CHAPITRE XIII

LES SUGGESTIBILITÉS

Avant d'aborder l'étude des suggestions hypnotiques, nous devons dire un mot des suggestibilités.

Comme nous le verrons plus loin, la suggestion est, d'après Bernheim, l'acte par lequel une idée est introduite dans le cerveau et acceptée par lui ; elle implique deux facteurs : l'impression première, le *germe*, et l'élaboratfon de cette impression le *terrain psychique*.

Cette définition est la meilleure qui ait été donnée jusqu'à présent, elle montre clairement l'étendue presque infinie du domaine de la suggestion ; il y a suggestion chaque fois qu'une idée est introduite dans le cerveau et acceptée par lui, que cette idée soit émise par un être humain ou qu'elle résulte d'une impression extérieure quelconque. L'enfant qui obéit à ses parents, l'élève qui écoute sa leçon, l'ami qui suit un conseil, se laissent suggérer ; le malade qui s'imagine qu'un grand appareil électrique doit lui faire plus de

(1) Bernheim. *Hypnotisme, suggestion, psychothérapie* (Paris, 1891).

bien qu'une machine plus simple quoique bien construite, celui qui guérit par le transfert à l'aide des aimants, celui qui, à la suite d'une contusion, est atteint de paralysie psychique du membre atteint, sont encore en état de suggestion.

Ainsi comprise, la suggestion fait partie de notre vie journalière, c'est elle qui donne lieu à la plupart de nos actes et de nos sensations.

Mais la suggestion ne se réalise pas aussi facilement ni dans les mêmes conditions chez les différents individus ; de même que dix individns exposés à un même refroidissement réagiront différemment en ce sens que l'un aura une pneumonie, un autre une amygdalite, un troisième une bronchite, un quatrième une polynévrite, etc., suivant leur tempérament et leur prédisposition et que d'autres n'auront rien ; de même dix individus, soumis à une même suggestion, présenteront des phénomènes différents : l'un l'acceptera complètement, un autre en partie, un troisième la transformera, un quatrième la refusera, etc., suivant leur état psychique.

De même qu'en médecine, à côté de la cause occasionnelle ou du microbe, il y a l'état organique et qu'il faut, pour donner lieu à l'éclosion des maladies, un certain état de rapport entre ces deux éléments, de même en psychologie, à côté de l'idée et de l'impression introduites dans le cerveau, il y a l'état psychique, et il faut, pour que la suggestion se produise, un état de rapport analogue entre ces deux éléments.

Dans les deux cas, à côté du *germe*, il y a le *terrain*. La *suggestibilité* qui n'est en somme que la faculté de se laisser suggestionner, variera donc considérablement suivant la *nature* du terrain psychique, absolument comme la morbidité varie extrêmement suivant la nature du terrain organique.

En médecine comme en psychologie, on a d'abord accordé trop d'importance au germe : en médecine, on a étudié à fond la cause des maladies et particulièrement les agents étiologiques infectieux, on en est arrivé à déterminer les moindres détails concernant la vie et le mode de propagation des microbes, on a retrouvé des agents pathogènes dans

l'air que nous respirons dans des aliments et des boissons que nous ingérons, à tel point que l'on aurait pu être poursuivi par une véritable microphobie ; et ce n'est que plus tard que l'on a rendu au terrain organique toute l'importance qui lui revient et que l'on s'est aperçu que le microbe n'est rien, si l'organisme dans lequel il est introduit n'est pas prédisposé à le recevoir.

De même, en psychologie, sous l'influence des travaux de Liébault, Bernheim, etc., la question de la suggestion a été envisagée surtout en ce qui concerne son germe ; on a recherché avec soin les conditions dans lesquelles il est possible de suggestionner le sujet, on a décrit avec soin les diverses manières de l'automatiser, on a classé les suggestions, on en a fait des tipes, et ce n'est que très récemment que l'on a attribué au terrain psychique un rôle capital et que l'on a insisté sur ce fait que la suggestion en elle-même n'est rien, si l'organisme dans lequel elle est introduite n'est pas prédisposé à le recevoir.

