

# **WILHELM FLIESS ET LES BIORYTHMES**

DANIEL BELUGOU (Bordeaux)

Dieu ne joue pas aux dés, disait EINSTEIN; un grand métronome règle tout, les saisons, les marées, nos activités cycliques et jusqu'à celles qui paraissent désordonnée.

En venant au monde nous sommes déjà enchainés par le rythme journalier (rythme circadien).

Depuis la plus haute antiquité et pour toutes les civilisations, des témoignages innombrables attestent l'intérêt des hommes pour les rythmes de la nature et pour les rythmes humains.

*Les Chinois* il y a 6000 ans avec la théorie du Yin et du Yang, base de l'Accupuncture.

*La Bible* avec le chiffre sacré SEPT.

Pythagore disait, «Toutes choses sont des nombres».

*Hippocrate* enseignait d'observer le retour des Bons et des Mauvais jours et d'en tenir compte dans le traitement des maladies.

*Carl von Linné* (1707-1778) fondateur de l'Histoire Naturelle moderne de la botanique, avait conçu une horloge biologique basée sur l'éclosion des plantes et des fleurs.

Les Anciens mesuraient le temps grâce aux alternances de la lune. Ce type de calendrier est encore en usage dans certaines peuplades primitives.

Il existe quantité de rythmes: longs, moyens et courts.

Cycle des éruptions solaires de ONZE ans, où l'on note une recrudescence des cas d'infarctus.

Cycle moyen de la reproduction humaine: grossesse, naissance, enfance, âge mûr et mort.

Cycle court' du système hormonal: destruction et renouvellement des cellules.

Selon l'heure également, varie la toxicité de telle ou telle substance par exemple l'Amphétamine.

Notre corps tout entier dispose ainsi de milliers de petites horloges qui régissent notre comportement (forme, humeurs, réflexes, etc.).

Notre vie et notre mort pourraient fort bien être de la même manière, inscrites dans un ensemble de rythmes plus ou moins longs et dont nous ignorons le code.

C'est ainsi qu'il nous faut admettre que notre corps et notre volonté n'appartiennent qu'en une partie infinitésimale à notre conscient, et que sa résistance est de ce fait variable au gré des jours, des semaines, des mois et des années...

Nous ne sommes pas des «robots» et nos résultats, notre santé, nos maladies, nos joies et nos peines, ce cortège des bons et des mauvais jours, comment ne pas être tenté de les représenter par une ligne sinusoïdale (avec des hauts et des bas...)?

Les rythmes humains sont en harmonie avec les rythmes de la nature. De la même manière, il existe des maladies typiquement saisonnières:

Artériosclérose	.....	Janvier & Février.
Asthme	.....	Aout & Novembre
Appendicite	.....	au cours des étés chauds
Conjonctivite	.....	Juillet
Diabète (coma)	.....	en hiver
Mentales (maladies)	...	au printemps
Rhumatismes	.....	en périodes de froid, d'humidité et de grands vents.
Foies (rhumes)	.....	Mai et Juin
Suicides	.....	au printemps
Ulcère duodénal	.....	Mai (seulement chez l'homme).

Les saignements eux-mêmes sont plus importants selon les jours.

Les vents du sud: sirroco, foehn, tramontane sont générateurs de désordres, d'agitations, d'aggravation chez les malades... et sur les sujets bien portants.

Les décès n'échappent pas aux lois de la périodicité, et marquent une recrudescence entre 3 et 6 heures du matin.

Les maladies à leur tour, ont elles aussi «leur moment»:

4 heures	=	Pneumonie
5 heures	=	Cardiopathies
6 heures	=	Cancer
18 heures	=	Tuberculose.

Presque toutes les maladies accusent une certaine recrudescence terminale à 10 heures. Les cardiaques et les pulmonaires à 16 heures. Les tuberculeux et les cancéreux à 21 heures. Puis une nouvelle recrudescence des pneumoniques et des cardiaques à 23 h. et 24 heures.

Plus que son compagnon la femme est sensible aux rythmes de la

nature, qu'elle peut contrôler régulièrement dans son intimité. L'être humain d'une manière ou d'une autre, ne serait-ce qu'en fonction de l'important pourcentage de la masse liquide dont il est constitué, est très sensible à l'action conjuguée de la lune et des marées, notamment lors des marges d'équinoxes.

Tous ces cycles sont chaque fois des impulsions de vie, et notre corps à tout instant et à notre insu, est soumis à une action constante de construction et de destruction, que l'on peut là encore représenter par une sinusoïde, alternance d'usure et de régénération symbolisée par les deux phases du Biorythme. FLUX et REFLUX de notre énergie vitale.

