

LA VÉRITÉ HYPNOTIQUE

HISTOIRE DE SES AVATARS

Thierry MELCHIOR

« Hypnose » et « vérité » : quand on associe ces deux mots, une des premières idées susceptibles de venir à l'esprit, c'est que l'hypnose est un moyen d'aider les patients à retrouver les vraies causes, l'origine véritable mais « refoulée », « clivée », « déniée », « désavouée » ou « dissociée » des symptômes psychologiques ou psychosomatiques dont ils souffrent.

Cette idée que l'hypnose aiderait à retrouver la source inconsciente des difficultés est fréquemment invoquée dans les demandes de thérapie et particulièrement celles d'hypnothérapie. Elle est d'ailleurs

aussi à l'origine d'une des peurs assez fréquentes suscitées par l'hypnose : « *Est-ce que je saurai ce que je vous dis ? Est-ce que je m'en souviendrai ?* » Dans cette perspective, l'hypnose est clairement identifiée à une sorte de sérum de vérité.

Cette idée de guérison par la recherche de la vérité n'est, bien sûr, pas l'apanage de la thérapie par hypnose. Toutes les thérapies interprétatives issues de la mouvance freudienne y souscrivent peu ou prou, ce qui n'a rien d'étonnant puisque c'est à partir de sa méthode cathartique, d'abord avec hypnose puis (presque) sans, que Freud a, dans les années 1890-1900, élaboré la psychanalyse.

Or, l'hypnose a-t-elle quelque chose à voir avec la vérité ? Il est permis d'en douter, comme nous allons tenter de le montrer, de même qu'il est permis de douter que la psychothérapie en général ait grand-chose à voir avec quelque chose comme une vérité de ce qui se serait réellement passé dans l'enfance du patient. Bien sûr de nos jours, de nombreux thérapeutes qui se situent de près ou de loin dans la mouvance freudienne accorderont volontiers que ce

qui s'est réellement passé dans l'enfance du patient n'est pas ce qui importe le plus. Ce qui compterait serait de pouvoir accéder non pas à ce qui s'est *objectivement* passé (idée que j'appellerai « *version forte de la vérité-guérison* »), mais à la façon dont le patient l'a *subjectivement* vécu. J'appellerai cette version « *version faible de la vérité-guérison* ».

C'est à la validité de cette théorie de la vérité-guérison inspirée par l'hypnose, surtout dans sa version forte, mais également dans sa version faible, que nous allons consacrer les réflexions qui suivent. Elles nous mèneront à devoir conclure que, s'il y a bien une vérité hypnotique, ce n'est pas au sens où l'hypnose ou des techniques dérivées comme l'association libre seraient un moyen d'accès à la vérité et par là la guérison ; c'est malheureusement au sens d'une vérité qui nous hypnotise, nous paralyse, nous engluie et nous empêche d'envisager créativement d'autres manières de faire de la thérapie, que ce soit avec ou sans hypnose.

Pour aborder ces questions, prenons le temps de revenir quelque peu sur ce qui semble se jouer lors d'une induction hypnotique, notamment au niveau communicationnel verbal, celui qui se prête le mieux à l'observation. S'il est bien un trait frappant du discours tenu lors d'une induction, c'est le

THIERRY MELCHIOR

Psychothérapeute, licencié en psychologie et en philosophie. Co-fondateur de l'Institut Milton H. Erickson de Belgique. Président fondateur de la Société Belge d'Hypnose de Langue Française. Travaille au Service de Santé Mentale de l'Université Libre de Bruxelles et en pratique libérale. Formateur en hypnose et thérapies brèves.



Thierry Melchior

BIBLIOGRAPHIE

Créer le réel, hypnose et thérapie, Le Seuil, 1998.

100 mots pour ne pas aller de mal en psy. Les Empêcheurs de penser en rond / Le Seuil, 2003.

Hypno-therapie-subscribe@yahoogroupes.fr