Un des grands mérites des travaux inspirés par les savants de Nancy, et particulièrement par mon maître Bernheim, c'est d'avoir appelé l'attention sur le terrain psychique sans lequel la suggestibilité est incompréhensible et vague.

Comme je l'ai dit plus haut, la suggestibilité ou facilité plus ou moins grande de se laisser suggestionner, prédisposition plus ou moins marquée à faire éclore le germe constitué par l'impression, dépend avant tout du terrain psychique.

Ce terrain psychique varie considérablement, suivant les individus ; et ce n'est même pas assez que de le comparer au terrain organique, car les variations intellectuelles des individus sont bien plus grandes que les variations organiques.

La suggestion étant l'acte par lequel une idée est introduite dans le cerveau et *acceptée par lui*, toute l'importance du terrain psychique consistera, au point de vue qui nous occupe, en une plus ou moins grande *impressionnabilité* et en une plus ou moins grande *force* de *résistance*, à accepter l'idée imposée.

L'individu normal, qui n'est peut-être qu'un idéal au point de vue intellectuel aussi bien qu'au point de vue organique, possédera toujours une force de résistance supérieure à son impressionnabilité ; son intelligence dominera ses sens et il n'acceptera l'idée suggérée que si son intellectualité, après mûre réflexion, lui conseille de l'accepter. Il examinera froidement et impartialement l'idée qu'on veut lui imposer et celui qui agit comme suggestionneur n'a aucun pouvoir direct sur lui ; son seul guide sera son jugement.

Si donc nous représentons par I son impressionnabilité, par R sa puissance de résistance aux suggestions, nous pourrons dire que chez lui :

$$I : R = 2 : 4$$

Mais cet être idéal est rare ; le plus souvent on rencontrera des sujets dont l'intellectualité dominera moins fortement l'impressionnabilité et chez lesquels la suggestibilité sera plus prononcée ; leur formule sera alors :

$$I : R = 2 : 3$$

ou bien encore :

$$I : R = 2 : 2$$

Dans ces deux cas encore, la force de résistance est suffisante pour empêcher l'acceptation de suggestions dont les conséquences pourraient être graves ; mais la diminution de la force de résistance, et par suite la prépondérance plus marquée de la suggestibilité, permettent les suggestions moins sérieuses ; ces individus n'accepteront pas les suggestions qui pourraient porter atteinte à leur position, à leur honneur, à leur santé, à leur avenir, aux personnes qui leur sont chères, mais ils accepteront celles qui, sans menacer fortement leur personnalité ou leur famille, constituent cependant des fautes qu'ils n'auraient sans doute pas commises sans une influence étrangère.

J'ai connu le cas d'un soldat qui, en rapport avec des camarades peu recommandables, refusa énergiquement et à différentes reprises, de déserter et de voler malgré les instances

de ses amis, et cependant ce soldat se laissait souvent entraîner à boire et à rentrer après l'heure réglementaire, quitte à regretter et à expier sa faute ensuite. Il résistait parfaitement aux suggestions dont les conséquences pouvaient être graves, mais il ne possédait pas une force de résistance suffisante pour triompher des suggestions moins sérieuses.

De même que nous devons considérer comme appartenant à l'état normal les cas où la force de résistance est diminuée dans des proportions restreintes, de même nous pouvons rattacher à l'état physiologique les cas dans lesquels l'impressionnabilité est légèrement augmentée :

$$I : R = 3 : 4$$
$$I : R = 4 : 4$$

Ces deux formules, qui indiquent une augmentation notable de l'impressionnabilité, donneront lieu à une suggestibilité plus intense ; mais, tandis que dans les deux cas précédents, l'individu accepte les suggestions par manque de résistance, par mollesse, sans qu'il soit nécessaire de faire vibrer chez lui une corde sensible ; dans des cas actuels, ils ne seront susceptibles de se laisser influencer que si leur émotivité est en jeu. Le soldat qui refusait de déserter et qui cependant se laissait entraîner à l'ivrognerie et à la débauche par manque de résistance, par indifférence, n'exigeait pas pour cela que ses camarades agissent sur son émotivité, sur sa sensualité ; il pouvait n'être, par lui-même, ni ivrogne, ni débauché. Dans le cas présent, si, au lieu d'une diminution de R, il présente une augmentation de I, ses camarades devront, pour l'entraîner, faire vibrer sa corde sensible, lui représenter les plaisirs du cabaret et des mauvais lieux et réveiller en lui ses instincts sensuels.