«Il y a pour tout, un moment, et un temps pour chaque chose sous le ciel» (La tyrannie des moments - L'Ecclésiaste 3, 1-8).

«Nous ne pouvons dominer la nature que par notre soumission à ses lois» (Lord Bacon).

L'étude des rythmes humains permet ainsi d'admettre que les processus biologiques varient dans le temps de manière périodique, régulière et PREVISIBLE.

#### L'OEUVRE DE W. FLIESS

Wilhelm FLIESS né à Arnswalde (Allemagne orientale) le 24.10.1858, mort à Berlin le 13.10.1928.

Médecin O.R.L. Biologiste, Psychanaliste, il avait une grosse clientèle à Berlin où il exerça jusqu'à sa mort.

Juif comme son ami S. FREUD mais vivant dans un Berlin libéral, alors que FREUD subit sa vie durant, les humiliations d'une société viennoise «très catholique»... et antisémite.

Le nom de FLIESS et ses travaux sont pratiquement inconnus en France, à part deux mentions: en gynécologie et en ORL.

FLIESS s'est rendu célèbre par son brillant traité sur le traitement par cautérisation, de zones réflexogènes de la cloison nasale, d'une centaine de symptômes caractéristiques de la Névrose d'Angoisse (névrose nasale réflexe). Ses recherches l'amenèrent vers FREUD, qui comme lui s'intéressait à la psychanalyse, à tel point que FREUD lui précise en décembre 1896, qu'il ne construisait rien de moins que le socle même de la psychanalyse.

#### *Bisexualité et Périodes critiques*

C'est par l'observation minutieuse des symptômes et des variations cycliques du volume de la muqueuse nasale de ses malades et des gens bien portants surtout, que FLIESS conclut «qu'il existe chez tous les individus et des deux sexes, une double tendance périodique, intervenant avec ponctualité, tous les 23 et tous les 28 jours.

*28 jours*: le cycle classique menstruel et lunaire. Le «Cycle Lunaire» terme adopté depuis longtemps par les Homéopathes qui connaissent bien la valeur des Biorythmes dans l'application de médicaments sthéniques et asthéniques selon le cas.

*23 jours*: Le cycle Solaire des Homéopathes.

La différence entre ces deux cycles (28-23) correspond à la durée de la menstruation, soit 5 jours. Un premier cycle inter-menstruel, de 28 jours, et un second cycle partant de la fin des règles jusqu'à l'arrivée de la prochaine menstruation.

### *Menstruation vicariante et Névrose nasale réflexe*

«Quand les règles sont absentes, se présentent des phénomènes de substitution epistaxis, céphalée, douleurs lombaires, douleurs du sacrum, etc.» qui cessent avec l'arrivée ou le retour de la menstruation, et dont FLISS obtenait la cessation (phénomènes de substitution) par cocaïnisation de la muqueuse nasale et ensuite de manière définitive par cautérisation soit à l'électrolyse bipolaire ou encore grâce à l'acide trichloracétique.

«Les progrès que réalisa FREUD en passant de l'Etude des rêves à l'élaboration de sa théorie de la sexualité, se trouvèrent facilités par une idée empruntée à FLISS, celle de la BI-SEXUALITE.»

«L'hémorragie menstruelle de la femme est l'expression d'un processus qui affecte les deux sexes, et dont l'apparition n'est pas liée à la puberté... ni limitée à la ménopause.»

Plus clairement encore, ces variations de tonus communes aux individus des deux sexes ont pour point de départ, la naissance; et se poursuivent jusqu'à la mort, périodiquement; plus ou moins ponctuées selon le cas, par des phénomènes caractéristiques de, la Névrose d'Angoisse en fonction de l'état du nez à la suite de gripes et d'états infectieux.

### *POINT de départ des BIORYTHMES de FLISS*

Tous ces phénomènes disait-il, ont pour point de départ: la naissance. Ceci confirme d'une part la théorie de RANK (Le traumatisme de la naissance) et d'autre part l'existence du rythme circadien.

«La mère transmet ses périodes à son enfant. Les périodes continuent chez l'enfant et se poursuivent à travers les générations... Ces rythmes n'intéressent pas seulement l'espèce humaine, mais aussi les animaux et sans doute l'univers tout entier» (FLISS).

De la même manière, FLIESS déconseillait fortement d'opérer un enfant comme point de repère, au moment des règles de la mère, car les risques d'hémorragies sont plus grands ces moments là. Il est fréquent disait-il, de constater divers désordres chez l'enfant, au moment de la menstruation de la mère, y compris les règles en parallèle chez la fille.

