

C.I.L. CARBONERAS (Almería)

IVème CONGRES INTERNATIONAL D'AUDIO-PSYCHO-PHONOLOGIE

MADRID - Mai 1974

L'OREILLE ELECTRONIQUE ET LE SPORT

M. Pierre SUIRE

Administrateur de l'Association d'Aide Pédagogique
AMIENS – 80000

Membre du Comité Directeur de la
Fédération Française de Tennis de Table

Restauration Numérique: François Besson, Juin 2012

Pour exceller dans un sport, il est évident que des qualités athlétiques complètes sont nécessaires et qu'il y a lieu d'avoir une connaissance parfaite des techniques et des règles de la discipline sportive que l'on a choisie. Toutefois, ces conditions étant remplies à la suite des différents entraînements spécifiques auxquels l'athlète se sera soumis ne seront pas suffisantes si en tout état de cause celui-ci n'a pas atteint un degré élevé de conscience corporelle, tous sports pratiques nécessitant un engagement complet de l'être humain par la médiation du corps.

On peut même affirmer que toute démarche psychologique devrait être antérieure à toute approche technique. La savoir apparait comme le reflet du savoir des autres et il découle d'une découverte personnelle et d'une découverte de son ego. La technique peut être enseignée et comprise mais cela n'est pas suffisant et il faut arriver à intégrer progressivement celle-ci dans un schéma corporel afin de donner un sens moteur, une harmonie, un équilibre, une unité d'action. Qu'est ce que l'on entend par un schéma corporel ou image du corps chez un sportif ?

Avant toute chose, quand on parle d'image du corps il ne s'agit pas de la perception extérieures que l'on peut avoir de son propre corps ni d'une image photographique. En fait l'on pourrait dire que l'image du corps, c'est l'image que l'on se fait de soi. C'est en fait l'intégration de l'esprit et des mécanismes du corps. L'homme fait de son corps un prolongement de sa pensée.

Il y a déjà 150 ans que le philosophe Français Maine de Biran avait analysé ce problème en fondant sa psychologie sur le sentiment du «MOI» perçu dans l'effort volontaire, et son ontologie de la subjectivité métaphysique met l'accent sur la valeur de l'effort en accomplissement qui permet de saisir l'expérience interne de la transcendance.

Le corps ne doit pas être dirigé par l'esprit mais il doit y avoir une expression dynamique d'intentionnalité directe et instantanée, une harmonie concrète de la totalité de l'être. L'ego doit agir directement sans distance entre le mouvement et l'être dans une intégration totale.

Par exemple le tireur à l'arc dans l'instant ultime où son œil rencontre la cible est déjà tout en projection sur elle.

Toutes les coordonnées spatio-temporelles ont disparu et l'être, la flèche et le but à atteindre sont concentrés et ne forment plus qu'un tout.

Il en est de même d'un footballeur dont l'image du corps doit intégrer le ballon. Le footballeur qui possède mal son schéma corporel aura automatiquement des difficultés pour se situer par rapport à la trajectoire du ballon. C'est que l'objet –ballon restera extérieur à la dynamique du schéma corporel qui devrait englober tous les éléments significatifs du projet. Le corps reste spectateur et déploie ses propres dimensions espace-temps hors de l'itinéraire de la balle.

Dans son livre «La Libération d'Œdipe» le Professeur Tomatis aborde cette question d'image du corps en matière sportive et dit notamment:

«Certains sports ou certaines techniques vont jusqu'à devenir un prolongement du corps, tels par exemple le tennis, la pelote basque, le billard. Le dialogue entre le corps et la balle ou entre le corps et la boule détermine une connaissance approfondie de la posture, dans une perspective d'approche destinée à mobiliser l'intelligence en vue de jouer avec l'objet. Il s'agit de connaître à fond les propriétés cinétiques d'un corps et d'en exploiter toutes les possibilités, pour satisfaire au mieux les exigences d'une règle imposée. Les apprentissages font appel au génie humain pour l'établissement des règles d'une part pour leur observance, d'autre part en fonction de l'image du corps face à l'objet.»

Dans une compétition sportive, à technicité et forme physique égales, c'est celui qui par rapport à l'autre possédera une meilleure image du corps c'est-à-dire du champ conscient, qui remportera la victoire. Ayant acquis ce sommet, il sera passé maître de ses possibilités de concentration et d'auto-contrôle qui feront défaut à l'adversaire.

On voit ainsi toute l'importance que revêt l'image du corps en matière sportive, et l'acquis de cette notion est une des grandes préoccupations de tout entraîneur sportif pour arriver à faire obtenir à son joueur cette image, objet impalpable du psychisme.

La découverte de l'Audio-Psycho-Phonologie et l'approche de cette science m'ont fait immédiatement comprendre l'immense apport que celle-ci pouvait faire en matière sportive. Dirigeant une fédération sportive, je me suis trouvé d'autant plus sensibilisé à ce sujet que je connaissais les problèmes que nous avons dans le domaine de la psychologie sportive de nos athlètes et les difficultés que nous rencontrons pour essayer de les résoudre. J'ai su que l'on pouvait, grâce à ces nouvelles techniques arriver d'une part à mesurer chez un sportif le degré de maîtrise de toutes ses coordinations et d'autre part à rétablir une homogénéisation déficiente à l'aide de l'Oreille Electronique.