Mais ces cinq formules, *évidemment schématiques*, ne suffisent pas à caractériser les divers types de suggestibilité que nous observons journellement. Un grand nombre d'individus présentent une suggestibilité beaucoup plus prononcée, soit que leur force de résistance R soit encore plus faible, soit que leur impressionnabilité soit plus forte. Et si notre première

formule peut être considérée comme exceptionnelle, et que, par suite, les quatre autres peuvent encore être considérées comme physiologiques sous peine de devoir admettre, ce qui n'est peut-être pas une erreur, que, presque tous, nous appartenons à des types pathologiques, je crois cependant pouvoir dire que les formules qui vont suivre sont bien réellement du ressort de la pathologie.

Ici la formule pourra varier suivant que le facteur R sera diminué ou que le facteur I sera augmenté.

Lorsque la force de résistance aux suggestions R est simplement diminuée, sans pour cela que l'impressionnabilité soit augmentée, ce qui se rencontre chez certains esprits faibles, qui ne sont pas pour cela des émotionnels, la formule sera :

I : R = 2 : 1
I : R = 2 : 0

Ce sont ces pâtes molles, ces indifférents, ces esprits flasques, indécis, que l'on conduit « par le bout du nez », selon l'expression populaire. Ils ne se donnent pour ainsi dire pas la peine de contrôler les suggestions qu'on leur fait, ils les exécutent presque automatiquement, inconsciemment, leur irresponsabilité est manifeste.

Ils se feront complices d'un crime pour contenter un camarade, ils compromettront leur honneur et celui de leur famille sans s'émouvoir, sans en comprendre momentanément la portée.

Telle Gabrielle Fenayrou, jeune femme bonne et douce qui, sur les conseils de son mari, donne rendez-vous à son amant dans le but de le faire assassiner.

Elle y va, *chemin faisant elle entre prier à la Madeleine*, puis, *froidement*, elle conduit l'homme qu'elle a aimé à son mari qui l'assassine !

Lorsque l'impressionnabilité I augmente, bien que la force de résistance R reste normale, ce qui existe souvent dans les états névrosiques et psychiques, la formule pourra être (en prenant comme idéal la formule de l'homme normal I : R = 2 : 4) :

I : R = 5 ou 6 : 4
I : R = 7 ou 8 : 4

Ce ne sont plus ici ces pâtes molles qui obéissent par indifférence, par indécision ; ce sont des êtres nerveux, impressionnables, qui sont victimes de leur émotivité, de leur impressionnabilité. Ce n'est plus sans contrôle qu'ils obéissent aux suggestions, leur résistance existe, ils peuvent lutter, mais le combat est généralement de courte durée, bientôt leur raison est étouffée par leur émotivité, et, bien que le mécanisme de leur suggestibilité exagérée soit tout différent de celui que nous venons d'examiner, le résultat est le même : les suggestions s'exécutent et leur irresponsabilité est indéniable.

Ils commettront un acte profondément repréhensible non plus par indifférence, mais parce qu'ils le croient nécessaire et utile, comme on le leur a affirmé. Tels ces anarchistes violents qui s'imaginent qu'en provoquant une catastrophe, ils commettent un acte moral.

Ils seraient incapables de commettre un crime vulgaire qu'on leur aurait suggéré sans agir sur leur impressionnabilité ; ils y résisteraient, le contrôle, la résistance existent chez eux. Mais ils cèdent aussitôt que leur impressionnabilité entre en jeu, ils sont vivement frappés par les discours et les théories anarchistes et ils finissent par croire qu'en accomplissant leurs forfaits, ils se sacrifient comme des martyrs dans l'intérêt de l'humanité.