La pillule contraceptive qui décale le cycle naturel de la menstruation, ne permet plus d'appliquer cette recommandation à la lettre. Mais nombreux sont les Chirugiens Dentistes qui préfèrent éviter d'extraire une dent au cours de la période menstruelle, en raison des risques plus grands d'hémorragies. A l'inverse, pouvoir choisir la meilleure période entre règles et ovulation; tant chez la femme que chez l'homme, puisque encore une fois, ce phénomène affecte les deux sexes de la naissance à la mort, permet de disposer d'une période «énergétique», en tenant compte des variations cycliques de la résistance humaine.

FREUD, qualifiait de «séduisante» la théorie de son ami berlinois, et vantait sa magnifique simplicité «Le sexe prédominant dans une personne, celui qui est le plus développé, a refoulé dans l'inconscient la représentation psychique du sexe secondaire. C'est pourquoi le fond de l'inconscient (le refoulé), est chez tout individu ce qui appartient au sexe opposé». Notons au passage qu'il n'existe pas de différenciation du sexe chez le fœtus de deux mois.

Pour simplifier, nous dirons que tout individu présente les caractéristiques du sexe opposé, à dose plus ou moins élevée, de l'individu «normal» jusqu'à l'hermaphrodite. L'homme présentant des seins, et la femme agée avec la poussée de poils follets et la voix devenant rauque (masculine). D'où selon FLIESS, la nécessité de rechercher grâce aux Biorythmes, l'action de l'inconscient (du sexe secondaire) de l'action psychosomatique du cycle dit masculin/solaire de 23 jours (tracé en rouge), chez la femme; et à l'inverse chez l'homme, l'action du sexe refoulé féminin, par le cycle de 28 jours (féminin ou lunaire) tracé en bleu sur le Biorythme

*Citation:*

«Enfin je ne puis écarter l'hypothèse que m'avait fait pressentir l'observation clinique et suivant laquelle la distinction à établir entre neurasthénie et névrose d'angoisse serait liée à l'existence de périodes de 23 et 28 jours».

«Mais ces dernières ne peuvent plus produire que l'angoisse du 28<sup>e</sup> jour et rien d'autre».

Ces deux citations proviennent de la lettre de FREUD FLIESS datée du 06/12/96. A cette même époque, FREUD put supposer que FLIESS avait résolu le problème de la contraception par le calcul des Biorythmes, qui tenait compte du phénomène cyclique des hyperthermies, repris plus tard par Ogino.

### *Hyperthermies*

Dans son ouvrage «Das Jahr im Lebendigen» paru en 1924, FLIESS fait état de constatations cliniques du Dr. PAUL HAS (1907).

«Les élévations de la température périodique à long intervalle à l'état normal»: tous les 10, 11 et 12 jours sans exception, notre température s'élève d'un degré et plus à quelques dixièmes de degré... Avec ces recrudescences thermiques coïncident parfois de très minimes indispositions, malaises passés inaperçus dans l'observation rigoureusement faite des plus légers détails de notre santé. (Extrait du journal de Neurologie. Tome 13. Bruxelles 1907).

LA PRESSE MEDICALE du 9 Janvier 1965

SUISSE/ Les Biorythmes en Médecine et en Chirurgie.

Chez l'individu en bonne santé, les jours Périodiques sont critiques, s'ils coïncident avec un effort inhabituel (examen, concours, compétition sportive, fatigue, etc...).

Connaissant à l'avance les jours critiques, il devient possible d'organiser ses projets autrement, et de remettre à une période favorable, les actes de la vie demandant une dépense d'énergie particulière.

En Médecine et en Chirurgie, la science des rythmes biologiques trouve son application idéale, en permettant de s'assurer le maximum de chances au cours des interventions chirurgicales, pour éviter les accidents post-opératoires, les transfusions sanguines fatales, les troubles causés par la vaccination, etc. D'une façon générale, on peut ainsi réduire la mortalité chirurgicale. Quant aux accidents de la vie courante (circulation, travail en usine, etc...), les statistiques prouvent que 70 à 80 % d'entre eux, coïncident avec le Jour Critique de l'accidenté

Après l'Allemagne, la Suisse est le pays où l'on applique le plus largement la connaissance des rythmes de FLIESS: Médical, Prévention des accidents: travail, circulation. Psychologues. Usines, Prêtres, Juristes, etc.

FREUD *et les Biorythmes*

«Tout cela s'est produit pendant ma période critique, et je suis vraiment à bout» Lettre à FLIESS du 26/10/1896.

