

HIPPOLYTE BERNHEIM

LE PÈRE DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

(1840-1919)

« Dans l'intention de perfectionner ma technique hypnotique, je me rendis en été 1889 à Nancy où je passai plusieurs semaines...Je fus témoin des expériences étonnantes de Bernheim sur ses patients hospitaliers, et j'en ramenai les impressions les plus prégnantes de la possibilité de processus psychiques puissants... » Freud (*Freud par lui-même* 1925-)

En parcourant les mémoires de Freud, les historiens se demandent jusqu'à ce jour si sa dynamique de l'inconscient ne serait pas née de sa rencontre avec Bernheim. Le jeune Freud qui venait alors d'ouvrir son premier cabinet à Vienne, forgera six ans plus tard son vocable de « *Psychanalyse* ».

Né à Mulhouse en 1840 dans une famille juive alsacienne, l'oeuvre du Professeur Hippolyte Bernheim, brillant scientifique peu connu et l'un des grands pionniers de l'hypnose, ne s'arrête pas à l'incroyable influence qu'il aura sur Freud.

En 1871, Bernheim, alors médecin interne des hôpitaux et maître de conférence quitte Strasbourg pour l'université de Nancy, au sein de laquelle il est élevé au rang de professeur de médecine interne.

Dès 1880, ses recherches sur l'hystérie conduisent Bernheim à s'aventurer sur un terrain mouvant car rejeté par le corps médical : l'hypnose. Pratique interprétée alors de manière fantaisiste, elle tombera entre les mains des charlatans.

En 1882, de sa rencontre décisive avec un médecin et guérisseur par « magnétisme animal »*, Ambroise-Auguste Liebault, que la rumeur tient à tort pour fou, naîtra ce qu'on appellera plus tard la « très avancée » Ecole de Nancy. Bernheim impose dès lors l'hypnose dans son service.

L'Ecole de Nancy aura pour premier mérite de sortir l'hypnose des baraques de foire et de lui donner un statut scientifique. Bernheim sera son chef de file et celui qui contribuera le mieux à la compréhension de l'hypnose.

Soumettant cette pratique à de multiples expériences, Bernheim fera des découvertes sur les aspects inconscients du psychisme, devenant ainsi le premier scientifique à donner une interprétation psychologique de l'hypnose en termes de suggestion. Il se heurtera en cela à un rival de taille : l'éminent Dr Jean Martin Charcot qui règne en maître à Paris, sur la prestigieuse École Neurologique de la Salpêtrière. Brillant neurologue, Charcot ne s'occupant malheureusement que de la physiologie de l'hypnotisé passera à côté des phénomènes psychologiques.

C'est le début d'une longue et célèbre confrontation entre les deux écoles.

Pour Charcot, l'hypnose, qu'il découvre lors d'un spectacle, est un état pathologique rattaché à l'hystérie et que seuls les hystériques sont hypnotisables. Si Charcot est sans conteste une des gloires de la médecine française, ses conclusions hâtives sur l'hystérie et la névrose, par le biais de l'hypnose, soulèveront des critiques et des objections justifiées. Et pour cause : du temps de Charcot, la Salpêtrière devient le rendez-vous mondain du tout-Paris grâce aux présentations quasi-théâtrales de sujets hypnotisés en proie à des crises violentes. Lorsque Charcot, qui ne surveillait pas assez ses expériences, se rend compte de son erreur, il est trop tard. Il décède en 1893 avant d'avoir pu revoir sa position.

Pendant les thèses de Bernheim infirmant formellement celles de la Salpêtrière feront de l'Ecole de Nancy l'école d'hypnologie la plus influente d'Europe.

Pour Bernheim les signes du sommeil hypnotique sont le résultat d'une suggestion modifiant l'état de conscience et non le reflet d'un quelconque état pathologique comme l'avance Charcot ou d'un quelconque fluide magnétique entre l'hypnotiseur et l'hypnotisé comme le prétendent les charlatans. Bernheim démontrera que les procédés utilisés dans l'hypnotisme de la Salpêtrière (aimants, baquets, pression des zones hydrogènes, injection...) qu'il qualifie de techniques illusoires et inutiles, n'agissent pas par eux-mêmes mais par l'idée à laquelle ils sont associés.

Bernheim démystifiera alors l'hypnose avec une idée révolutionnaire : *«Il n'y a pas d'hypnotisme, il n'y a que de la suggestibilité»*.

La suggestibilité est la capacité du cerveau à accepter la suggestion que Bernheim véhiculera par un support naturel : le langage. Ce mécanisme psychophysiologique de transformation de l'idée en acte est avant tout interne au sujet, il introduit ainsi la notion d'*autosuggestion*.

Cette psychologie expérimentale, basée sur l'hypnose et appliquée à la médecine, est baptisée par Bernheim en 1891 du nom de psychothérapie.

Avec la suggestibilité, Bernheim, très en avance sur son temps, explique l'action du psychisme sur l'organisme. Il propose alors son concept d'*idéodynamisme* selon lequel toute idée suggérée peut devenir une sensation, un mouvement ou une émotion. Une fois l'état hypnotique souhaité atteint, Bernheim, qui contrairement à Charcot, hypnotise lui-même ses sujets, suggère au malade, dans un état de veille paradoxal, la disparition de ses maux de tête.

Avec cette suggestion post-hypnotique, Bernheim met ainsi en évidence le phénomène *placebo* (terme créé en 1811) qui fait de lui le pionnier de ce qui deviendra dans les années 30, la médecine *psychosomatique*.

Bernheim décrira plusieurs centaines de cas de patients dont il soulagera les douleurs organiques ou troubles psychiques inconscients par le biais de l'esprit.

La renommée de l'École de Nancy se répand rapidement dans le monde. Bernheim, qui n'avait aucune formation psychiatrique, recevra la visite des plus grands neurologues et psychiatres dont Freud. Les suggestions post-hypnotiques démontreront à ce dernier l'existence de l'inconscient. Séduit et reconnaissant, Freud traduira deux des ouvrages principaux de Bernheim en allemand. Ne maîtrisant pas la technique hypnotique Freud l'abandonne, mais enverra à Bernheim les patients ayant besoin d'une thérapie plus que d'une analyse.

Lors de l'affaire Dreyfus, Bernheim, fervent dreyfusard, fonde un comité de la Ligue des Droits de l'Homme et subira de nombreuses attaques antisémites de plusieurs de ses collègues. Quelques années plus tard, dès 1910, Bernheim tombera curieusement presque complètement dans l'oubli. Las et déçu du soudain silence qui entoure ses théories, il se retire à Paris où il s'éteint en 1919.

Comme tous les génies en avance sur leur temps, Bernheim n'obtiendra gain de cause dans sa bataille contre l'École de la Salpêtrière qu'au cours du 20^{ème} siècle. La science tranchera enfin en faveur de ses thèses, faisant de lui le premier grand psychothérapeute d'Europe du 19^{ème} siècle.

*Ancêtre de l'hypnose, thérapeutique visant à canaliser »l'énergie guérissante« du patient.