

HYPNOSE • SANTÉ • CULTURES

TRANSES

DOSSIER
LA CRÉATIVITÉ

Vladimir **ZELINKA**
Todd **LUBART**
Éric MÉNER
Anne-Claude MÉNER
Sylvie TORDJMAN
Antoine **BIOY**
Dina **ROBERTS**
Jeffrey **K. ZEIG**
Bernadette **AUDRAIN-SERVILLAT**

DUNOD

6
2019

Éditorial

JE SUIS PLACEBO

On peut lire de bien des façons les attaques menées actuellement contre l'homéopathie.

Une première lecture, naïve, serait de considérer qu'il est sain d'interroger la scientificité d'une pratique qui peine à montrer sa supériorité sur le placebo. Ce point de vue est évidemment nécessaire. Puisque l'homéopathie affirme être un médicament, il est nécessaire de mesurer ce qu'on appelle l'action chimique intrinsèque de ce médicament. Le médecin doit savoir ce qu'il prescrit pour pouvoir mener un raisonnement logique.

Pour autant, une seconde lecture, valable elle aussi, semble se faire de plus en plus dans le monde du soin actuel. Un autre type de raisonnement qui serait mené moins dans un climat de certitude scientifique limitée à cette seule évaluation intrinsèque, car il envisagerait une réflexion plus globale, plus holistique comme on dit. Et encore plus rationnel car moins rationaliste[1]. C'est cette lecture que, praticien de la transe thérapeutique, je souhaite avoir, pour soigner au mieux mes patients. En voici deux angles :

• Un premier est le questionnement suivant : si une pratique pouvant se révéler à peu près aussi efficace que le placebo pouvait, à certaines conditions évidemment (coût raisonnable pour la société, éthique correcte de ses praticiens) être respectable ? Une enquête que j'avais menée à la fin des années 1980 auprès des médecins de Loire-Atlantique[2] avait suscité en moi un intérêt pour cette pratique étonnante. Une pratique très étudiée scientifiquement, par les médecins anglais notamment. Car l'effet placebo est, n'en déplaise aux partisans du petit bout de la lorgnette, une composante intégrante du soin. Une composante que peut-être faute de l'avoir comprise complètement, l'on qualifie actuellement de « relationnelle ».

• Un second angle, plus intéressant, éclaire la pratique du soin au quotidien. Comme le dit Balint, « *Le médecin se prescrit lui-même*[3] ». Et tout soignant qui donne un conseil prend position, en tant que personne, auprès de son patient. Et il lui raconte souvent des récits, fictionnels ou réels. Notre culture occidentale appelle cela la suggestion. Et le soignant sachant bien communiquer induit alors, quelquefois non intentionnellement, une transe (généralement légère) chez son patient afin que ce dernier soit plus réceptif à son conseil, sa prescription, sa suggestion. Il fait cela en recourant à des théories, voire à des savoirs destinés à capter l'attention du patient pour que celui-ci adhère au traitement. L'ostéopathe évoque un dysfonctionnement (anatomique ou fonctionnel), le praticien en yoga ou en méditation fait allusion à des temps



Thierry Servillat
est psychiatre, ancien chef de clinique assistant des Hôpitaux. Ilexerce au Centre Interdisciplinaire de Thérapie Intégrative à Rezé, dans la banlieue nantaise. Il y dirige l'Institut Milton Erickson/ Ipnosia Nantes (RIME44).

1. Le rationalisme peut, avec Edgar Morin, être vu comme une déviation de la rationalité, une rationalité qui serait incapable de reconnaître ses insuffisances (Edgar Morin, *Les sept savoirs à l'éducation du futur*, Paris : Le Seuil ; 2000).

2. Thierry Servillat. *Les dépendances aux benzodiazépines.* À partir d'une enquête auprès des omnipraticiens de Loire Atlantique et d'une revue de la littérature. Thèse de Médecine, Université de Nantes, 1990.

3. Michael Balint. *Le médecin, son malade et la maladie*, Paris : Payot ; 1966.

immémoriaux porteurs d'anciennes sagesses. Le praticien éricksonien évoque la figure de ce « *thérapeute hors du commun* » que fut Erickson, le « *Sage de Phoenix* ». Cet engagement du thérapeute dans une pratique et un discours a une fonction thérapeutique, même si cela ébranle la foi des rationalistes qui croient dans un savoir scientifique uniquement objectif et donc non personnalisé.

