

TV : « Les Fabuleux pouvoirs de l'hypnose »

Notre choix du soir. Traitement de la douleur, des phobies... la médecine a de plus en plus recours à cette pratique autrefois condamnée (sur Arte à 22 h 25).

LE MONDE | 16.09.2017 à 18h00 | Par Camille Langlade

DOCUMENTAIRE
SUR ARTE
À 22 H 25

Tour à tour adulée puis critiquée, l'hypnose revient depuis quelques années sur le devant de la scène médicale et scientifique. Loin de se résumer à un show de l'hypnotiseur québécois Messmer, elle est devenue un véritable agent thérapeutique.

Combattant idées reçues et préjugés qui l'entourent encore, Thierry Berrod et Pierre-François Gaudry décortiquent cette pratique, jadis sulfureuse, et énoncent certaines de ses vertus. Au travers d'entretiens d'experts, les deux auteurs cherchent d'abord à expliquer le processus scientifique. Grâce à l'imagerie cérébrale, les chercheurs étudient les mécanismes de l'esprit qui amènent à cet état de semi-conscience.

« Notre cerveau voit ce qu'il croit », explique le docteur David Spiegel, de l'université américaine Stanford. Autrement dit, notre perception sensorielle se retrouve modifiée par les suggestions de l'hypnotiseur.

Afin de mieux l'appréhender, notamment dans son utilisation médicale, Thierry Berrod et Pierre-François Gaudry nous plongent au cœur du CHU de Liège, en Belgique, où les praticiens ont recours à l'hypnosédation qui combine anesthésie locale et hypnose.



Le professeur David Spiegel, de l'université de Stanford, mesure la sensibilité à l'hypnose d'un volontaire. STÉPHANE GRANZOTTO/MONA LISA PRODUCTIONS

C'est dans cet hôpital que Marie-Elisabeth Faymonville, anesthésiste-réanimatrice, a été la première à relancer l'utilisation de l'hypnose en anesthésie moderne, en 1992. On assiste d'ailleurs à l'une de ces opérations à conscience ouverte. Pour échapper à la douleur, aussi bien physique que psychologique, exit les solutions médicamenteuses. Fermer les yeux et créer des images mentales pour oublier la réalité environnante : voilà un exercice que les patients peuvent refaire chez eux.

En agissant sur les zones de notre cerveau qui crée la douleur, l'hypnose peut alors fortement la réduire. Plus étonnant encore, le spectateur néophyte découvrira les bienfaits psychiques d'une telle pratique : arrêter de fumer, améliorer ses performances sportives ou encore maigrir.

Si les explications des spécialistes peuvent parfois paraître absconses, les auteurs s'attachent à illustrer leurs propos par des saynètes amusantes, extraites de films ou de publicité. Ainsi aident-ils à mieux comprendre ce phénomène cérébral complexe, sans nous laisser sombrer dans un état second.

Les Fabuleux pouvoirs de l'hypnose, Thierry Berrod et Pierre-François Gaudry (Fr., 2017, 52 min).