«Voici venir la période creuse que je redoute». Lettre à FLIESS du 20/05/1900.

*Les JOURS/PÉRIODIQUES-CRITIQUES*  
(face à l'Effort Inhabituel et au Stress).

Si nous dessinons une sinusoïde et la partageons en deux parties (dans le sens de la longueur), nous constatons que cette même sinusoïde présente des points de rencontre avec la ligne médiane. Ces points de rencontre sont nommés: Jour Périodiques, en raison des «crises favorables ou défavorables» qui se produisent toujours ce jour là, chez tous les malades sans exception (Presse Médicale 09/01/65). Reprenant la théorie de FLIESS, nous savons que tout individu présente la double caractéristique masculine et féminine. Ainsi, le Biorythme sous l'angle de notre bisexualité constitutionnelle est représenté par un cycle masculin de 23 jours, et un cycle de 28 jours féminin. Ainsi vont se former des vagues avec des hauts et des bas, où ensemble ou s'opposant, nous verrons nos deux courbes (rouge/23j et bleue/28j) avec des points de mêmes couleurs sur la médiane, qui coïncident curieusement avec nos variations de tonus (physique, spleen, etc.).

Connaissant donc à l'avance nos Jours Critiques et nos périodes «favorables», il devient possible d'organiser nos projets «autrement», et d'éviter surtout ces jours de plus grande fragilité, tant pour nous-même, notre entourage que pour nos collaborateurs.

Les Jours Critiques sont responsables de 70 à 80 % des incidents qui perturbent INUTILEMENT notre vie quotidienne:

Accidents, Agressivité, Infections, Névralgies, Refroidissements, Soins douloureux (EX= dentaires), Stress, etc...

**MESURER LE TAUX VARIABLE DE LA  
RESISTANCE HUMAINE**

Face au Stress, accélérateur de notre angoisse existentielle, le Biorythme se révèle être le «moyen» de faire face, pour s'assurer le maximum de chances dans nos entreprises.

«L'étonnante précision avec laquelle se maintient l'intervalle de 23 ou suivant le cas de 28 jours, laisse supposer qu'il existe un rapport étroit entre les conditions astronomiques et la création des organismes» (W. FLIESS/ der Ablauf des Lebens - 1906).

«Depuis que FLIESS nous a révélé l'importance biologique de la périodicité, il est permis de penser que les troubles du développement peuvent être attribués à des modifications de durée de divers stades» (FREUD).

«J'aimerais vous raconter comment ma maladie a confirmé d'une manière particulièrement frappante toutes les idées

de FLIESS sur la périodicité» (Lettre de Karl ABRAHAM à FREUD/ Correspondances).

«L'idée fondamentale de FLIESS selon laquelle la vie se déroulerait sur un rythme périodique est exacte, ainsi que les périodes de 23 et de 28 Jours» (Georg RIEBOLD-Gynécologue) Stuttgart 1942.

«Chez le chimpanzé, on retrouverait ce même intervalle de 23 et de 28 jours dans la menstruation» (Havelock ELLIS).

\* \* \*

### *Le 3.<sup>o</sup> rythme, de 33 jours, dit «Intellectuel»*

Certains travaux tendraient à attribuer le mérite de la découverte de ce 3.<sup>o</sup> cycle à l'ingénieur autrichien TELTSCHER, d'Innsbruck. Or, les recherches que nous avons effectuées dans le domaine des rythmes humains, nous incitent à apporter un correctif concernant cette paternité. Dans sa lettre à FLIESS datée du 01/03/1896, FREUD fait état de sa découverte:

«Les découvertes relatives au nez, ont montré que les intervalles menstruels à partir de juillet, variaient entre 23 et 33 jours».

Toutefois, il nous appartient de souligner la contribution de cet ingénieur qui en 1928, appliquant la théorie des Biorythmes sur des étudiants des classes de terminale, fit ressortir qu'il existait un cycle de 33 jours portant sur la mémoire et les dispositions intellectuelles.

Ce même cycle de 33 jours fut confirmé plus tard, par le Docteur Lexford HERSEY de l'Université de Pennsylvanie, concernant des accidents de chemins de fer aux U.S.A.

Ce troisième rythme dit «Intellectuel», est représenté en vert sur l'étude de Biorythmes. Grâce à ce dernier, il est désormais possible de déterminer les périodes de plus grande disponibilité intellectuelle, lorsqu'ensemble ils voisinent en période «énergétique/positive» avec le rythme de 28 jours-féminin.