TRaNSES serait-elle une revue révolutionnaire ? En affirmant « Je suis placebo », je dis juste, tranquillement et avec détermination : oui, autre chose existe dans le soin. D'autres choses dont nous commençons à savoir les mécanismes et les logiques. Longtemps nous n'avons pas su celles de l'aspirine. Longtemps peut-être nous ne saurons pas complètement celles de l'accueil chaleureux d'un psychiatre disant à son patient suicidaire : « *Votre dépression va un jour passer.* » Mais des connaissances solides existent maintenant aujourd'hui dans ce domaine. Et *TRaNSES* est une revue qui s'y intéresse fortement !

Les attaques contre l'homéopathie auront peut-être raison d'elle. Dire « Je suis placebo », c'est signifier qu'il faut réfléchir, observer, étudier en nous interrogeant toujours pour agir au mieux.

Thierry Servillat,
rédacteur en chef

11ème FORUM cfhtb

1er au 4 MAI 2019 - MONTPELLIER

SCIENCE, PRESCIENCE, CONSCIENCE
L'HYPNOSE AUX FRONTIERES DU REEL

www.cfhtb-montpellier2019.org

En attendant de découvrir les intervenants des tables rondes et des ateliers, voici les invités qui nous font l'honneur de partager leur expérience pendant une conférence plénière :

• BECCHIO Jean	• FAYMONVILLE Marie-Elisabeth	• MIGNOT Joëlle
• BELLET Patrick	• FITOUSSI Gérard	• NARDONE Giorgio
• BENHAIEM Jean-Marc	• GIACOBINO Ariane	• NICKLÈS Isabelle
• BETBEZE Julien	• JOUVENT Roland	• NYSSEN Anne-Sophie
• BIOY Antoine	• KEROUAC Michel	• OSTERMANN Gérard
• BROSSEAU Gaston	• LEMOINE Patrick	• ROBLES Teresa
• BUSTANY Pierre	• LENOIR Jean-Philippe	• SCHEKTER Michael
• COTTENCIN Olivier	• LORIEDO Camillo	• TOUCHON Jacques
• DUFFAU Hugues	• MALAISE Nicole	• VALLÉE Alain
• DUMAS Régis	• MEGGLÉ Dominique	• VANHAUDEN Audrey

Plus d'informations et inscriptions sur www.cfhtb-montpellier2019.org

Sommaire

Éditorial
Thierry Servillat 1

Transes… Culturel
Autour d'un point, 1920-1930, de František Kupka (1871-1957)
Christian Martens 4

Transes… Figure
Elizabeth Moore Erickson : réflexions sur une vie bien vécue
Marilia Baker 9

Transes… Figure
Hommage au Dr Gérard Salem
Dresse Katharina Auberjonois 15

Transes… Lucide
Oscillation tranquille entre subjectivité et objectivité
Antoine Bioy, Lolita Mercadié, Chantal Wood 17

Libre court
Hypnothérapie avec les personnes âgées avec ou sans troubles cognitifs
Charlotte Thouvenot 22

Transes… Fusion
La méthode de relaxation Sapir
Astrid Roustang-Jeglot 33

Transes… Action
Les groupes d'autohypnose ou l'hypnose pour tous !
Pascale Chami 39

DOSSIER – CRÉATIVITÉ
Ne serait-il pas mieux d'être plus créatif ?
Vladimir Zelinka 44

Créativité, processus thérapeutique et hypnose : un aperçu
Todd Lubart, Eric Méner, Anne-Claude Méner, Sylvie Tordjman 46

Un flow de créativité
Antoine Bioy 56

Un thérapeute créatif pour improviser le jeu de l'hypnose
Dina Roberts 64

Une interview avec Jeffrey K. Zeig
Jeffrey K. Zeig 72

Pique et pique et colégram…
Bernadette Audrain-Servillat 78

Transes… Formation
Deux exercices
Thierry Fesselier, Arnaud Gouchet 87

Transes… Codeur
L'EMDR, une thérapie intégrative qui joue les funambules !
Marie-Jo Brennstuhl, Cyril Tarquinio 93

Libre court
L'utilisation d'outils métaphoriques en médiation familiale
Jean-Édouard Robiou du Pont, Léo Robiou du Pont 98

Transes… Sport
Hypnose et sport au-delà des limites, quand les transes s'en mêlent
Hélène Daniel 109

Transes… Bordeur
Anatomie du tomason. Observation urbaine et état de conscience modifiée
Sylvain Cardonnel 115

Transes… Missions
Être à la page
Nicolas Gouin 120

Transes… Paraître
« L'Ours », entretien avec l'auteure
Violeta Philippe 125

Transes… Versales
Je ne sais jamais quand commencent les choses… (2e partie)
Patrick Bellet 132

Transes… sur le Net 136

Transes… Scriptions
Comptes-rendus d'ouvrages 137

Transes… Humances
Et si vous partiez vers d'autres rivages pour poursuivre l'expérience ? 143

Désigne un phénomène qui parcourt différentes cultures

Autour d'un point, 1920-1930, de František Kupka (1871-1957)

Christian Martens nous fait découvrir ici un peintre peu connu du grand public, Kupka, pour nous aider maintenant à entrer dans le monde de l'abstraction, ce monde qui invite à la transe.



