

## Chapitre 1

---

# L'HYPNOTHÉRAPIE

Antoine Bioy et Didier Michaux

L'HYPNOTHÉRAPIE pourrait se définir comme l'usage psychothérapeutique de l'hypnose. Cette pratique prend alors la forme suivante, selon le psychologue Michael Yapko :

« L'hypnose est un processus de communication d'influence au sein duquel le clinicien fait surgir et guide les associations intérieures de son client afin d'établir ou de renforcer des associations thérapeutiques dans le contexte d'une relation de collaboration et d'échanges mutuels centrée sur un objectif. » (Yapko, 1992, p. 37)

Autrement dit, l'hypnothérapie demande une certaine implication, prend place dans un relationnel précis, et se trouve guidée par une demande d'aide.

Quelle que soit sa forme (hypnoanalyse, hypnose ericksonienne, rêve éveillé...), l'hypnothérapie place au centre de son approche l'état hypnotique, avec une visée psychothérapeutique (ce qui la différencie par exemple de l'hypnosédation, utilisée en anesthésie). Au centre de cette pratique qui possède une histoire passionnante qui se poursuit encore de nos jours, se trouve la question du lien entre un thérapeute et son patient et les approches que l'on peut en avoir, sur un versant intersubjectif ou plus communicationnel. Un lien qui se construit également selon la « culture professionnelle d'origine » de l'hypnothérapeute et la formation qu'il a reçue en hypnose.

## PUYSÉGUR, LE PREMIER HYPNOTHÉRAPEUTE ?

Si Mesmer, dont le nom dans les pays anglo-saxons est devenu synonyme de « crise magnétique », de « transe » ou encore de « fascination » par une autre personne humaine, est célèbre et généralement présenté comme l'ancêtre de l'hypnose, sa pratique centrée sur le déclenchement de crises d'agitations thérapeutiques paraît aujourd'hui bien lointaine de ce que nous mettons sous le nom d'hypnose et surtout d'hypnothérapie.

Le marquis de Puységur, moins connu du public, élève de Mesmer et son contemporain, va « découvrir » et mettre en place une pratique beaucoup plus proche des pratiques actuelles de l'hypnothérapie. Parce qu'il n'était pas médecin, Puységur répugne à déclencher des crises. Comme souvent dans l'histoire des trances, ses patients vont lui fournir les clefs d'une pratique qui s'écarte considérablement de la pratique de Mesmer.

D'abord, Puységur va constater qu'il est possible de communiquer verbalement pendant ce qu'il appelle encore la *crise magnétique*. Son patient Victor répond à ses questions et à ses propositions d'imagerie. Victor va ainsi s'imaginer en train de participer à une fête foraine et, dans ce cadre, se donner beaucoup d'agitation. Cette interaction inaugurale de la nouvelle pratique *magnétique* est rapportée par Puységur<sup>1</sup> dans ses mémoires. Le marquis suggère ces actions parce qu'il pense que la transpiration va évacuer la fièvre de son patient ; on peut dire, qu'alors, la pratique hypnosuggestive est née. Cette pratique reste cependant une exception car ce que nous décrit Puységur dans ses deux livres concernant la naissance de ce qu'il appelle le *sommeil lucide* est tout à fait autre. Le magnétiseur nous y est présenté comme « au chevet » de son somnambule. Il fait appel aux ressources spécifiques qui surgissent du fait même de la crise magnétique, de la *transe*, dirions-nous aujourd'hui. L'entrée dans cet état va faire surgir de nombreuses « ressources » dont les plus marquantes sont l'apparition d'un niveau accru d'intelligence, et l'apparition de diverses compétences, ce sont, selon les mots de Puységur, des effets de la Nature<sup>2</sup> dévoilés par la crise magnétique – aujourd'hui, nous dirions qu'elles résultent de la libération de ressources inconscientes

---

1. Voir à ce propos la réédition faite par l'un des auteurs de ce livre, des deux tomes des mémoires de Puységur qui constituent à la fois un ouvrage passionnant du point de vue de l'histoire des thérapies mais aussi du point de vue anthropologique (cf. Puységur, 1784-85).

2. On en voit une manifestation dans la capacité qu'ont certains animaux de connaître de façon innée les substances qui leur conviennent et celles qui ne leur conviennent pas.

non accessibles ordinairement. Puységur évoque aussi, pour rendre compte des effets de sa volonté sur les actions du « somnambule », une sorte d'englobement psychique de l'esprit du sujet dans celui de l'hypnotiseur<sup>1</sup>.

Ces différents éléments aboutissent à une pratique thérapeutique que, par de nombreux traits, on peut rapprocher des pratiques thérapeutiques contemporaines.

Le magnétiseur puységurien ne croit pas disposer d'une connaissance qui lui permettrait de déterminer précisément ce qui est nécessaire pour son patient. Il est à son écoute car il le croit doté de connaissances accrues pendant la transe : au somnambule d'établir la gravité ou la bénignité des symptômes et différents comportements apparaissant hors et pendant la crise. À lui aussi de lui donner la marche à suivre et la place qu'il doit tenir dans les futures interactions. Tout cela se fait par des échanges verbaux et à l'initiative du somnambule. Une relation importante se développe entre le thérapeute et ses patients somnambules : le marquis est au service de ses patients, il les consulte et se limite à une fonction d'intermédiaire apportant le complément fluïdique nécessaire au déclenchement de la crise et de ses effets bénéfiques. Cette attitude du thérapeute puységurien tranche avec l'image autoritaire des hypnotérapeutes de la seconde moitié du XIX<sup>e</sup> siècle tels Charcot, Bernheim, Janet, etc. On comprend donc que des rapprochements puissent être faits entre cette pratique et celle de l'hypnose contemporaine avec la place déterminante que celle-ci donne à son patient.

Puységur, par l'utilisation qu'il fait de la « crise magnétique », renommée « sommeil lucide », est bien le premier hypnotérapeute, c'est-à-dire, le premier thérapeute à utiliser l'état modifié produit pendant la crise, non pour produire tel ou tel phénomène physique source de guérison, mais pour permettre d'accéder à des « ressources » diverses, ordinairement non accessibles, qui vont jouer un rôle déterminant dans le changement thérapeutique.

---

1. À ce propos, Puységur (1784-85) écrit dans la suite des mémoires : « Le malade dans cet état (*somnambulisme magnétique*), entre dans un rapport si intime avec son magnétiseur qu'on pourrait presque dire qu'il en fait partie » (p. 142). Et cela, pour Puységur, permet de rendre compte du lien entre ses volontés non exprimées verbalement et les actions du somnambule.