

L'hypnose : des débuts difficiles

L'hypnose était déjà connue des chamans, même si la pratique actuelle n'a plus grand-chose à voir. Longtemps condamnée par l'Académie de médecine française, elle s'est surtout développée à l'étranger, notamment au Royaume-Uni.

Jean Becchio,

président de l'Association française d'hypnose médicale, est praticien consultant dans l'Unité de soins palliatifs de l'Hôpital Paul Brousse, à Villejuif.



I. Jean-Martin Charcot a introduit l'hypnose médicale en France et proposé des démonstrations durant ses séances publiques à l'Hôpital de la Salpêtrière. Sa méthode a été critiquée, car il ne l'appliquait que sur des personnes hystériques. Une de

ces séances a été immortalisée par le peintre Antoine Brouillet (*Une leçon clinique à la Salpêtrière*, 1887). Charcot se tient à droite d'une de ses patientes, Blanche Withman, et de son élève, le neurologue Joseph Babinski, qui la soutient.

Pour beaucoup, l'hypnose médicale évoque inévitablement Jean-Martin Charcot (1825-1893), considéré comme le père de l'École française de neurologie, à l'Hôpital de la Salpêtrière. Nous lui devons la description de 15 maladies ou syndromes neurologiques. Lors de ses leçons du mardi, il montre à ses élèves, mais aussi au tout-Paris comment il traite ses patientes hystériques par l'hypnose. Depuis cette époque, l'hypnose est passée du stade de curiosité à celui d'une technique médicale de plus en plus utilisée, avec des indications variées. Retraçons-en les grandes étapes.

Pratiques chamaniques

L'histoire de l'hypnose a commencé bien avant Charcot, notamment avec les pratiques chamaniques. Nous sommes en Dordogne, il y a quelque 17 500 ans. Un chaman a placé sur son visage un masque représentant un oiseau et il utilise son bâton chamanique pour capter les forces des dieux de la Terre et du Ciel. Il ouvre le ventre d'un bison et place les intestins sur un lit d'herbes sèches. Ensuite, il pratique un rituel qui lui permet d'activer la transe chamanique chez un malade. Pure invention? Non. Tout cela est représenté sur une gravure rupestre de la grotte de Lascaux. Cette médecine fondée sur l'utilisation de la transe est encore pratiquée aujourd'hui dans de nombreuses régions, par exemple en Amérique du Sud, Afrique, Mongolie ou encore Sibérie.

Avançons dans le temps jusqu'à la veille de la Révolution française. Le Siècle des Lumières est à son apogée et le médecin devient un acteur responsable du soin à

En Bref

- La transe chamanique, dont les premiers témoignages figurent sur les peintures rupestres, est considérée comme une forme d'hypnose.
- L'hypnose est pratiquée en France dans les années 1800, mais elle est condamnée par l'Académie française de médecine, de sorte que les médecins français voulant l'appliquer s'expatrient au Royaume-Uni.
- C'est le Britannique James Braid qui trouvera comment appeler cet état surprenant, du nom de Hypnos, le dieu grec qui panse les plaies du corps et de l'esprit durant le sommeil.
- L'anesthésie hypnotique sera utilisée à partir de 1845, mais, quelques années plus tard, le premier anesthésique chimique fait son apparition: le protoxyde d'azote (ou gaz hilarant).

apporter aux malades. Franz Anton Mesmer (1734-1815) est la figure emblématique de cette transition. Il étudie la médecine à Vienne, en Autriche, et entreprend aussi des études de théologie, de philosophie, d'alchimie, d'astronomie et d'astrologie! Érudit et mélomane, il organise dans sa propriété le premier concert du jeune Amadeus Mozart. Sa thèse de médecine est un travail sur l'œuvre de Paracelse. Ce médecin du Moyen Âge avait décrit un Univers régi par des forces cosmiques, produites par les planètes. Mesmer adhère à cette théorie et étudie une technique permettant de capter cette énergie « magnétique » pour en faire bénéficier les patients.

