

le Professeur Alfonso CAYCEDO et la Sophrologie



A. Caycedo est né en Colombie en 1932, d'une vieille famille basque. Fondateur de l'École sophrologique, il est également le créateur de procédés particuliers utilisés par cette école pour étudier la conscience humaine, et dont l'originalité réside dans leur inspiration "phénoménologique" et leur caractère "vivantiel".

Après ses études de Docteur en Médecine, et une première orientation vers la psychanalyse, Alfonso Caycedo, se spécialise en neuropsychiatrie. Il est nommé interne dans le service du Professeur Lopez Ibor, à l'Hôpital Santa Isabel de Madrid. Il devient ensuite le disciple, dans la célèbre clinique de Kreuzlingen en Suisse, de Ludwig Binswanger. C'est ainsi qu'il appartient à l'École Phénoménologique existentielle, digne héritière des travaux d'Edmund Husserl, de Martin Heidegger de Max Scheller, d'Eugène Minkovsky etc..

Conscient qu'il ne pouvait construire une véritable science de la conscience, en ignorant le monde des phénomènes de la conscience expérimenté par les Maîtres orientaux depuis des millénaires, il part alors, en voyage d'étude en Inde, au Tibet et au Japon. Ce voyage allait durer plus de deux ans et avoir une grande importance dans les futures méthodes de la Sophrologie. Il amène en effet A. Caycedo à prendre en compte toute la dimension de l'Être humain, y compris sa dimension corporelle.

Nommé ensuite Professeur de Psychiatrie de la Faculté de Médecine de Barcelone, Alfonso Caycedo vérifie pendant douze ans les méthodes qu'il a créées. L'usage de ces dernières, d'abord réservé à la Psychiatrie, s'étendra ensuite à toute la médecine, puis à toutes les sciences humaines.

En Octobre 1970 et 1975, A. Caycedo organise au Palais des Congrès de cette ville, deux Congrès mondiaux auxquels assistent entre 1 200 et 1 400 délégués.

Pensant que les méthodes sophrologiques pouvaient avoir un grand intérêt dans le domaine social, il crée des programmes spéciaux pour les pays du Tiers-Monde. En 1977, il publie sa célèbre "Déclaration des valeurs de l'Homme", plus connu sous le nom de "Déclaration de Récife". Ses programmes sont expérimentés notamment en Colombie, où sont formés à Bogota les premiers sophrologues travaillant dans ce domaine.

Aujourd'hui, l'approche Phénoménologique de la Sophrologie et ses méthodes vivantielles constituent un des rares instruments réellement pratiques pour aider véritablement les travailleurs sociaux dans leur difficile métier d'aide aux populations

en difficultés ou marginalisées.

A Bogota, il organise en Août 1982, le Troisième Congrès Mondial de Sophrologie, réunissant plus de mille délégués venus du Monde entier.

Il revient ensuite en Europe, où il va résider en Principauté d'Andorre. Il y continue ses recherches phénoménologiques et crée de nouvelles méthodes dans le sens de la démarche existentielle.

Il y organise en 1988 le Quatrième Congrès Mondial de Sophrologie.

C'est là qu'il installe, en 1992, le siège de l' "Académie Internationale de Sophrologie" regroupant quatre Facultés :

- ✍ une faculté de Sophrologie clinique, ouverte aux professionnels de la Santé.
- ✍ une Faculté de sophrologie sociale, destinées aux professionnels des sciences sociales.
- ✍ une Faculté de Sophrologie Pédagogique, pour les professionnels des sciences de l'éducation.
- ✍ et une Faculté de Sophrologie sportive proposée aux professionnels des sciences du Sport et de l'Éducation physique.

Cette même année 1992, la Sophrologie caycédienne est présentée officiellement au "Congrès Européen de Psychiatrie" de Barcelone.

Mais A. Caycedo est bientôt confronté à de nombreuses personnes, qui devant le succès des méthodes qu'il a créées, s'en emparent sans s'être donné la peine de les étudier et de les expérimenter pour essayer d'en comprendre la portée.

Les confondant tantôt avec une méthode de relaxation, tantôt avec des méthodes d'hypnose, tantôt enfin avec des méthodes de conditionnement mental ("visualisations positives"), elles font courir ainsi à son œuvre, le risque d'être banalisée et de perdre tout son intérêt, c'est pourquoi, pour éviter toute confusion, il crée le terme de "Sophrologie caycédienne" (protégé légalement).

Ainsi se constitue un corps véritable de professionnels, celui des "Sophrologues caycédiens".

C'est ainsi qu'en France, avec l'appui de A Caycedo, et sous l'impulsion du Docteur Michel Guerry et de quelques autres sophrologues français, s'organise en 1995 le premier syndicat regroupant les sophrologues caycédiens professionnels véritablement qualifiés, le "Syndicat National des Sophrologues".

Presque en même temps, A. Caycedo publie le "Code de Déontologie des Sophrologues" et institue, le "Conseil Supérieur de Déontologie" de cette nouvelle profession.