Entre ces deux types de suggestibles pathologiques, il y a évidemment des transitions et des combinaisons infinies ; un grand nombre de sujets présentent en même temps une altération des deux facteurs I et R.

C'est ainsi que l'on pourra observer fréquemment les formules suivantes :

I : R = 6 : 3
I : R = 6 : 2
I : R = 6 : 1

$$I : R = 6 : 0$$
$$I : R = 8 : 3$$
$$I : R = 8 : 2$$
$$I : R = 8 : 1$$
$$I : R = 8 : 0$$

etc., etc.

Plus l'impressionnabilité I augmente, plus la résistance aux suggestions R diminue, plus aussi la suggestibilité sera grande ; la formule, si variable dans ces cas, peut même atteindre l'extrême I : R = 8 : 8, c'est-à-dire que l'impressionnabilité étant quatre fois plus forte, la résistance annihilée, le sujet obéira aveuglément aux suggestions et représentera le type de l'automate parfait.

Cet état automatique complet peut se rencontrer dans certaines maladies organiques ou fonctionnelles du cerveau et faire du malade une véritable machine.

Tout ce que nous venons de dire se rapporte à l'étude de la suggestibilité à l'état de veille ; bien qu'il soit très difficile de différencier la part qui revient à la physiologie de celle qui appartient à la pathologie, des transitions insensibles existant entre ces deux états, nous avons schématisé les suggestibilités et nous nous sommes efforcés d'établir qu'il y a deux grandes classes de suggestibilités dont les formules sont très différentes : les suggestibilités physiologiques et les suggestibilités pathologiques.

Si maintenant nous envisageons la suggestibilité hypnotique, en donnant au terme hypnose son sens le plus large et en groupant sur ce nom tous ces états variables en intensité, depuis la simple somnolence jusqu'au somnambulisme le plus profond, nous voyons que cette suggestibilité varie dans des proportions aussi grandes que la suggestibilité à l'état de veille.

Tout le monde admet aujourd'hui, et je développerai ce sujet plus loin, que Brouardel, Liébault et Liégeois ont tous trois raison lorsqu'ils affirment : le premier que les *somnambules n'exécutent que les suggestions qui leur sont agréables* ; le second, qu'ils *vont à leur but comme la pierre qui roule* ; le troisième, qu'ils *sont comme le bâton dans la main du voyageur*.

Nous savons tous que grâce à l'hypnose, nous pouvons transformer certains sujets en de véritables automates et que d'autres offrent une résistance invincible aux suggestions les plus simples ; nous savons aussi qu'entre ces deux extrêmes, il existe une infinité de suggestibilités intermédiaires formant une chaîne ininterrompue.

D'autre pari, il est incontestable que la suggestibilité hypnotique n'est pas toujours en rapport avec la suggestibilité à l'état de veille ; et s'il est vrai, dans la plupart des cas, que les individus très suggestibles à l'état de veille deviennent plus suggestibles encore en état d'hypnose, il n'en est pas moins certain qu'un grand nombre de sujets, dont la suggestibilité à l'état de veille est normale et répond aux formules mentionnées plus haut, présentent, pendant le sommeil provoqué, une exagération de suggestibilité pouvant aller jusqu'à l'automatisme complet.

Ce sont là des faits indubitables que j'ai maintes fois vérifiés.

Par quel mécanisme cette hyper-suggestibilité se produit-elle ?

Il paraît vraisemblable que le pouvoir de résistance aux suggestions appartient au centre psychique supérieur et que plus ce centre est paralysé, plus cette résistance s'affaiblit. D'autre part, il semble logique d'admettre que l'impressionnabilité est avant tout, une fonction des centres inférieurs, dont le centre psychique supérieur est chargé de modérer le retentissement.

Or, l'hypnose consiste, d'après nous, en une annihilation plus ou moins profonde du centre psychique supérieur ; il en résulte donc que cet état augmente doublement la suggestibilité en diminuant la résistance et en augmentant l'impressionnabilité.

