

Qu'est-ce que
l'hypnose

de François Roustang ?

PAR
LÉONARD ANTHONY

Flammarion | Versilio

Léonard Anthony

Qu'est-ce que
l'hypnose
de François Roustang ?

Flammarion | **Versilio**

*Les règles de l'univers
que nous croyons connaître
sont enfouies au plus profond
de nos processus de perception.*

Gregory Bateson,
La Nature et la Pensée

*L'imagination est plus importante
que le savoir. Le savoir est limité
tandis que l'imagination
englobe le monde entier,
stimule le progrès, suscite l'évolution.*

Albert Einstein

Préambule

Après avoir somnolé une bonne partie du XXe siècle, l'hypnose attire aujourd'hui la curiosité du grand public, l'attention des thérapeutes et des médecins, mais aussi celle des acteurs du monde du spectacle. Tout le monde en parle, et chacun s'en empare à sa façon.

Le phénomène n'est pas nouveau. Au-delà des formes de protohypnose pratiquées dans l'antiquité égyptienne et indienne, dès le début de son histoire moderne initiée par Franz-Anton Mesmer au XVIIIe siècle, l'hypnose était déjà intimement liée à ces deux dimensions : soulager et, si ce n'est divertir, « fasciner ». Ainsi, elle s'est depuis retrouvée ballottée entre les possibilités

qu'elle offre d'une part à la médecine et aux différentes formes thérapeutiques, et d'autre part à celles qu'en tirent les spectacles de rue et les émissions de télévision ou les réseaux sociaux pour divertir le public. Objet de fascination – il y a ceux qui craignent ou rêvent d'être sous son emprise –, l'hypnose se trouve être, paradoxalement, à la fois très médiatisée et très peu connue. Se pose alors une question essentielle : qu'est-ce que l'hypnose dont on parle tant ? Comment se fait-il qu'il règne à son sujet tant de confusion ? Confusion qui, dans un tout autre contexte, se révèle être une de ses rampes d'accès.

Si cette question est aujourd'hui au cœur de mes interrogations, ma rencontre avec l'hypnose fut le fruit d'une simple coïncidence.

Il y a près de vingt ans, plongé dans la partition du deuxième concerto pour piano de Rachmaninov, je découvris que le compositeur avait dédié son œuvre à un certain Nicolas Dahl, son « hypnotiseur ». Ce dernier, tout comme Sigmund Freud ou Pierre Janet, avait étudié l'hypnose avec

le célèbre docteur Jean-Martin Charcot qui n'hésitait pas à inviter à la Salpêtrière les figures littéraires de son temps – Maupassant, Zola ou les frères Goncourt pour ne citer qu'eux. Tous venaient assister à certaines des démonstrations où Charcot ravivait sous une transe les symptômes de ses patientes hystériques. Là encore, l'hypnose qui soigne ne manquait pas de spectaculaire.

Parcourant les volumes d'une abondante littérature, j'ai vu émerger deux personnalités majeures qui ont apporté des réponses significatives à mon interrogation, deux figures intellectuelles que, par analogie superficielle, on serait tenté de nommer les Socrate et Aristote de l'hypnose.

Le premier, Milton Erickson, psychiatre et psychologue, s'il a cosigné quelques ouvrages, laisse surtout de nombreux comptes rendus d'études de cas cliniques, des conférences et des conversations éclairantes sur la pratique de l'hypnose : l'ensemble, recueilli par ses élèves ou collaborateurs aux États-Unis, a été publié sous forme de compilations essentielles à une vraie compréhension de

l'hypnose et en particulier de son champ d'application médicale.

Le second est François Roustang, un temps jésuite, puis psychanalyste proche collaborateur de Lacan, philosophe, hypnothérapeute et auteur d'une œuvre écrite conséquente.

À la différence d'Erickson, dont l'analyse clinique fut au centre de ses travaux sur l'hypnose, Roustang se positionne dans ses écrits comme un épistémologue et un anthropologue de l'hypnose, chacun de ses ouvrages étant une invitation unique à aller à la rencontre des racines de cette discipline, à entrer dans son intimité, à interroger ses fondements et ses possibilités.

Si le caractère significatif de l'enseignement oral d'Erickson peut justifier la filiation socratique tandis que l'œuvre écrite de Roustang, par sa richesse, relèverait de la filiation aristotélicienne, il ne faut pas se laisser égarer par cette comparaison limitative.

D'une part, la figure de Socrate – en qui il voyait « le premier thérapeute » – était

pour Roustang d'une importance telle qu'il lui a consacré son dernier ouvrage. D'autre part, plus on connaît Roustang et Erickson et les étudie, plus on découvre des similitudes dans les destins et les enseignements de deux hommes qui avaient pour caractéristique commune de ne pas se prendre pour des maîtres et d'offrir la liberté à celui ou celle qui les consultait, les interrogeait.

Au-delà des apports exceptionnels de l'un comme de l'autre, tant en matière de réflexion que d'analyse clinique, il est important de souligner le caractère particulier de l'existence de chacun d'eux pour mieux comprendre leur lien à l'hypnose et leur éclairage sur cette discipline.