Christian Martens est médecin allergologue. Il exerce en libéral et à l'Institut Pasteur de Paris. Il préside l'Institut Milton H. Erickson Île-de-France ainsi que la Société française de psycho-allergologie. Il est également doctorant en philosophie et éthique.

Avec Kandinsky pour l'abstraction lyrique, Mondrian et Malevitch pour l'abstraction géométrique, František Kupka (1871-1957) est considéré comme le quatrième père de l'abstraction en peinture, et le premier à avoir présenté ce nouveau style au public.

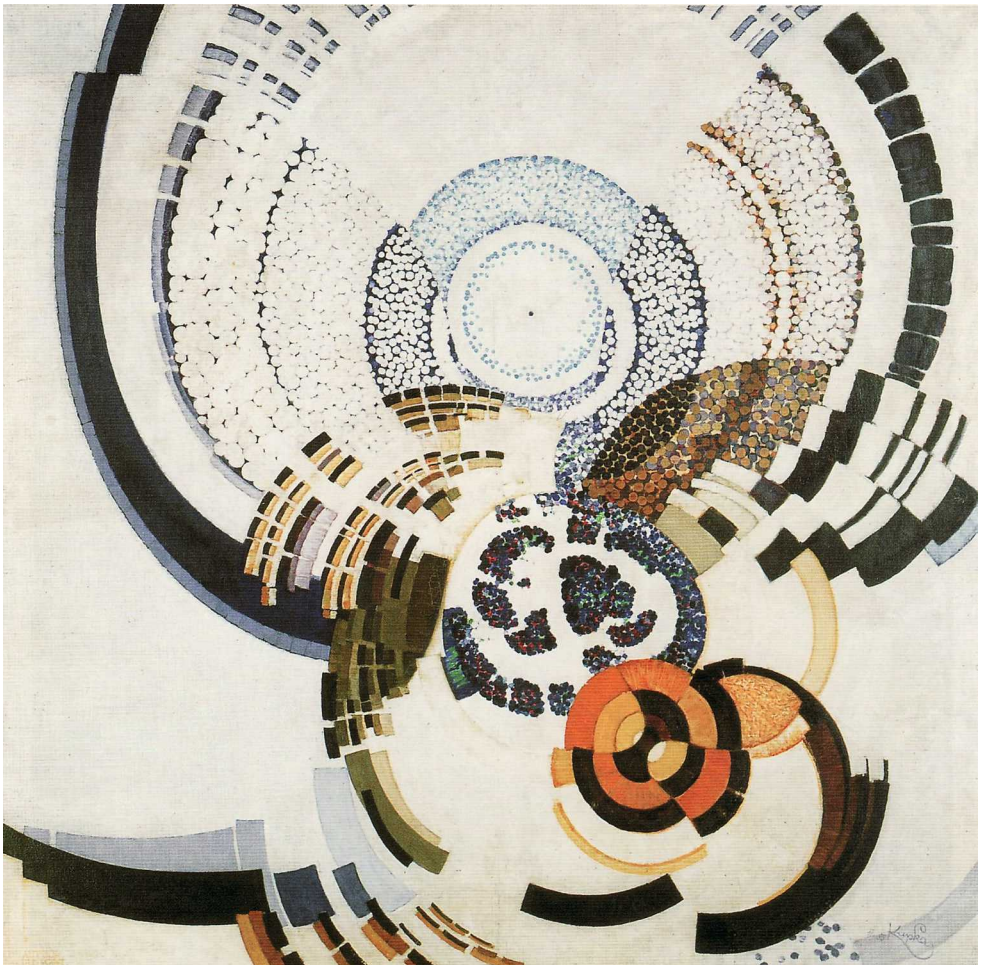
Si vous n'avez pas eu la chance de voir la rétrospective *Kupka pionnier de l'abstraction* consacrée à ce peintre au Grand Palais à Paris, il vous est toujours possible de découvrir une grande partie de ces peintures au Musée National d'Art Moderne à Beaubourg. En particulier, vous y verrez *Autour d'un point*, réalisée de 1920 à 1930 et considérée comme son œuvre la plus aboutie.

Observez une représentation de cette toile, comme celle présentée ici, ou mieux, allez voir cette peinture à Beaubourg, aucune copie ne remplaçant le contact direct avec l'œuvre originale.