Je dois en outre mentionner qu'aussitôt après avoir acquis cette conviction, j'ai voulu appliquer ces nouveaux moyens pour pouvoir mesurer les réactions et les améliorer. J'ai pu mener cette application avec dix athlètes de haute compétition à l'Institut National des Sports à Paris, sous le contrôle du Professeur Tomatis. Je signale tout de suite que les résultats ont été ceux que j'attendais et se sont révélés particulièrement spectaculaires chez certains. Ces résultats ayant été connus, l'application au sport des méthodes audio-psycho-phonologiques est actuellement étudiée avec attention par le Ministère des Sports Français ; et récemment, à la demande du Délégué du Comité National de la Recherche Scientifique auprès du Sous-Secrétariat aux Sports, le Professeur Tomatis est venu à l'Institut National des Sports faire une conférence devant les Directeurs Nationaux des différentes disciplines sportives.

Comment va-t-on procéder pour amener un sportif à avoir une meilleure image corporelle ?

Avant toutes choses, nous allons faire subir à celui-ci une série d'épreuves qui consiste à connaître le degré de contrôle neuronique par l'intermédiaire des tests dits de «Latéralité».

Qu'entend-t-on par latéralité ?

Quand on parle de latéralité, cela implique la notion de droite ou de gauche, et il est courant de penser que la notion de latéralité s'arrête au fait que lorsque un sujet écrit ou pratique un sport de la main droite, il est droitier et inversement qu'il est gaucher. On pourrait également penser que le footballeur qui se sert de son pied droit pour shooter, ne se sert pas de son pied gauche. C'est une profonde erreur car, dans ce cas précis, le pied gauche a autant d'importance sinon plus que le droit pour assurer l'appui; et la précision du shoot ne peut être donnée que si tous les gestes droits et gauches sont parfaitement équilibrés et coordonnés. Cette notion de droite ou gauche ne viendra du reste pas à l'esprit si nous regardons évoluer un gymnaste aux barres parallèles ou à la barre fixe. Nous ne décelons plus ni la droite ni gauche, tout est intégré et les grands gymnastes sont ceux chez qui tous les mouvements harmonieux se déroulent sans heurt et qui possèdent une image corporelle idéales. Il n'existe pas de droite sans gauche et vice-versa, l'individu étant une globalité; car il existe impliqué à l'intérieur des phénomènes musculaires et sensoriels ainsi qu'une quantité égale de potentialité droite et gauche. Il faut savoir que sur 5 fibres neurologiques qui partent du cerveau, 3 sont croisées et 2 sont directes et vice-versa, et que d'autre part, au niveau de la moelle épinière les faisceaux directes sont plus importants et plus forts en intensité et en dimension que les faisceaux croisés dont la diffusion qui semble être l'élément fondamental pour dire qu'il y a une droite et une gauche est un mythe. La latéralité répond en fait à une structure entièrement dynamique.

Les deux cerveaux d'où partent les fibres neurologiques n'ont pas la même fonction, le cerveau gauche étant le cerveau actif et le cerveau droit étant le contrôleur. Il devient évident que si l'on permet au cerveau actif gauche de parvenir à une homogénéisation ou latéralité complète, le sujet va devenir plus rapide dans ses mouvements, plus précis. En définitive, il va obtenir la maîtrise plus poussée de tout son corps, une parfaite image du corps.

La latéralité parfaite est celle poussée au maximum à droite. L'explication vient du seul fait physiologique que tous les circuits neurologiques qui vont au cerveau sont 200 fois plus courts à droite qu'à gauche. Il s'ensuit que la mise en harmonie de toutes les potentialités d'un sportif dont la motricité se trouve à droite sera effectuée beaucoup plus rapidement qu'un sportif dont la motricité se trouve à gauche.

En ce qui concerne ce dernier nous allons également l'hyperlatéraliser sachant que si sa motricité est à gauche, il n'est pas corticalement différent et que c'est le même cerveau gauche qui doit faire le travail contrôlé par le droit. Que la motricité soit droite ou gauche, c'est toujours le même cerveau gauche qui fera le travail actif. C'est en agissant sur ce dernier que nous allons pouvoir obtenir une homogénéisation parfaite.

Au départ les tests de latéralité que nous allons effectuer sur un sujet vont nous indiquer l'état de ses coordinations à tous les niveaux de la motricité à la sensorialité. En fonction de la réponse qui va nous être donnée par ces différents tests, nous allons pouvoir commencer à redresser les points défailants. Pour arriver au but nous allons avoir recours à l'oreille.

Il faut savoir que l'oreille a plusieurs fonctions. Une des plus importantes est le fait qu'elle est l'organe essentiel qui recharge le cerveau en potentiel électrique. Elle agit comme une dynamo. L'oreille à elle seule peut donner plus de 90% de la charge corticale et a sous son contrôle, au niveau de la moelle épinière, toutes les racines antérieures qui correspondent à l'émergence des nerfs qui vont à tous les muscles. Il n'a donc pas un seul muscle du corps qui échappe au contrôle de l'oreille par l'intermédiaire du nerf auditif.