Mesmer énonce le principe de sa théorie, le magnétisme animal, dans un ouvrage, *Mémoire sur la découverte du magnétisme animal* (1779). Selon lui, il existe un fluide qui emplit tout l'Univers, et la maladie résulterait d'une mauvaise répartition de ce fluide chez le patient. Un magnétiseur serait capable de le canaliser chez le patient « magnétisé », ce qui déclencherait une violente crise convulsive, suivie d'une guérison.

Fluides magnétiques

Mesmer pratique ses séances de magnétisme pendant quelques années dans la capitale autrichienne, mais il en est chassé à la suite d'un problème relationnel avec une jeune camériste de l'impératrice. En 1778, il se réfugie à Paris, où il « perfectionne » sa technique en inventant un « baquet thérapeutique ». Au lieu de traiter les malades un à un comme précédemment, il en place plusieurs autour d'un baquet contenant de la limaille de fer, des bouteilles d'eau et des tiges métalliques au sommet desquelles sont attachées des cordes. Mesmer magnétise le baquet. Chacun des patients prend une tige entre ses mains et Mesmer les magnétise à tour de rôle. Ces séances de « crises magnétiques », ou trances hypnotiques collectives, connaissent un tel succès, que cela finit par éveiller l'attention du corps médical. Il est accusé de charlatanisme et perd le procès que lui a intenté l'Académie royale de médecine. Il quitte la France pour se retirer au bord du lac de Constance.

Ce premier exemple illustre d'où viennent les idées reçues qui entachent encore parfois

Dans un état particulier, mi-endormi, mi-éveillé, les patients deviennent très suggestibles et obéissent aux ordres du praticien.

la pratique de l'hypnose. Nous n'avons bien sûr rien gardé de la technique mesmerienne, les seuls « héritiers » de Mesmer étant les magnétiseurs qui sévissent encore dans certaines campagnes.

Poursuivons notre rétrospective. Mesmer avait créé à Paris un temple maçonnique, la Loge d'Harmonie, où il avait formé des médecins en leur « vendant » son secret magnétique. À son départ, un de ses élèves, le marquis Armand Chastenot de Puysegur, prend le relais. Toutefois, Chastenot de Puysegur n'est pas à l'aise avec la pratique de Mesmer, qui consistait à toucher le patient, de façon répétée, pendant plus de 30 minutes, sur des zones intimes du corps. Il décide donc de pratiquer des passes magnétiques à distance. Et le résultat est surprenant: les patients ne connaissent plus de crise convulsive, mais sont dans un état particulier, mi-endormi, mi-éveillé, qu'il nomme somnambulisme. Dans cet état, les patients deviennent très suggestibles et obéissent aux ordres du praticien. Celui-ci peut « programmer », par des suggestions directes, l'amélioration clinique du patient.

La technique s'implante au Royaume-Uni

Nous sommes alors au début des années 1800 et de nombreux médecins français se mettent à utiliser cette technique. Toutefois, un nouveau procès, intenté par l'Académie de médecine, interdit cette pratique du somnambulisme sur le territoire français, ce qui force de nombreux médecins à fuir vers l'Angleterre, où ils peuvent continuer leur pratique. L'histoire de cet outil thérapeutique – qui ne s'appelle pas encore hypnose – se poursuit de l'autre côté de la Manche.

Écosse, novembre 1841: dans un théâtre de Manchester, un médecin français reconverti dans le music-hall, le docteur La Fontaine, donne un spectacle de magnétisme. Spectacle identique à ceux que l'on peut encore voir sur certaines scènes de théâtre.

Dans la salle se trouve un médecin, James Braid. Il observe son confrère et comprend que tout est illusion. Les passes magnétiques, la fixation du regard sur un pendule, le ton autoritaire du magnétiseur sont là uniquement pour « distraire » l'attention du sujet et instiller des suggestions qui ne sont pas comprises par le sujet: tout est suggestion.

Comment nommer cette pratique qui n'a rien à voir avec un quelconque magnétisme? Braid connaît bien la mythologie grecque et sait que dans le monde souterrain des dieux de l'Olympe existe un dieu bienveillant qui, pendant le sommeil, répare les blessures et panse les plaies du cœur, du corps et de l'âme. Il se nomme Hypnos. Il donne donc le nom anglais *hypnotism* à cette technique



2. Mesmer utilisait un « baquet » pour magnétiser plusieurs personnes en même temps. Sur cette gravure, une « malade » tient une tige métallique plongée dans le bassin rempli d'eau et de limaille de fer. Mesmer touche son bras (voire d'autres zones plus intimes de son corps) pour la guérir en canalisant son « fluide » magnétique.