Il s'agit d'une huile sur toile monumentale, impressionnante par sa taille, deux mètres par deux mètres, carrée, abstraite, représentant des formes circulaires. Des cercles et des demi-cercles noirs, bleus et ocre, s'entrecroisent dans un mouvement dynamique sur un fond clair à partir d'un point infime situé dans la partie supérieure du tableau. Toute l'architecture de cette toile semble orchestrée par ce point d'où irradient des cercles concentriques.

Observez attentivement cette peinture abstraite quelques minutes, sans chercher à la comprendre, simplement en accueillant les sensations et émotions que l'œuvre produit sur vous.

Il s'agit d'une œuvre abstraite qui ne fait plus référence à aucune représentation de la nature, il n'y a donc rien à comprendre. Alors, laissez-vous aller à la simple contemplation de cette peinture.



Autour d'un point. F Kupka, huile sur toile, 194,5 × 200 cm, Paris, Centre G. Pompidou, Musée national d'art moderne.

L'œuvre abstraite fait appel à l'imagination, elle ne cherche pas à représenter, elle vous invite à la méditation, et suscite en vous sensations et émotions. Détendez-vous et laissez-vous porter par l'œuvre. Laissez-la vous rencontrer, entrer en contact avec vous. Accueillez simplement ce que vous ressentez en regardant ce tableau.

Il s'agit simplement d'accueillir sensations et émotions et de les observer. Observez votre ressenti. Que sentez-vous ? Que ressentez-vous au contact de cette toile ? Regardez et interrogez-vous. Qu'est-ce que *je sens*, qu'est-ce que *je ressens* à la vue de cette toile ?

Quel effet cette toile produit-elle sur moi ? Qu'est-ce que ce tableau me laisse comme impression ? Vous pouvez vous sentir vivant, ouvert, dilaté, et ressentir un sentiment de joie, de liberté. Vous sentir projeté dans un univers inconnu en éprouvant une certaine inquiétude, ou ressentir toute autre sensation ou émotion.

Que cette toile vous laisse une impression de plénitude et de sérénité, ou

qu'elle vous déstabilise, elle ne manque pas de vous interroger.
Il y a quelque chose de mystérieux ou tout du moins d'énigmatique dans ce tableau qui questionne, de sorte que le point dont il s'agit dans ce titre *Autour d'un point* puisse être un point d'interrogation.

« Le point dont il s'agit dans ce titre *Autour d'un point* peut être un point d'interrogation

Cette peinture questionne. Comment percevez-vous l'espace du tableau, la toile représente-t-elle un espace en trois dimensions ou un plan en deux dimensions ? En clair, est-ce plat ou en volume ?
Et comment vous situez-vous par rapport à cette toile ? En regardant la partie supérieure de la toile, vous pouvez avoir le sentiment que le grand cercle se situe en arrière et le reste en avant. Observez le point central, il semble creuser l'espace, en profondeur, et les formations marron orangé saillir en avant.
Vous pouvez percevoir un espace tridimensionnel en plusieurs plans avec des plans superposés qui semblent pouvoir se découper donnant un effet de perspective.
Celui-ci étant renforcé par les dégradés de couleurs et l'alternance entre couleurs froides, et couleurs chaudes, qui génèrent de la profondeur et une atmosphère aérienne.
Que percevez-vous ? Vous pouvez vous sentir aspiré – par l'effet de perspective – à l'intérieur de la toile. Vu de face, vous pouvez avoir l'impression d'une vision macroscopique, voire astronomique de l'espace. De dessus, vous pouvez avoir le sentiment d'une vue microscopique ; l'impression de vous situer dans l'infiniment petit ou l'infiniment grand.
Si par endroits vous pouvez voir une superposition de plans qui se détachent clairement, avec un point central qui semble en arrière, ailleurs, les mêmes cercles semblent s'entrecroiser rendant le découpage de plans indépendants, impossible.
Regardez. Dans la moitié inférieure de la toile, les formations circulaires semblent se chevaucher, empiéter l'une sur l'autre, se croiser, se recouvrir en partie.
Il n'est plus possible de distinguer de superposition de plans, il n'y a plus de perspective, l'espace de représentation semble plat.
Que percevez-vous ?
Le point et les cercles concentriques se situant sur un seul plan, vous pouvez alors percevoir un effet d'onde, comme l'aspect des courbes ondulatoires sinusoïdes à la surface de l'eau. Vous pouvez voir l'onde progresser à partir du centre avec des interférences dans la partie inférieure droite.