En ce qui concerne Erickson, c'est peu de dire que la vie ne lui a pas fait de cadeaux. Daltonien, dyslexique, certains évoquent en plus une amusie, il développa à l'âge de dix-sept ans une poliomyélite qui l'accompagna toute sa vie. Résistant à la mort annoncée par ses médecins, il cultiva un sens de l'observation exceptionnel et une intuition unique. Cette exploration qu'il fit sur lui-

même, pour dépasser les symptômes de sa poliomyélite et son champ de perceptions réduit, allait former le terreau de ce qui deviendra l'hypnose éricksonienne.

François Roustang rappela à plusieurs reprises à quel point la notion d'expérience est essentielle pour celui qui souhaite proposer l'hypnose ou la questionner. Si pour Erickson elle passa par le biais de facultés sensorielles modifiées et par la maladie, il en fut tout autrement pour lui. Reste cependant, comme un marqueur commun, un prodrome de leur démarche, un lien à l'enfance, à un vécu particulier initié dès le plus jeune âge, là où la raison affirmée n'a pas encore tout effacé du monde des perceptions auxquelles nous sommes liés.

Enfant, François Roustang vivait dans un petit village de Lorraine, à une époque où le chauffage central n'existait pas, il me raconta un souvenir fondateur de sa démarche :

— À mes yeux, le b.a.-ba de la thérapie réside dans le fait que je puisse percevoir, de la façon la plus fine possible, tous les aspects de la personne qui s'installe en face

de moi. Sans paroles, ou presque. Cette façon d'être n'est pas sans lien avec mon vécu, et je la relie avec un souvenir de mon enfance, à la campagne. L'hiver, quand ma mère avait froid, j'allais lui chercher une brique qui restait à chauffer dans le foyer de la cuisinière fonctionnant toute la journée. Je l'installais dans un réceptacle en fer, de telle sorte qu'elle pouvait poser ses pieds dessus et se réchauffer sans se brûler. Elle ne me demandait jamais de lui apporter la brique, mais disait que je devais sentir ce moment. Donc il y avait un moment où je sentais que ma mère commençait à avoir froid et j'allais lui chercher une brique. En été, le soir, quand la fraîcheur venait, il s'agissait pour moi de percevoir cet instant précis où elle aurait besoin d'une laine. Donc d'aller lui chercher une laine sans qu'elle ait à dire le moindre mot. Sans le vouloir, j'ai développé une perception de ce dont l'autre avait besoin, j'ai appris à soupçonner le besoin de l'autre.

Ces quelques mots, qui eurent une résonance particulière avec ma propre enfance, il les partagea avec moi dès l'un de

nos premiers échanges. Cherchant à explorer et à mieux saisir tout ce que mes lectures sur l'hypnose avaient éveillé, je suis allé à sa rencontre pour lui proposer un projet d'édition. M'écoutant silencieusement, il m'interrompit pour me dire qu'il n'écrirait pas d'autres livres. Ne laissant pas le temps à la déception de prendre forme, il ajouta : « Je voudrais que vous lisiez celui-ci », en me tendant un exemplaire de *Qu'est-ce que l'hypnose ?*.

Plus tard, je compris que cet ouvrage avait un caractère particulier pour lui. Je n'avais alors aucune idée de l'impact qu'allait avoir ce geste et tout ce qu'il implique sur ma vie. S'ensuivirent de précieux échanges jusqu'à ses derniers jours, des projets de collaborations, dont cette invitation à découvrir son hypnose qu'il qualifia à la toute fin de sa vie d'écologique : « *une mise en présence avec tout ce qui est, avec son environnement* ». Il m'a semblé juste, pour introduire sa réflexion sur le sujet au plus grand nombre, de revenir aux racines de ma rencontre et de partager la lecture que je fis avec lui de ce livre, *Qu'est-ce*

que l'hypnose ?, tant j'y ai trouvé la réponse la plus juste à mon interrogation, et tant il est la quintessence du message et de la démarche de celui qui devint mon ami, François.

© Flammarion, 2019.

© Versilio, 2019.

ISBN : 978-2-0814-9275-2

Qu'est-ce que l'hypnose de François Roustang ?

François Roustang est une des grandes figures françaises de l'hypnose.

Philosophe et hypnothérapeute, il a souhaité au cours des dernières années de sa vie revenir sur la question posée, il y a vingt-cinq ans, par son livre *Qu'est-ce que l'hypnose ?*

Ses échanges avec Léonard Anthony donnent, tout au long de ce texte inédit, un prolongement à son œuvre.

Qu'est-ce que l'hypnose ? Une question qui ne l'a jamais quitté.

Préface d'Eve-Alice Roustang.

Léonard Anthony a étudié la méditation et le yoga Nidra, puis l'hypnose avec François Roustang.

© Aquarelle : Leslie Sukermann

Prix France : 12 €

ISBN : 978-2-0814-9275-2



9 782081 492752

Flammarion | Versilio