3. Hypnos, le dieu qui panse toutes les plaies pendant le sommeil, a donné son nom à l'hypnotisme, devenu hypnose.

de suggestion, nom qui donnera hypnotisme en français, puis hypnose. Braid publie sa découverte dans un ouvrage qui comporte des éléments de réflexion encore utilisés dans l'approche moderne de l'hypnose.

Le Royaume-Uni devient le fer de lance de cette nouvelle technique et la première revue consacrée à l'hypnose y est éditée. Cette revue arrive à Calcutta et un jeune chirurgien anglais la découvre. Il y lit un article qui décrit comment l'hypnose permet d'anesthésier un patient. Ce chirurgien, James Esdaille, effectue son service militaire dans cette colonie de l'empire de la reine Victoria. Ayant lu l'article, il essaie la technique sur son aide de camp indien. Il crée une anesthésie après une heure de travail de suggestion et, le lendemain, le 4 avril 1845, il pratique avec succès une opération chirurgicale sous hypnose.

En sept ans, il réalisera plus de 200 interventions chirurgicales sous anesthésie hypnotique : amputations de membres, tumeurs abdominales, calculs rénaux ou mammectomies. À cette époque, les produits anesthésiques n'existaient pas et les patients subissaient des amputations à vif. Le chirurgien devait agir avec rapidité et dextérité et souvent l'opéré mourait de douleur, d'hémorragie ou d'infection. Avec l'utilisation de l'hypnose, les conditions s'améliorent, comme le souligne Esdaille dans un ouvrage qu'il publiera en 1852, à son retour au Royaume-Uni. Mais son livre passera inaperçu, car en 1848, le protoxyde d'azote a commencé à être utilisé avec succès dans le

monde entier pour anesthésier les personnes devant subir une intervention chirurgicale.

Au milieu du XIX^e siècle, le magnétisme est toujours interdit en France, mais l'hypnose, nouvelle technique venue de Grande-Bretagne est autorisée et, à partir des années 1850, de nombreux praticiens vont l'utiliser. Le chirurgien Alfred Velpeau (1795-1867) réalise, le 5 décembre 1859, une tumorectomie sur une patiente hypnotisée et anesthésiée par Paul Broca. Cette opération fait l'objet d'une présentation à l'Académie des Sciences, présentation reprise dans la plus importante revue médicale de l'époque, *La Gazette Médicale de France*. Cette revue française est lue dans le monde entier, et l'article relance l'intérêt de la pratique hypnotique.

Charcot découvre l'hypnose dans un cabaret

En cette fin de XIX^e siècle, nous retrouvons Charcot, qui règne en maître à la Salpêtrière. Un de ses internes, Paul Richer, invite son patron au spectacle que donne un hypnotiseur dans un théâtre de la place Clichy. Charcot comprend que cette technique pourrait l'aider à élucider le fonctionnement neurologique et psychologique des hystériques qu'il suit dans son service. Il demande à Donato, l'hypnotiseur de théâtre, de venir former ses internes à cette technique. C'est le début de l'école de grand hypnotisme de la Salpêtrière.

Chaque mardi, Charcot donne sa « leçon » dans la bibliothèque de l'hôpital, devant un parterre de célébrités. Ce sont les internes ou les chefs de clinique qui hypnotisent les jeunes filles hystériques. Les élèves affluent du monde entier pour suivre l'enseignement du maître et se former à l'hypnose. Parmi eux, Sigmund Freud, qui séjournera quatre mois à Paris, et le neurologue russe Vladimir Bekhterev. En 1889 se tient à Paris le premier congrès international d'hypnotisme. En même temps que se développe cette école parisienne, une autre école naît en province, à Nancy.

