Avant Propos.....	p. 1
Introduction	p. 3
Douleur, souffrance.....	p. 4
<u>Douleur, approche neurophysiologique</u>	p. 11
Sensation et perception	
1- Définition.....	p.12
2- Différenciations.....	p.15
3- Chaîne des événements.....	p.16
4- Apport de la neurophysiologie.....	p.17
a) Différents types de sensibilité.....	p.17
b) Caractéristiques du stimulus efficace.....	p.18
c) Les deux types d'effets.....	p.19
d) Le neurone sensoriel.....	p.19
e) La fibre sensitive (afférente).....	p.22
f) Transmission du message sensoriel,(notion de synapse activatrice et inhibitrice).....	p.27
Le système somesthésique.....	p.40

1) Les sensibilités élémentaires.....	p.40
2) Mécanoréception cutanée.....	p 41
3) Seansibilité thermique.....	p 44
4) Sensibilité proprioceptive	p 47
5) Nociception	p 55
Dégénérescence des fibres nerveuses	p 57
Vasodilatation cutanée	p 61
Syndrome des voies ascendantes	p 63
Corrélat.....	p.64
Les voies de la somesthésie.....	p.72
1) Remarques préliminaires.....	p.72
2) Les voies afférentes.....	p.83
3) Le thalamus.....	p.91
4) La formation réticulée.....	p 96
5) Le cortex somesthésique	p114
6) Les aires associatives.....	p124
7) Conclusion.....	p135
<u>La douleur : spécificité, spécialisation ?</u>	p138
Généralités.....	p138
Des provenances particulières.....	p150
Triage possibles au niveau de la moelle épinière.....	p155
La théorie du portillon.....	p157
Les relais thalamiques des messages douloureux.....	p170
Digression opportuniste.....	p171
Un résumé extrême.....	p179
Des formes de phénomènes douloureux.....	p180
Conclusion provisoire.....	p191
Digression – transition : la chimie de la douleur.....	p193
<u>La douleur : aspect clinique</u>	p200
1) Les manifestations dans les tissus profonds à partir de pathologies courantes (douleurs viscérales)	p 200
2) ou dans les tissus superficiels.....	p208
Des cas singuliers et leurs empreintes douloureuses.....	p210
(mal de dents, fractures, canal carpien, migraine, douleurs cancéreuses, cervicalgies, dorsalgies, lombalgies, sciatique, cruralgie, coccygodynie, fibromyalgie, membre fantôme, causalgie)	
<u>La douleur, des formes d'aide au travers de notre pratique</u>	p221
Les outils :	
1) Généralités.....	p224
2) La relation individuelle.....	p224
3) L'utilisation du contact (modalité primaire, modalité secondaire).	p225
- hétérogénéité et corrélation.....	p227
- la combinatoire tactile.....	p228
- la spirale.....	p236

- le rayonnement.....	p240
- le circuit.....	p243
- la vibration.....	p251
- autres genres de combinatoire.....	p253
4) La combinatoire tactile et la production de substances endogènes.....	p258
Des rappels de situations utiles.....	p260
Des exemples.....	p265
Conclusion de ce chapitre.....	p268
<u>Réflexions conclusives.....</u>	p276
Appendice.....	p286
Glossaire.....	p310
Index des figures.....	p323
Index des auteurs.....	p325
Index alphabétique.....	p327
Bibliographie.....	p329
Sommaire.....	p333
Notes de l'auteur.....	p335

AVANT PROPOS

Après bien des hésitations le titre actuel semble le mieux refléter l'ensemble du texte composant cet écrit. Loin de nous la prétention de présenter un traité plus ou moins complet sur la douleur. Dans la mesure de nos moyens – les connaissances en relation avec les éléments spécifiques liés à la pratique – nous essayons plutôt d'offrir une recherche qui mettrait en évidence – dans un chapitre particulier – les possibles approches techniques susceptibles de soulager un corps souffrant.

Nous reviendrons, au cours de ce périple, sur des généralités concernant la sensorialité, c'est à dire, la sensibilité consciente accompagnée d'un détour vers la sensibilité inconsciente. Il est, en effet, difficile de concevoir quelqu'un qui s'intéresserait à la sensation et à la perception en ignorant tout des mécanismes qui se passent en amont et qui leur donne naissance. Une bonne part de connaissances, puisées dans la neurophysiologie, les neurosciences cognitives, peut-être même dans la physiopathologie, s'introduisent pour accompagner les développements.

Par différents rappels il sera possible au lecteur/stagiaire de se remettre en mémoire diverses notions exposées dans le fascicule sur la Sensation et la Perception avec, peut-être, quelques ajouts/rectifications ou remises à niveau, puisqu'il date de novembre 1998.

Cet écrit s'émaillera d'anecdotes afin de le rendre plus palpable et lui donner plus de clarté, en retrouvant le langage qui convient – ordinaire. Ces épisodes,

toutefois, émergeant d'une vie fournie en événements de toutes sortes, cherchent à s'abstraire de leur contenu émotionnel initial. Ils n'attestent que les vécus d'une classe sociale à une période définie dont il sera sans doute possible de tirer quelques enseignements, entre autres la différenciation entre douleur et souffrance, en sachant bien que dans tous les milieux ces deux aspects du comportement humain se présentent.

En nous penchant sur la douleur des autres, en eutonie, nous nous engageons dans une démarche porteuse d'humanisme. Loin de nous, la prétention de s'attaquer aux causes – bien que nous le fassions depuis longtemps dans certains domaines - mais de trouver les ingrédients, les outils qui pourraient, dans l'immédiat, atténuer, soulager, dissiper un phénomène douloureux.

Le recours à l'eutonie, au même titre que le comportement instrumental skinnérien (opérant) ou l'hypnose – avec une optique et une approche tout autres – serait un nouveau moyen d'aide à la personne en attente d'un secours. Sans doute est-ce dans la dernière partie du parcours de la formation que toute une technique opératoire se révélera : en bref, dans la relation individuelle avec aide de l'eutoniste.

NB : Comme ce document est destiné à des eutonistes en formation, il se voudrait pédagogique, c'est pourquoi des annotations ayant trait à l'apprentissage se situent dans certaines pages de ce fascicule.

