

Stéphane Ottin Pecchio

Article paru dans la revue Hypnose & Thérapies Brèves N° 64 Février 2022.

TITRE

États de conscience de l'hypnose musicale à l'hypnose artistique

BIOGRAPHIE

Stéphane Ottin Pecchio, rhumatologue et pianiste a été l'événement spécial du congrès mondial de Montréal en août 2018 et sera au piano lors du 12ème Forum de la Cfhtb en mai 2022 à Luxembourg.

TEXTE

Comment analyser les états de conscience hypnotiques du point de vue du musicien ou de l'auditeur dans différentes situations liées à la transe musicale? concert classique ou concert-thérapie, séance individuelle ou auto-hypnose. L'Art, quelle que soit la technique qu'il investit, est au centre de l'acte thérapeutique. L'art, et surtout la musique qui fait vibrer l'ensemble du corps, nous met au contact d'une dimension qui nous dépasse.

Hypnose et interprétation de l'œuvre musicale

Pour l'artiste classique, l'inspiration crée une expansion de conscience (vers le positif et le négatif) mais le curseur est plus proche du contrôle que de la dissociation : l'hypervigilance prédomine, imposée par la reproduction précise de la partition.

A propos des artistes jouant en concert en état d'auto-hypnose (hypnose artistique), P.Y. Courtis corniste d'orchestre formé à l'hypnose écrit : « Un lâcher prise total ? il faut faire fonctionner l'instrument... Se mettre dans un état hypnotique tel qu'on le conçoit dans l'hypnose clinique me paraît difficile à cause du relâchement musculaire » (1).

Autre situation : accompagnée sur scène par l'auteur, la pianiste T. Dussaut connaît un net état dissociatif (7) : « La partition ne demandait qu'un minimum d'attention, j'aurais pu faire quelque chose en même temps comme regarder ailleurs. La concentration était moins mentale que dans tout le corps. L'œuvre était comme ma propre respiration. C'était agréable, exaltant, comme en une clairière ensoleillée...».

Induit en hypnose par Philippe Rayet, le pianiste J.B.Pinault atteint des niveaux de transe plus profonds qu'en auto-hypnose (8). Il improvise en effet dans le style de Bach, Chopin... sur l'ordre de l'hypnothérapeute comme s'il se connectait à leurs univers.

État extrême de dissociation, signalons l'expérience de sortie de corps d'Erik Pigani, journaliste et pianiste qui au cours d'un concert, flottait au fond de la salle de spectacle au-dessus du public et se regardait jouer. « Je n'ai plus aucun souvenir de ce concert ni de la façon dont j'ai pu interpréter les valse de Chopin ou la cathédrale engloutie de Debussy. Je ne sais pas comment j'ai fait pour assurer mon programme » (9).

Au congrès de Montréal de 2018, après avoir guidé une séance d'hypnose, en jouant également cette oeuvre de Debussy, je me trouve dans un état de maîtrise sereine qui me surprend et me permet de donner une interprétation inconnue de moi-même témoignant d'une inspiration prenant

son origine dans l'inconscient. On retrouve cet état libéré de la crainte de l'erreur lorsque l'on apprend à jouer d'un instrument en auto-hypnose.

Un élève témoigne : « On lie le travail du corps, des sens et de l'esprit. Cela permet de ne faire qu'un. Le plus grand bénéfice est dans l'interprétation » D.R..

L'improvisation au centre de l'hypnose musicale®

L'improvisation est plus adaptée à l'hypnose thérapeutique, que cela soit en concert-thérapie ou en séance individuelle (2)(3) : l'esprit critique de l'auditeur nuit à son lâcher prise s'il s'accroche à une mélodie connue comme c'est le cas lors d'un concert classique où il attend fermement le plaisir d'entendre son passage préféré. Dans un premier temps, dans l'hypnose musicale®, l'induction est basée sur le rythme d'un cœur lent. Le thérapeute qui guide la séance vit un état dissocié et fait des allers-retours entre la musique et la parole, chaque plan étant automatisé alternativement. Secondairement, il peut faire une improvisation uniquement musicale sans paroles, suggestion directe mais large, qui stimule l'imaginaire de l'auditeur en lui laissant toute sa liberté (3). Cette suggestion non-verbale, universelle, ouvre à l'hypnose des dimensions inusitées de puissance, de vibration et d'émotion. Le vecteur musical emporte et fait dépasser les blocages sans permettre à l'auditeur de faire de pause pour reprendre le contrôle. La sincérité de l'artiste fait fondre les résistances permettant la transformation intérieure. En concert-thérapie le musicien thérapeute est dans un état d'auto-hypnose active qui mène à la pleine présence (ou conscience), un présent distancié et associé (transe lucide (2)). Paradoxalement, plus l'on est associé au physique et plus l'inspiration peut-être élevée. La résonance du son peut conduire à l'absence de notes, « un silence presque palpable ».

