

L'HYPNOSE UN CHEMIN SOUS NOTRE PEAU, VERS UN AUTRE SAVOIR

Eliane Corrin

Tous nous possédons un savoir sous notre peau. Ce savoir nous est accessible dans l'immédiateté du ressenti, par le retour au corps à l'écart de nos pensées.

L'hypnose en est le chemin. Elle nous conduit à nous reconnecter à ce savoir qui transite par le corps, savoir à retrouver notre propre capacité à être et se tenir vivant entièrement en notre corps, en notre monde.

Dans la clinique médicale, si nous faisons une place à ce savoir, il nous délocalise et nous décolle de nos épreuves et conflits, et il transforme nos souffrances et nos symptômes.

LA PEAU MÉMOIRE DE NOS PREMIERS RESENTIS ET DE NOS PREMIERS ESPACES

Nous venons au monde baigné dans le toucher, dont le ressenti traverse la perméabilité de notre peau et se fond en la mémoire du corps. C'est cette relation ressentie au monde qui nous donne le sentiment d'être vivant. C'est cette qualité de présence à sentir que l'on sent, conscience d'être entièrement ce que l'on ressent, et donc, d'être irréductiblement ce vivant au monde auquel nous sommes perméable, que nous retrouvons en hypnose dans le savoir du ressenti.

Si notre peau, comme l'affirme Paul Valéry, est notre organe le plus profond, paradoxe pas si facile à porter, c'est que sa surface visible, celle qui touche le monde est perméable et ressent tout ce qui nous a touché. Ce ressenti en tapisse la face profonde comme une doublure sensible, comme une épaisseur de mémoire informelle prise dans l'être que nous sommes. L'épaisseur de cette mémoire comme l'opacité d'une eau profonde nous dépossède de la transparence évoquée par sa surface qui s'offre toute visible à notre regard. Au contraire, elle rappelle les profondeurs des deux mondes que cette surface sépare et unit simultanément, tout en donnant l'illusion qu'elle permettrait de capter l'un ou l'autre. Notre peau demeure enchaînée à l'intimité des ressentis qui se déposent à l'ombre de sa surface. Elle imprime son paradoxe sur sa visibilité reflétant l'impermanence de notre image à notre corps, tout en recouvrant et occultant l'éternelle obscurité de notre histoire collée dans sa doublure.

Notre peau porte le savoir de notre inconnaissance, elle porte notre mémoire de l'insu. Elle est l'une des étapes du ressenti qui permet de contacter la présence de notre incontournable insuffisance, tout en vivant pleinement notre continuité à être ce vivant même. Cette insuffisance à témoigner de notre humanité en notre corps est un décalage essentiel porté par le vivant de tout humain. Ce décalage parfois perçu comme un manque, une absence mutilante, impose des réactions défensives de vigilance extrême qui, si elles se répètent, conditionnent nos comportements et nos fonctions corporelles et produisent ainsi des symptômes. Ressentir ce décalage, ressentir l'absence et la disparition (en soi, de soi ou d'un être cher, de situations perdues) nous empêche de disparaître.

L'hypnose nous permet de contacter ce décalage ainsi que tout autre menace redoutée et paradoxalement, ce face-à-face ressenti apaise notre corps, comme s'il y avait en nous un réel espace en soi où nous saurions être intact et présent, lucide et proche de toutes les circonstances de notre existence. L'hypnose nous place dans cet espace en soi toujours présent où tout tient, alors même que tout s'écroule autour de nous...