On comprend ainsi pourquoi la suggestibilité croît, en *général*, avec le degré de profondeur du sommeil, et pourquoi, dans les états superficiels de l'hypnose, ceux que j'ai appelés

somnambuloïdes (1) et qui se caractérisent par la conservation de la conscience et de la sensibilité, ainsi que par le souvenir au réveil, on ne peut, le plus souvent réaliser que des suggestions élémentaires peu conséquentes, tandis qu'au contraire, dans les états *somnambuliques* véritables, qui se caractérisent par la perte de la conscience et de la sensibilité, on peut souvent produire les suggestions les plus complexes et les plus criminelles.

En considérant comme normales les formules les plus voisines de l'idéale, I : R = 2 : 4, nous aurons, pour les cas de suggestibilité hypnotique, dans lesquels les deux éléments I et R sont simultanément atteints, toutes les variétés mentionnées plus haut, dans lesquelles l'élément I oscille de 4 à 8 et l'élément R de 4 à 8.

Les formules moyennes signalées tantôt se retrouveront ici et l'on pourra avoir :

I : R = 6 : 3
I : R = 6 : 2
I : R = 6 : 1
I : R = 6 : 0
I : R = 8 : 3
I : R = 8 : 2
I : R = 8 : 1
I : R = 8 : 0

Dans ce que nous venons de dire concernant la suggestibilité hypnotique, nous avons, à différentes reprises, intercalé les mots : en général, le plus souvent, généralement, etc. Ces restrictions s'imposent, car tous les sujets ne répondent pas aux formules que nous venons de mentionner. Il en est qui sont, il est vrai, l'exception, mais qui n'en existent pas moins, chez lesquels la suggestibilité ne croit pas en raison de la profondeur de l'hypnose, c'est-à-dire en raison de l'annihilation du centre psychique supérieur. Ces individus appartiennent à deux catégories : ou bien leur suggestibilité est beaucoup *plus*

(1) Voir Crocq fils. *L'Hypnotisme scientifique* (Paris. 1898. p. 253).

forte qu'elle ne devrait l'être, en raison de l'état superficiel d'hypnose qu'ils présentent, ou bien leur suggestibilité est beaucoup *moins* accentuée qu'on ne serait en droit de le croire en se basant sur la profondeur de leur sommeil. Chez les premiers, on constate un état *somnambuloïde* manifeste, avec conservation de la conscience, de la sensibilité et souvenir ou réveil et cependant on les voit obéir automatiquement ou à peu près ; chez les seconds, on observe un état *somnambulique* véritable, avec perte de la conscience, de la sensibilité, amnésie au réveil. et pourtant ils refusent d'exécuter les suggestions qui leur déplaisent!

Ces faits, qui semblent inexplicables *à priori*, sont cependant bien faciles à comprendre et ils n'infirment nullement notre schématisation première. Dans les cas où on observe une hyper-suggestibilité non en rapport avec le degré d'annihilation du centre psychique supérieur, c'est que la formule ordinaire, de l'état de veille n'était pas normale. Si, par exemple, nous prenons, un individu dont la suggestibilité à l'état de veille est modifiée par une hyper-impressionnabilité, par une hypo-résistance, ou par une combinaison de ces deux facteurs, il est évident que l'hypnose, qui, comme nous l'avons vu, provoque une altération simultanée de I et de R, donnera lieu à une suggestibilité de beaucoup plus accentuée que celle que l'on aurait pu prévoir en se basant sur la dissociation des centres nerveux que provoque habituellement un état donné d'hypnose.

Si un individu dont la formule habituelle est I : R = 6 : 2, est mis en état somnambulique léger, sa formule pourra aussitôt tomber à I : R = 8 : 0 et le transformer en un automate parfait.

Lorsque l'on rencontre une hyper-suggestibilité, contrastant avec un état somnambulique profond, l'explication n'est pas plus difficile.