Dans la capitale des ducs de Lorraine exerce le médecin Hippolyte Bernheim. Neuropsychiatre réputé, il s'est formé à l'hypnose en suivant les principes édictés par l'Écossais Braid et il prône une hypnose différente de celle pratiquée à la Salpêtrière.

Charcot demande à un hypnotiseur de théâtre de venir former ses internes à cette technique; c'est le début de l'école de grand hypnotisme de la Salpêtrière.

Associé au médecin Ambroise Liébeault (1823-1904), il fonde l'École de petit hypnotisme de Nancy. Pour lui, les inductions hypnotiques pratiquées à la Salpêtrière, dérivées du music-hall, sont fantaisistes. Bernheim pratique une hypnose uniquement fondée sur l'utilisation des suggestions verbales. Il affirme que l'hypnose est applicable à tous les patients, à l'exception des patients hystériques.

La querelle est lancée, puisque cette affirmation va à l'encontre des conceptions de Charcot. Dès lors, les deux écoles sont en guerre ouverte. Le neurologue parisien décrète que l'hypnose n'est utile que pour traiter les hystériques, ce qui aura des effets négatifs pour la pratique de l'hypnose en France. Et ces effets délétères ont perduré : dans le manuel de psychiatrie d'Henri Ey, référence des psychiatres depuis 50 ans, et qui a été réédité en 2010, on retrouve encore ce principe édicté par Charcot. Ce dogme a influencé la psychiatrie française pendant plusieurs décennies et l'a éloignée de l'hypnose, qu'il s'agisse de sa pratique ou de son

étude scientifique et médicale. Charcot qui a été, nous l'avons évoqué, un personnage essentiel à l'avènement de l'École française de neurologie et de celle de la Salpêtrière, a contribué à exclure l'hypnose du champ de la pratique médicale et de la recherche.

La naissance de l'école russe

Charcot meurt le 16 août 1893. Ses élèves se détournent de l'étude de l'hypnose et un seul d'entre eux continuera à explorer ce domaine, Pierre Janet. En 1889, il publie *L'automatisme psychologique*, un ouvrage qui est encore lu et apprécié aujourd'hui. En 1930, il devient le premier titulaire de la chaire de psychologie expérimentale au Collège de France. Lors d'un congrès sur l'hypnose, il rencontre le Russe Ivan Pavlov. Ils se lient d'amitié et échangent leurs idées par lettres. Janet envoie régulièrement des missives à son ami russe, où il développe sa théorie d'une hypnose psychologique. En retour, il reçoit une lettre de Saint-Petersbourg, où Pavlov défend son idée d'une

4. Charcot et sa pratique de l'hypnose ont inspiré les cinéastes. Ici, François Chattot (Charcot) et Maud Forget (Augustine) dans le moyen métrage *Augustine*, de Jean-Claude Monod et Jean-Christophe Valtat, sorti en 2003.



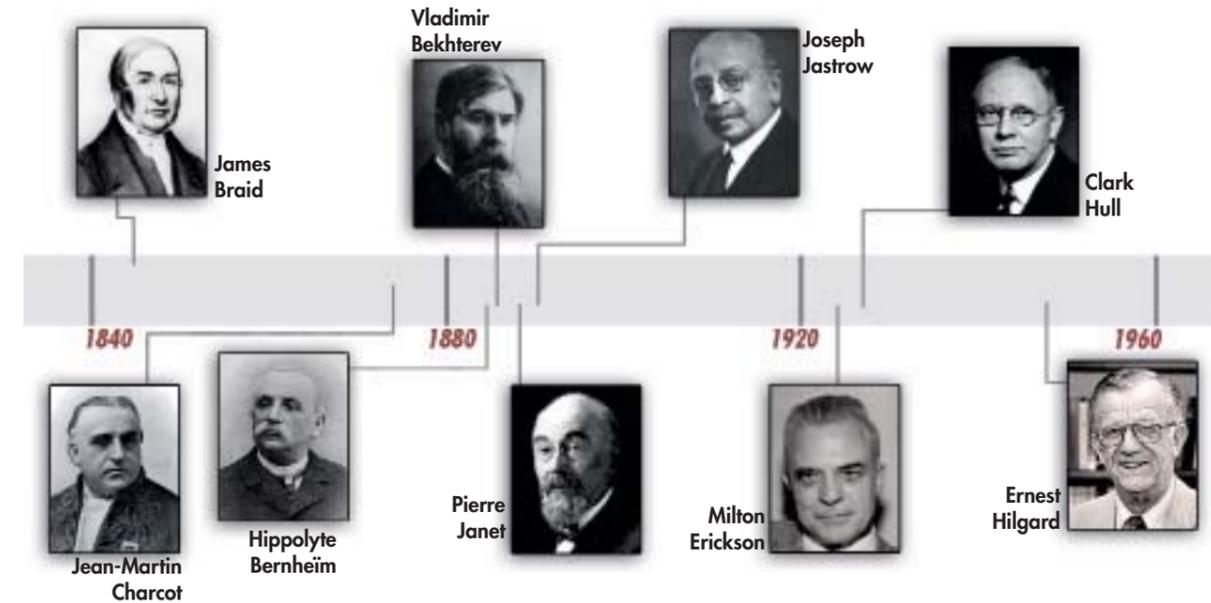
Augustine, de Monod et Valtat, photo R. Boisseau, © Films du possible

