

Hypnose et Neuro-Sémantique

© 2019 Denis Bridoux

Lorsqu'en 1933, Alfred Korzybski publia son magnum opus **Science & Sanity** — *Science et Santé Mentale, non encore traduit en français* —, dans lequel il présentait au monde son modèle de la Sémantique Générale, il y accorda une très mauvaise place à l'hypnose, la considérant comme manipulatrice et source d'aliénation au monde réel, à l'opposé pourrait-on dire de sa propre approche. À cette époque, il faut dire que ça pouvait se comprendre. L'hypnose y était très mal comprise, même par ses praticiens, au point d'être interdite de pratique dans certains états des États Unis, car généralement employée à mauvais escient, pratiquée par de nombreux charlatans qui s'en servaient souvent pour enfumer le client et présentée au monde principalement dans des contextes de foire ou de music-hall pour épater la galerie.

Contrairement à l'hypnose, la Sémantique Générale n'était pas une thérapie et n'avait jamais eu vocation de l'être. C'était une méthode d'hygiène de fonctionnement appliquée au monde mental qui cherchait à reconnecter son utilisateur au monde réel au moyen de ses perceptions pour le percevoir tel qu'il est, sans l'intervention intermédiaire de filtres mentaux, afin de pouvoir répondre efficacement et objectivement à ses défis.

À sa mort en 1951, Korzybski avait largement réévalué son opinion sur l'hypnose. Que s'était-il passé entretemps? Entretemps, la seconde guerre mondiale était intervenue. Au cours de celle-ci l'un de ses principaux disciples, l'anthropologue Gregory Bateson, encore lui, par le truchement de sa collègue et épouse Margaret Mead, lui avait fait faire connaissance avec Milton Erickson, le grand hypnothérapeute qui était en train de redonner à l'hypnose ses lettres de noblesse, au cours de colloques multidisciplinaires de travail réunis pour soutenir l'effort de guerre des États-Unis contre le Japon. Par ailleurs, Margaret Mead, qui était une grande amie d'Erickson et de sa famille, était passée maître dans l'art de la suggestion indirecte à un tel point qu'on ne saurait dire à ce jour si c'est elle qui inspira Erickson ou si elle fut inspirée par lui.

Korzybski vit comment celui-ci, en induisant des trances chez ses patients par le biais de communications verbales élaborées, de métaphores et de suggestions indirectes, parvenait paradoxalement à les reconnecter au monde réel, ou tout au moins à une version fonctionnelle de celui-ci, ce qui aboutissait au même résultat. Il avait saisi le postulat important de l'hypnose, prôné par Erickson, que « *Quel que soit le comportement (extérieur/action ou intérieur/réflexion), il existe un contexte dans lequel celui-ci peut être constructif.* » et était en mesure de l'appliquer à l'hypnose elle-même.

Lorsqu'en 1998 la Neuro-Sémantique émergea comme discipline à part entière lors d'un projet pilote que j'avais commandité à L. Michael Hall, Ph.D., qui avait pour but de fusionner la Sémantique Générale et la PNL, la méthodologie et les postulats de base de l'hypnose avaient déjà été intégrée à cette dernière depuis plus de 20 ans, suite à une modélisation de Milton Erickson effectuée dans les années '70 par les développeurs de la PNL.

Lorsqu'on intègre de nouveaux modèles, de nouvelles compréhensions émergent et ce fut le cas ici. Marier ces approches avec son propre modèle des Méta-États, développé en 1994, permit à Michael Hall de comprendre la structure neuro-sémantique des suggestions hypnotiques, qui sont le plus souvent construites par des enchaînements de Méta-États induits en relation les uns par rapport aux autres à différents niveaux de l'esprit, ainsi que la manière dont ces mêmes suggestions guident l'attention du client et de son inconscient pour le faire passer d'un mode limitant à un mode ressourçant de fonctionnement. Cela s'effectue, en autres, au moyen du modèle des *Mind-Lines* — en français, *les Fils Conducteurs de l'Esprit* — que nous présentons dans le 3^{ème} module de notre stage d'initiation à la Neuro-Sémantique et qui explore la structure du *Langage d'Influence*.

Ainsi, grâce à une compréhension Neuro-Sémantique du fonctionnement de l'humain, nous pouvons désormais avoir une perception encore plus fine de la communication hypnotique et de ses subtiles interactions avec l'inconscient de notre client, et des diverses manières de communiquer avec celui-ci afin de le guider toujours plus efficacement.