Témoignages d'hypnothérapeutes concernant les effets d'un concert-thérapie

Quelques hypnothérapeutes ayant assisté à un concert-thérapie témoignent :

« Je n'ai jamais été en hypnose aussi facilement, profondément, aussi loin qu'avec la musique. Je n'ai jamais vécu cela : c'était inouï, les couleurs, les odeurs. C'est une découverte extraordinaire. » C. G.-G, infirmière.

« A l'aide de son piano, il transmettait les vibrations harmoniques pour « transe-porter » nos consciences dans un état de mieux être. Les auditeurs ont apprécié sa voix hypnotique, sa présence rassurante sur la scène, sa posture confiante de thérapeute expérimenté. Par son utilisation de l'instrument à corde, il incarnait le rôle d'un « accordeur d'âme ». R.Coté, Psychologue.

« Une fois choisi le problème à résoudre, je ne me souviens plus de rien. Cette musique aussi improvisée que millimétrée m'a embarqué dans ses harmonies avec autant de douceur que de force. L'atterrissage s'est fait en douceur et le problème était résolu. Je ne saurais dire si c'est le message ou si ce sont les notes qui ont agi avec autant d'efficacité mais c'est une très remarquable expérience ! » B.Gomez, Anesthésiste.

L'amnésie de la transe est un critère de transe profonde (Charcot, Liébault, David et Husband, Stanford)(5) et l'hypnose musicale pourrait être l'un des moyens de l'atteindre. Charcot lui-même utilisait le gong ou des diapasons appliqués directement sur le corps pour l'induire. En séance individuelle, le CD « hypnose musicale » permet au thérapeute de guider sa séance en étant accompagné par une musique appropriée. Enregistrée en état d'hypnose et au piano sans paroles, les thérapeutes peuvent parler librement sur cette musique de fond. D'après M. Arnaud

« l'écoute du CD hypnose musicale approfondit la transe ». En écoute en auto-hypnose, selon de nombreux témoignages, « il est propice au sommeil » (J.Varma). Favorise-t-il la transe profonde par son induction sensorielle ? « J'ai rarement pu dépasser les 2 minutes d'écoute avant de tomber dans les bras de Morphée (J.D. Dehoux, infirmier) ; « Quand j'écoute le CD, je n'ai pas le temps de l'écouter car je dors. » (B. Gard, Kinésithérapeute). Dans l'étude sur l'hypnose musicale en cours à l'hôpital Tenon, l'amélioration du sommeil est corroborée à une augmentation significative des scores sur l'échelle de Spiegel selon A. Meyer-Mazel psychologue en centre du sommeil (4).

Importance du thérapeute-musicien musicien-thérapeute

Lorsque le musicien non thérapeute (J.B. Pinault) improvise dans son propre style sous hypnose, des dissonances peuvent apparaître témoignant de l'absence de limite de sa création. Par contre, en séance, l'intention du thérapeute musicien musicien-thérapeute impose un cadre à l'improvisation qui ne peut s'affranchir du respect du patient, de sa biologie et des lois de l'harmonie basées sur la physique du son (2)(6). Il est ainsi important que le musicien soit aussi thérapeute pour intégrer cette dimension soignante. « J'ai été bouleversé après la séance. Il y a des enjeux médicaux ; c'est la différence avec un concert » déclare J.M. Petri, flutiste jouant en séance avec P. Vesproumis (3). Or, l'intention - fidélité au compositeur, création artistique, thérapie - détermine l'inspiration. En improvisant le thérapeute musicien musicien-thérapeute se connecte à un univers inconscient défini qu'il exprime au travers d'un canal que l'on appelle « le style » et dans lequel l'on reconnaît l'artiste.

En transe active, la conscience du musicien voyage entre contrôle, dissociation et pleine conscience. Si l'hypnose améliore les performances artistiques, l'inverse est peut-être vrai.

1. Courtis Pierre-Yves, Hypnose et musique, essai de fin de premier cycle de formation en hypnose ericksonienne, Institut Milton H. Erickson Québec 2014.
2. Courtis Sylvie, Hypnose et musique la transe lucide, Satas, 2016.
3. Vesproumis P., « Petites fugues », Rev. Hypnose & Thérapies brèves N°32, pp16-25.
4. Ottin Pecchio Stéphane, 2015, « Du son pour la douleur », Rev. Hypnose & Thérapies brèves N°35.
5. Minoret Agathe, Thèse Hypnose Thérapeutique, UFR Pharmacie Université de Grenoble 18/07/217.
6. Ottin Pecchio Stéphane, 2010, "Clavier hypnotique : toucher et piano thérapeutiques", Rev. Hypnose & Thérapies brèves N° 18.
7. [hypnose-musicale.fr>méthodes>vidéo hypnose musicale et toucher thérapeutique version longue deuxième partie.](http://hypnose-musicale.fr/méthodes/vidéo_hypnose_musicale_et_toucher_thérapeutique_version_longue_deuxième_partie)
8. Rayet Philippe, vidéo du congrès de Paris en 2015, che-phrayet.com
9. Pigani Erik, Revue Orbs n°1, 2013.