hypnose neurobiologique. Dans la dernière lettre rédigée à la veille de sa mort, en 1935, Pavlov écrit: « Je regrette de ne pas posséder l'outil qui permettrait de mesurer ce qui se passe entre le cortex et le système limbique. » S'il avait vécu 50 ans plus tard, il aurait disposé de cet « outil »: l'IRM fonctionnelle.

L'hypnose pratiquée aujourd'hui n'a plus rien à voir avec celle de Charcot. En revanche, elle utilise les idées novatrices de Bernheim et de Janet, qui ont été appliquées... à l'étranger. Deux pays ont étudié et fait des recherches sur le phénomène hypnotique: la Russie et les États-Unis. Examinons quels en ont été les principaux acteurs. Le 20 janvier 1857 naît dans un petit village du Tatarstan, 1 000 kilomètres au Sud-Est de Moscou, Vladimir Bekhterev. Nous avons évoqué sa présence en 1884 dans le service de Charcot à Paris, comme médecin stagiaire en neurologie. Il découvre une hypnose nouvelle en lien avec la connaissance de la transe chamanique qu'il avait acquise dans

son pays. Il devient un des plus grands médecins du XX^e siècle: il est le premier à décrire la spondylarthrite ankylosante et réalise d'exceptionnelles coupes anatomiques du cerveau. Il développe l'hypnose en Russie et utilise cette technique pour traiter les alcooliques. Il réalise un travail de recherche important, mais qui passe inaperçu en Occident, à cause du rideau de fer.

Son compatriote Ivan Pavlov, prix Nobel de médecine, travaille aussi sur l'hypnose. Sa théorie des réflexes conditionnels sera élaborée à partir de travaux réalisés sur des chiens hypnotisés (on peut bien sûr conditionner des animaux non hypnotisés). Citons aussi le neurologue Nicolas Dahl, élève de Charcot et de Bernheim, qui développe en Russie une hypnose « à la française » (c'est-à-dire où les suggestions sont considérées comme « élégantes et poétiques »). Il réussit à fuir l'URSS en 1925. Pavlov et Bekhterev s'adaptent aux temps soviétiques et contribuent au développe-



5. Quelques-uns des principaux acteurs de l'histoire de l'hypnose.

Un pionnier de l'école de Nancy: Ambroise-Auguste Liébeault

Ambroise-Auguste Liébeault est un humaniste. Fils d'un fermier lorrain, il naît en 1823 dans cette région européenne malgré elle. Il commence des études de théologie qu'il abandonne à l'âge de 20 ans pour embrasser celles de médecine. En 1850, il s'établit comme médecin de campagne dans un petit village près de Nancy. Au cours de ses études, il a lu des ouvrages consacrés à l'hypnotisme, en particulier ceux de Braid. Il utilise parfois cette nouvelle méthode auprès de sa clientèle et, en 1860, la lecture du compte rendu de Velpeau décrivant une anesthésie par hypnose lors d'une mammectomie lui fait prendre conscience de l'importance de cette technique de suggestion. Il s'installe dans les faubourgs de Nancy, où il ouvre une clinique. Il y soigne gratuitement les patients lorsqu'il utilise l'hypnose. Il est mis au ban par ses confrères qui le traitent de charlatan, car il utilise l'hypnose, et d'imbécile, car il traite gratuitement les malades. Il maintient cependant son cap, publie un livre sur l'hypnotisme qui ne



connaît guère de succès, mais se fait remarquer par Hippolyte Bernheim qui dirige la psychiatrie à Nancy.

