

# Stephen Sumner

Les voyages sont faits de rencontres atypiques, des gens dont la vie s'éloigne des sentiers battus. Le premier que nous avons rencontré était un SDF à Florence, ancien médecin anglais habillé en Jésus. Le dernier sur ma route est [Stephen Sumner](#).



Stephen Sumner est amputé de sa jambe gauche. Je l'ai rencontré au restaurant alors que je m'apprêtais à partir de Battambang – Cambodge. Dans ce pays où gisent des millions de mines qui blessent grièvement des centaines de personnes chaque année, la rencontre de Stephen est assez opportune.

Passionné de deux roues, il perd sa jambe dans un accident de moto en Italie, il y a 8 ans. Comme beaucoup d'amputés il souffre alors de douleurs fantôme. C'est simplement la sensation d'avoir toujours le membre manquant, et de violentes douleurs qui y sont associées. Pour un long et juste descriptif, ça se passe [sur Wikipedia](#).

Stephen découvre alors un traitement appelé « boîte miroir », un procédé inventé par [Vilayanur Ramachandran](#). Un miroir est placé de telle sorte qu'il réfléchit sa jambe droite et Stephen peut alors visualiser sa jambe gauche manquante. Pour plus d'infos, [ici](#) (en anglais, [Mirror box](#)). À raison de 2 sessions de 10 minutes par jour pendant 5 semaines, les douleurs disparaissent complètement, à vie. Et ça ne coûte rien !

Si j'ai bien compris ça fonctionne par mimétisme. Aussi, si j'ai mal à la cheville manquante, je bouge mes deux chevilles de la même façon de sorte que la gauche, par réflexion de la droite, paraisse bouger comme je l'entends, et ainsi soulage la douleur.

Pour comprendre à quel point un membre fantôme peut être relié au cerveau, ci-dessous est une expérience de V. Ramachandran avec un amputé du bras :

*I placed a coffee cup in front of John and asked him to grab it. Just as he said he was reaching out, I yanked the cup away. « Ow! » he yelled. « Don't do that! » « What's the matter? » « Don't do that, » he repeated. « I had just got my fingers around the cup handle when you pulled it. That really hurts! » Hold on a minute. I wrench a real cup from phantom fingers and the person yells, ouch! The fingers were illusory, but the pain was real – indeed, so intense that I dared not repeat the experiment.*

Stephen parcourt le Cambodge à vélo. Soit il aide directement les victimes de mines, soit il s'adresse à des ONG (il y en a plein au Cambodge) afin de leur apprendre la méthode de la boîte miroir et toucher ainsi plus de personnes d'un coup.

L'histoire de Stephen a inspiré un film, « [Phantom pain](#) ». Il est également écrivain et beaucoup d'autres choses. Vous en apprendrez plus [sur son site](#).

Je suis resté un peu plus longtemps à Battambang dans l'espoir

de pouvoir assister à une de ses démonstrations.  
Malheureusement la prochaine fut planifiée une semaine plus  
tard, trop loin pour moi.

Bonne continuation Stephen !