Les rapports fournis ces dernières années par le Japon à cet effet, font ressortir des résultats très positifs: dans la Prévention des accidents (-30 %) et une augmentation de la productivité (+20 %) en tenant compte de ces 3 facteurs rationnellement appliqués.

## **EDUCATION**

Dans ce domaine également, les Japonais font ressortir la valeur de ce rythme au niveau de l'enseignement. Les SUISSES déjà, appliquaient de-

puis longtemps la théorie des Biorythmes en regroupant -enseignant et élèves dont les rythmes présentaient un important taux d'apparement.

### **ERGONOMIE** (psycho-sociologie du travail)

Les résultats obtenus tant en Suisse, Allemagne et Japon, font ressortir une amélioration du rendement et de la productivité lorsqu'il est possible de faire s'activer ensemble des individus dont les 3 rythmes présentent là encore un important taux d'apparement; évitant ainsi les multiples «frictions» classiques.

#### *Vie de Couple*

Les couples «solides», présentent de la même manière, un important taux d'apparement de leurs 3 rythmes. La courbe verte de 33 jours (intellectuelle) favorise la communication. La courbe rouge de 23 jours, très voisine chez les partenaires, améliore considérablement l'entente sexuelle. La courbe bleue de 28 jours, est celle de la tendresse, de la gentillesse réciproque.

### **LE SPORT**

Là, ce sont les Russes qui depuis longtemps ont compris qu'ils disposaient d'un atout complémentaire, en déterminant parmi leurs meilleurs compétiteurs, ceux dont les courbes seraient «au mieux» pour le jour «J», et en adaptant l'entraînement, veillant à ne pas forcer lors des jours critiques, en ralentissant l'effort en période «creuse» de manière à disposer du maximum en période «haute».

Le Biorythme est loin d'être une panacée, mais c'est un moyen INDISPENSABLE si l'on accepte l'idée que l'être humain est VARIABLE dans son comportement.

### **APPLICATIONS**

Docteur Pierre SCHMIDT/Genève Président de la Ligue Homéopathique

«... vous fait savoir qu'il utilise tous les jours son appareil basé sur les rythmogrammes de FLIESS, avec beaucoup d'avantages, soit pour connaître le moment le plus opportun pour donner un remède chronique, soit pour décider les jours favorables pour une opération, les dates d'un accouchement et différents évènements où la volonté du sujet peut jouer un rôle».

Docteur D. S. Médecine générale

Je vous confirme que nous utilisons dans le cercle de mes confrères, les Biorythmes de FLIESS depuis de nombreuses années avec un grand profit.

Docteur D. B. Médecine interne. Endocrinologie

Concernant les Biorythmes, je les emploie très fréquemment à l'égard de mes malades, et que les opérations par exemple, ne sont programmées que des «jours favorables», de même la prise de médicaments homéopathiques.

Docteur Jean Marc AUGEYROLLES Neuro-Psychiatre

Je constate que cela correspond effectivement avec la période que vous appelez «période de plénitude». Voilà ce que j'ai pu constater en toute bonne foi.

## BIBLIOGRAPHIE

(notons qu'en français, pratiquement rien de valable n'est à signaler)

APPEL, Walter. *Biorythmik*. Munich Moderne Verlags Gesellschaft, 1975.

BOLCHOWW, Reinhold. *Der Unfall im Landwirtschaftlichen Betrieb*. Wissenschaftliche Zeitschrift der Humbolt Universität zu Berlin. Bd 4 Nr 6, pp. 507-39, 1954-55.

FRUH, Hans. *Sieg der Lebensrythmen*. Freiburg - Hermann Bauer Verlag, 1971.

GROSS, Hermann. *Biorythmik*. Freiburg Hermann Bauer, 1966.

KARCHER, Adolf. *Biorythmikdokumentation zur Biorythmik-Tagung*. 15/12/1975.

KLAGES, Ludwig. *Vom Wesen des Rythmus*. Zurich, 1944.

OKIMURA, Yoshiyuki, TATAI, Kichinosuke. *Biorythm for mother and child*. Osaka Sankoshobo, 1974.

SCHWING, Hans. *Uber Biorythmen und deren technische Anwendung*. Zurich, 1939.

STEVES, Max. *Biorythmische Verkehrsunfallverhütung*. Deutsche Polizei, 1965.

TOPE, Otto. *Biorythmische Einflüsse und ihre Auswirkung in Fuhrparkbetrieb*, Hanover, 1956.

TATAI, Kichinosuke. *Biorythm for Health Design*, 03/77 (en anglais), Japan publication.