Bernheim s'intéresse à cette nouvelle science et il s'associe à Liébeault pour créer l'école d'hypnotisme de Nancy. Cette école développe des idées diamétralement opposées à celles de l'École de La Salpêtrière. Pour Nancy, le phénomène de suggestion explique les succès thérapeutiques observés chez les patients hypnotisés. Cette école acquiert une renommée mondiale.

Sigmund Freud, Ivan Pavlov, Vladimir Bekhterev, Auguste Forel, Morton Prince viennent d'Autriche, de Suisse, de Russie, des États-Unis pour s'informer et se former auprès de Liébeault. Un pharmacien de Troyes vient aussi étudier cette technique de suggestion pour accentuer l'action curative des médicaments; apôtre de l'effet placebo, c'est le médecin Émile Coué qui va développer sa célèbre méthode de persuasion. Malgré sa renommée, il continua à soigner gratuitement jusqu'à sa retraite, en 1891, à l'âge de 75 ans, les pauvres et ses patients qui le surnommaient le brave docteur Liébeault.

ment d'un puissant mouvement hypnotique en Russie qui résistera à la tragique période stalinienne et qui est encore actif aujourd'hui. L'hypnose française a renoué des liens avec ce courant russe depuis une vingtaine d'années.

ainsi quelques minutes chaque jour. Certains comparent le travail d'autohypnose à un exercice de méditation. Il est aussi simple à pratiquer qu'une méditation. Des études récentes ont montré que la pratique de l'autohypnose consolide les améliorations cliniques obtenues au cours d'une séance d'hypnose.

Les temps modernes

En 1933, aux États-Unis, le médecin Clark Leonard Hull publie un ouvrage, où il décrit une application clinique de l'hypnose: le traitement de la douleur. Il en montre aussi l'efficacité en anesthésie. Il souligne que son travail est dans la continuité des recherches de Bernheim. Un de ses élèves, Milton Erickson, introduit le concept de suggestions non directives et prône l'utilisation des métaphores pour résoudre les problèmes présentés par le patient: au lieu d'aborder directement le problème auquel est confronté le patient, il utilise des métaphores qui permettent au sujet de changer de point de vue, premier pas vers une nouvelle façon de surmonter son trouble. Erickson montre aussi l'importance de la pratique de l'autohypnose.

Un praticien peut apprendre à un patient comment pratiquer l'autohypnose. Il lui conseille de choisir une position confortable et de répéter le scénario qu'il vient de découvrir lors de la séance. Le patient travaille

Pour terminer notre tour d'horizon, loin d'être exhaustif, citons encore André Weitzenhoffer, professeur de psychologie né en France et exerçant à l'Université Stanford, aux États-Unis. Il publie, avec Ernest Hilgard, la première échelle d'évaluation de la suggestibilité à l'hypnose.

Au début des années 2000, Pierre Coriat, chef du Service d'anesthésie de l'Hôpital de la Pitié-Salpêtrière, ouvre le premier diplôme d'hypnose médicale. Patrick Hardy, chef du service de psychiatrie de l'Hôpital de Bicêtre, crée un diplôme universitaire d'hypnose médicale ouvert aux médecins et aux psychologues. Aujourd'hui, il existe huit diplômes universitaires d'hypnose en France qui s'adressent aux médecins et aux psychologues cliniciens. Cela représente environ 250 nouveaux médecins formés chaque année à cette technique. La France rattrape progressivement son retard en matière de pratique de l'hypnose et de recherches sur ce phénomène encore mal connu. La chape de plomb posée sur cette pratique par Charcot a commencé à être soulevée.

Bibliographie

XXXXXXXXXX