Si, en effet, les centres psychiques inférieurs agissent automatiquement, et même intelligemment, c'est non seulement parce qu'ils sont réflexes, mais encore parce qu'ils ont été primitivement éduqués par le centre psychique supérieur. Celui-ci dont le rôle est de contrôler les premiers, peut, à la

longue, habituer ceux-ci à résister à certaines impressions ; il peut ainsi créer véritablement dans les centres automatiques un centre secondaire de contrôle et de résistance et même à empêcher une hyper-impressionnabilité trop marquée. Certes, celui qui est à même de se faire cette auto-éducation, possède une formule ordinaire se rapprochant fort de la formule idéale ; sa suggestibilité sera, par exemple, représentée par I : R = 2 : 3 ou = 3 : 4. Sous l'influence du samnambulisme profond, cette formule qui est un centre, se transformerait profondément et donnerait lieu à une suggestibilité très marquée, se modifiera à peine, grâce à l'existence de la résistance devenue automatique; elle deviendra par exemple I : R = 3 : 3 ou = 4 : 4 et le sujet restera parfaitement libre de n'exécuter que les suggestions qui lui conviennent, grâce à sa résistance éducative et automatique, et malgré l'annihilation complète du contrôleur principal, le centre psychique supérieur. Et il n'est pas difficile de mettre en lumière la nature automatique de cette résistance aux suggestions; j'ai rapporté le cas d'une jeune fille honnête qui, en somnambulisme profond, refusait obstinément, malgré les suggestions les plus énergiques, de lâcher son jupon qu'elle tenait des deux mains au niveau de la taille, pour ne pas être en chemise ; mais si, au lieu de lui dire « sortez votre jupon », on lui disait « ouvrez les mains », elle obéissait et le jupon tombait ».

Une autre, également en état d'hypnose profonde, refusait énergiquement de signer un bon de 500 francs lorsqu'on lui disait « signez ce bon de 500 francs », mais elle obéissait aussitôt lorsqu'on lui ordonnait tout simplement de signer sans lui dire ce qu'elle devait approuver.

Cette résistance est manifestement automatique, elle n'est pas raisonnée et ces sujets exécutent les suggestions *dans l'ordre verbal desquelles rien ne blesse leurs sentiments habituels*, tandis qu'ils refusent d'accepter celles qui sont en contradiction avec leur manière de réagir dans les conditions ordinaires de la vie.

C'est ici que vient se placer toute cette catégorie d'individus, signalés par Bernheim, auxquels la suggestion hypnotique ne peut faire accepter des suggestions criminelles.

Nous avons ainsi parcouru successivement les différentes

variétés de suggestibilités que nous avons classées en : normales, pathologiques et hypnotiques. Nous avons vu que la suggestibilité hypnotique diffère de chacune des deux autres, mais que cependant elle tient de l'une et de l'autre : dans les états hypnotiques, en effet, on rencontre une suggestibilité excessivement variable qui peut n'être pas plus accentuée qu'à l'état normal et qui peut, d'autre part, être aussi forte que dans les états pathologiques les plus caractérisés. Nous avons vu des sujets n'obéissant pas aux suggestions qui leur conviennent (I : R = 2 : 3 ou = 3 : 4), et des sujets dont l'automatisme est absolu (I : R = 8 : 0); entre ces deux extrêmes, nous avons trouvé toute une série ininterrompue d'états de suggestibilités expliquant les diverses manières de réagir des hypnotisés.

Il ressort de là que, si, ainsi que le veulent Delbœuf et Bernheim, il n'y a pas d'hypnotisme, des états variables de suggestibilités existant seuls, nous ne pouvons comprendre comment un individu, dont la formule habituelle est I : R = 2 : 3, puisse subitement se transformer en un automate complet et voir sa formule devenir I : R = 8 : 0, par exemple.

Or, ces cas existent indubitablement : on rencontre assez souvent des sujets dont la suggestibilité à l'état de veille est très minime et que l'on peut transformer, par le somnambulisme profond, en de véritables machines.

En niant l'hypnose et en la remplaçant par l'unique suggestibilité, on doit fatalement arriver à cette conclusion que l'automatisme somnambulique sera toujours en rapport avec la suggestibilité à l'état de veille ; l'hypnose ne dépendant elle-même que de la suggestibilité du sujet, non seulement le sommeil provoqué devra être en rapport avec la formule habituelle de ce sujet, mais encore la suggestibilité hypnotique de ce dernier ne pourra varier qu'en raison de cette même formule.