Vous pouvez alors percevoir
un rythme dans la toile,
et ressentir une onde vibratoire,
être au contact.

En regardant la toile dans son ensemble, vous pouvez tout aussi bien voir deux plans ou plus, qu'un plan sans perspective. Percevoir les mêmes courbes circulaires se détacher ici sur des plans distincts, pour constituer un espace

à trois dimensions, alors que là, ces mêmes courbes s'entremêlent sur une surface plane à deux dimensions.
Ainsi, percevoir tout à la fois l'espace plat ou en volume, vous situer au contact ou dans l'espace microscopique ou macroscopique, simultanément et alternativement.
De même pour les couleurs, observez les teintes. La dominante sur cette toile est paradoxalement une non-couleur, le blanc, tout comme le noir y est aussi très présent. Puis en quantité viennent le marron et le bleu, l'orange, le vert et quelques touches de violet. Kupka joue, sur cette toile, la carte des oppositions avec le jeu des complémentaires, entre le bleu et l'orange, et avec le marron, couleur tertiaire dominante qui contraste avec toutes les autres.
L'ambiance générale est harmonieuse avec un équilibre entre couleurs froides, comme les bleus, et couleurs chaudes, comme les marrons et l'orange, ce qui peut vous donner une impression de calme et de sérénité avec des couleurs nuancées et un sentiment de gaîté avec une polarité dans la toile, qui est plus chaude en bas et à droite.
De même pour la lumière, qui nous vient du fond, blanche et diffuse avec la même intensité sur la totalité du tableau. Cette clarté peut vous sembler calmante et apaisante… ou vous paraître intense et dynamisante. Kupka utilise tous les registres techniques pour nous offrir une palette d'émotions. De telle sorte que, déstabilisé par l'absence de perspective et par les courbes circulaires ouvertes qui ouvrent à tous les possibles, vous pouvez vous sentir vivant, ouvert, dilaté, ressentir un sentiment de joie, de liberté. Alors que projeté dans un univers inconnu, vous pouvez éprouver une certaine inquiétude, ressentir une certaine sérénité grâce à la lumière diffuse qui vous permet de vous échapper.

> **Kupka utilise tous les registres techniques pour nous offrir une palette d'émotions**

František Kupka, né en Bohème (République Tchèque actuelle) en 1871, passe par Vienne avant d'arriver à Paris, alors que son style évolue du romantisme vers l'abstraction, en passant par le symbolisme. Il s'intéresse aux sciences naturelles, à l'optique, à l'astronomie, à la mécanique, mais également à l'histoire, à l'archéologie, à la philosophie, au spiritisme et à la musique.
Sa quête : les mystères de la vie.
En 1905, Kupka suit des cours de physiologie à la Sorbonne tout en travaillant dans un laboratoire de biologie. Ces connaissances en sciences vont changer progressivement, mais radicalement, son œuvre. Le microscope lui fait accéder à d'autres images de la nature. En optique, il constate des effets de la déformation des formes dans l'eau.
Pour concevoir *Autour d'un point*, cet hymne à la forme circulaire, chargée d'une triple symbolique – ésotérique, cosmique et biologique –, l'examen des quatre études au crayon, à la gouache et à l'aquarelle nous apprend que Kupka a utilisé les motifs symboliques de ses

débuts, à savoir la fleur de lotus, flottant au-dessus d'un miroir d'eau dans *Les Nénuphars ou le commencement de la vie* (1900) et qu'il s'est inspiré de ses études sur le dynamisme des disques colorés (*Disque de Newton. Étude pour Fugue à deux couleurs*, 1911-1912).

Cette œuvre fut exposée pour la première fois au musée du jeu de Paume en 1936, accompagné d'un texte de Kupka :

« L'art, l'habilité de saisir
la nature ?
Savant ! Cinéaste !
L'art de la transfigurer, transposer ?
Ignorants, ignorants. Fous
Art quand même, imaginer, créer.
(Sujet dans l'objet)
Absolu, logique. »

IPNOSIA
Centre de Formation et d'Etude en Hypnose

L'Espace Corporel du patient, un atout dans la pratique de l'hypnose en douleur, psychosomatique...



Un séminaire avec Marie-Anne Jolly
Masseur - kinésithérapeute et hypnothérapeute

• Apprendre à identifier et à observer l'espace corporel du patient, ce qui le rend unique ; ses forces et ses entraves
• Travailler les dissociations du corps et aller vers des réassociations fluides et pérennes
• Améliorer le lien thérapeutique en intégrant l'espace corporel à sa pratique médicale, paramédicale ou psychologique de l'hypnose

Paris, 17 et 18 mai 2019 - Renseignements : ipnosia.fr