On voit tout de suite l'importance d'une pareille recharge en matière sportive quand l'on sait que grâce à l'Oreille Electronique on va pouvoir conditionner un sujet à recevoir des sons d'une richesse harmonique très élevée, ce qui amènera celui-ci à devenir de plus en plus dynamique donc moins fatigable et plus résistant à l'effort.

Puisque nous agissons dans le domaine du sport, rappelons que le conditionnement va s'effectuer en fait par un phénomène musculaire puisque l'Oreille Electronique va influencer deux muscles qui sont ceux du marteau et de l'étrier. Ce dernier est le plus petit muscle du corps, ayant une dimension de 6mm.

Un point également très important est le fait que le tympan est innervé par un nerf qui tient sous sa coupe toute la vie affective et qui s'appelle le nerf pneumogastrique ou nerf vagal. Sachant que c'est le nerf de l'angoisse et du trac, on peut mesurer l'importance qu'il peut avoir pour un sportif. C'est une réaction de ce nerf qui peut provoquer chez tout athlète en compétition une contre-performance. De multiples exemples pourraient être cités de sujets accomplissant une performance exceptionnelle hors compétition et qui, confrontés à des adversaires dans le cadre d'un championnat ne peuvent renouveler cette performance par le seul fait que leur émotivité prend le dessus et qu'ils perdent ainsi tous leurs moyens. Ce nerf innerve également le pharynx et donne l'angine; il innerve le larynx moteur, celui qui peut nous laisser sans voix à la suite d'une trop grande émotion; il innerve le larynx sensible qui donne la sensation de boule qui monte et qui descend manifestant l'anxiété; il innerve aussi le cou, les bronches, le cœur et les coronaires, organes vitaux pour un sportif. A ce niveau, je signale que les électro-cardiogrammes effectués par le médecin de l'I.N.S. sur les 10 athlètes effectuant la cure sous Oreille Electronique, ont permis de constater une meilleure récupération cardiaque après l'effort fait lors d'une compétition. Il innerve ensuite toutes les viscères jusqu'à l'anus.

L'importance de ce nerf ne peut échapper à personne surtout si l'on sait que si l'on arrive à le maîtriser au niveau du tympan, le sujet restera toujours tonique en compétition quel que soit l'enjeu, et l'émotivité n'aura plus sur lui qu'une prise sans conséquence.

Par l'intermédiaire de l'oreille, les informations soniques qui nous envoyons au cerveau au travers de l'Oreille Electronique, vont ainsi permettre à tous sportifs d'obtenir une recharge du cerveau et par voie de conséquence d'obtenir l'élaboration d'une latéralité parfaite, d'où des possibilités psychiques plus grandes.

De plus, le fait d'avoir donné à un sportif plus de champ conscient va lui permettre d'avoir une meilleure communication avec autrui ce qui va lui faciliter son intégration au sein d'une équipe. Tous les dirigeants et entraîneurs qui ont à s'occuper d'un sport de groupe connaissent les difficultés qu'ils rencontrent pour obtenir ce que l'on appelle «l'esprit d'équipe». Les échecs qu'ils ont dans ce domaine viennent de ce que les phénomènes psycho-sociaux qui se déroulent à l'intérieur du groupe à tous les niveaux ne sont pas interprétés d'une manière identique par tous les participants. Pour y arriver, il faut que tous les joueurs d'une même équipe arrivent à passer de l'espace social individuel à l'espace social du groupe, qu'ils arrivent en fait à obtenir ce que l'on appelle communément la même longueur d'onde.

L'Oreille Electronique va permettre d'obtenir cette même longueur d'onde qui va se traduire par une même courbe d'écoute. Chacun ayant acquis une oreille plus ouverte comprendra mieux le dialogue de l'autre et tous les problèmes des communications inter-individuelles seront facilités.

Enfin parmi les apports que va nous donner l'Oreille Electronique, ceux ayant trait à la mémoire ne vont pas être des moindres. Nous savons que par l'intermédiaire du nerf auditif

droit, nous allons pouvoir accéder à la partie presque isolée où se situe le réseau cérébral où se trouve le siège de la mémoire

Nominative et ainsi déclencher des phénomènes de mémorisation beaucoup plus accusés. Le sujet va donc obtenir une meilleure mémoire corporelle qui est la mémoire cérébrale de tous les automatismes sportifs.

En conclusions, nous pouvons affirmer que l'expérience effectuée à l'INS nous a apporté la preuve que l'Oreille Electronique peut apporter au sportif une aide prépondérante permettant à celui-ci, débarrassé de tous blocages d'ordres psychique, de progresser beaucoup plus rapidement. L'athlète ayant acquis la plénitude de ses moyens atteindre ainsi un niveau correspondant à ses potentialités.

Restauration Numérique: Francis Besson, Juin 2012