Un individu, par exemple, dont la formule ordinaire est I : R = 2 : 4, ne pourra présenter qu'une hypnose légère et ne pourra réaliser que les suggestions qui lui sont agréables, tandis que celui dont la formule est I : R = 6 : 0, pourra devenir un vrai somnambule et obéira aux suggestions les plus criminelles.

Or, il arrive, au contraire, que cet individu, dont la formule habituelle est très voisine de la formule idéale, présente, en état de somnambulisme profond, une suggestibilité représentée par I : R = 8 : O. D'ailleurs, si l'on admet que l'hypnose n'est elle-même qu'une *manifestation* de la suggestibilité, il faut croire que ceux seuls qui possédaient à l'état de veille une hyper-suggestibilité très accentuée, sont susceptibles de présenter un état profond d'hypnose. Or, nous avons vu que cette hyper-suggestibilité, dépendant d'une altération du rapport physiologique existant entre I et R, appartient à la pathologie ; il faudrait donc en conclure que la sensibilité à l'hypnotisme, peu marquée chez les individus normaux, grandit au contraire avec le degré plus ou moins accentué de nervosisme et de maladie. Cette hypothèse nous ramènerait aux vieilles théories de la Salpêtrière, elle nous ferait considérer le sommeil hypnotique comme un état pathologique ne pouvant se montrer que chez les névrosés. Qui oserait encore actuellement soutenir une telle assertion, alors que l'on constate journellement que les névrosés sont le plus souvent moins faciles à hypnotiser que les individus ordinaires?

Et cependant leur suggestibilité est le plus souvent exaltée! Si donc le sujet hypnotisé n'a que « l'illusion du sommeil » par suggestion, comme le dit Bernheim, pourquoi le névrosé éminemment suggestible à l'état de veille, refuse-t-il la suggestion du sommeil, alors qu'il accepte d'autres suggestions autrement complexes et autrement sérieuses au point de vue moral?

Pourquoi? C'est bien simple: parce que l'hypnose consiste essentiellement, ainsi que nous l'avons déjà dit, en une dissociation fonctionnelle des centres nerveux aboutissant à une annihilation plus ou moins forte du centre psychique supérieur et conscient. Cette action inhibitoire se produit grâce à une véritable *distraction* de ce centre ; pour provoquer l'hypnose, il faut *fixer l'attention* du sujet sur une idée, absolument comme pour se mettre dans l'état d'auto-hypnose, nécessaire à la réussite des séances spirites, il faut concentrer toute son attention et ne penser qu'aux phénomènes qui doivent se produire, absolument encore comme le cumberlandisme ne peut réussir qu'à

condition que le sujet soit complètement absorbé par l'idée de l'acte que doit exécuter le soi-disant divinateur de pensée.

Dans toutes ces circonstances, on doit produire la dissociation des centres nerveux, annihiler l'action du centre supérieur et conscient, et laisser le champ libre au fonctionnement cérébral automatique. C'est pourquoi les sujets les plus sensibles à l'hypnotisme sont aussi ceux qui réalisent le mieux les expériences spirites et qui conduisent le mieux Cumberland et ses imitateurs.

Toutes les méthodes préconisées pour provoquer le sommeil hypnotique ont pour but de *fixer l'attention* du sujet, de *frapper son imagination* et de *distraire* le centre psychique supérieur.

Or, chez les névrosés, l'attention ne peut le plus souvent être fixée longtemps ou fortement, des idées contradictoires traversent continuellement leur esprit, leur imagination voyage continuellement, on ne peut suffisamment fixer leur attention pour *distraire* le centre psychique supérieur, pour le séparer des centres automatiques et pour permettre à l'hypnose de se produire. Voilà comment ce fait, en apparence paradoxal, que les névrosés très suggestibles à l'état de veille sont souvent très difficiles à hypnotiser, peut s'expliquer logiquement.

Il n'en est pas moins vrai que ce fait est en opposition avec la doctrine de Bernheim qui considère l'hypnotisme comme un pur fantôme résultant, tout comme la catalepsie, la léthargie etc., uniquement de la suggestion.