

La vision globale

Bernard : *“On va récapituler avant que vous ne repartiez. Parce que, en fait, vous croyez que vous pouvez partir, mais vous ne pouvez pas partir ! Il y a un tracteur qui est garé en travers du parking pour que justement, vous ne puissiez pas partir (Rires).*

Je voudrais simplement récapituler l'ensemble du travail effectué parce que, finalement, même si, vu jour après jour, ce n'est pas très compliqué, c'est bien d'avoir la vision globale de la formation.”

Le projet de vie

Première chose sur laquelle je vais revenir et réinsister longuement : on travaille toujours avec un sous-jacent qui est, le projet de vie de la personne. C'est-à-dire que si vous lâchez le projet de vie en pensant : *« Oh! là, il y en a marre du projet de vie... »*

C'est une grave erreur, parce que c'est la trame de fond. C'est cela qui motive le travail, rien d'autre. S'il n'y a pas de projet de vie, il n'y a pas de travail. Quel est l'intérêt de modifier les personnages dissociés s'il n'y a pas de projet de vie. S'il n'y a pas une construction qui s'élabore, cela n'a aucun intérêt !

Ensuite, comme je vous l'ai déjà dit, il n'y a pas de différence de nature entre le normal et le pathologique. C'est la même chose, sauf qu'il y a une différence d'intensité ou de vitesse. Ça, c'est vraiment un point extrêmement important. Je ne vous demande pas d'y croire, ni de me croire, ou d'adopter ça comme un dogme... mais si vous voulez travailler efficacement dans ce domaine-là, je pense que c'est une présupposition intéressante à avoir. Ça va à l'encontre de bien des théories psychologiques... mais peu importe !

Vous avez dit psychose ?

Autre chose, je reviens sur ma définition de la psychose. De la même manière, je ne vous demande pas d'y croire et d'aller militer pour l'adoption de cette définition mais, simplement, de considérer que, si vous voyez les choses de cette manière-là, c'est très éclairant. Donc, une crise psychotique, c'est simplement quand le lien entre les pensées est rompu. Ce que j'appelle “pensée” au sens large, cela comprend les émotions et tout ce qui se passe dans le psychisme.

Quand le lien entre les différentes pensées est rompu, alors on peut qualifier cela de crise psychotique. Ce qui veut dire que chacun est capable d'avoir une crise psychotique, par exemple, dans un moment de colère ou

de dépression... C'est vraiment important d'avoir cela à l'esprit. Cela veut donc dire que l'on peut être dans la pathologie n'importe quand !

Par exemple, si on s'énerve après quelqu'un et qu'on ne sait plus pourquoi on s'est énervé, on est dans la pathologie. Ce qui est bien, c'est que l'on revient dans la normalité ou dans la santé juste après. Vous ne pouvez pas véritablement bien faire ce travail si vous n'avez pas ces présuppositions-là présentes à l'esprit.

À la recherche des dissociations

Ensuite, vous pouvez vous mettre à la recherche des dissociations. Vous avez vu que les dissociations sont multiples, elles sont de différentes natures, de différentes intensités. Vous avez des dissociations successives, comme dit Pierre Janet, et vous avez des dissociations simultanées.

Vous avez des dissociations légères, du style : *“j'ai mal aux fesses sur cette chaise, qu'est-ce que je fais ? (j'ai une sensation)”*. Je suis obligé de me dissocier et de m'imaginer sur le fauteuil... Je peux alors me lever et y aller ou non. C'est une forme de dissociation...

C'est une dissociation dans le temps : *“Je me projette dans le temps pour voir si je n'ai pas une meilleure solution que là où je suis maintenant”*. Vous voyez il y a différentes formes de dissociations. La dissociation, c'est quelque part la nature de l'esprit.

La dissociation, c'est ce qui, d'une certaine façon, différencie l'humain de l'animal et c'est la dissociation qui permet l'évolution. S'il n'y a pas de dissociation, il n'y a pas d'évolution. S'il n'y a pas dissociation, il ne peut pas y avoir d'évolution. La dissociation est le moteur de l'évolution. La dissociation peut aussi être la transe hypnotique et l'on peut aussi avancer la théorie que, peut-être, que l'hypnose est aussi un des moteurs de l'évolution.

On peut comprendre cela quand on considère les stades de développement. Si vous avez l'occasion d'étudier Jean Piaget et les stades de développement, c'est dans certains cours de psychopathologie, faites-le ! La plupart du temps, les stades de développement sont abordés sous l'angle freudien, en psychologie, avec le stade oral, le stade anal... le stade vénal... (Rires) après vous avez... le stade fatal... (Rires).

Les Stades de Développement

On ne va pas critiquer les psychanalystes, ce n'est pas la question ici. On a quelque chose de beaucoup plus rigoureux avec Jean Piaget, c'est plus intéressant. À noter que, ce que n'a pas fait Jean Piaget, mais ce que d'autres ont fait, des Américains notamment... Ils ont fait le parallèle entre

les stades de développement individuels et les stades de développement des sociétés humaines. C'est un gros morceau, mais c'est très intéressant à étudier.

Si on s'intéresse aux stades de développement, on va voir que, dans les dissociations, d'une manière générale, les différents personnages ne sont pas au même stade de développement. Cela va être intéressant de voir que l'on peut jouer avec cela. Dans une mise en scène « standard » de la dissociation, chaque personnage se situe à un stade de développement différent.

Chez Piaget, il y a les stades de développement suivants : le stade pré-opératoire, le stade opératoire concret et le stade opératoire formel... Donc grosso modo, cela correspond à l'enfant de moins de six ans, à l'enfant entre six et 12 ans et à l'enfant de 12 ans et plus.

Vous noterez que cela correspond (accessoirement) aux positions perceptuelles en PNL : première position, deuxième position, troisième position.

Tout le monde connaît les positions de perception ?

- Première position, c'est quand je suis dans la position « MOI », c'est-à-dire associé.
- Position deux, c'est la position de l'autre, je me mets dans la peau de l'autre.
- Position trois, je suis en position d'observateur.

La capacité à aller dans chacune de ces trois positions dépend de la bonne réalisation du stade de développement correspondant.

C'est-à-dire que, en général, il n'y a pas de soucis au stade de la position 1, tout le monde sait faire : « *Moi je, je, je...* » sinon, c'est très grave. Mais vous avez beaucoup de gens qui sont incapables de passer dans la position de l'autre (le stade de la position 2). Il y en a aussi qui sont incapables de passer dans la position d'observateur, observant l'interaction entre soi et l'autre. On retrouve donc, dans la dissociation, les stades de développement de Piaget et on retrouve également les positions de perception de la PNL.

Dissociation et évolution

C'est très intéressant à noter, car cela permet aussi de comprendre, comment se passe l'évolution. L'évolution revient à alterner entre les positions un, deux, trois, en permanence. Lorsque l'on fait travailler les personnages, quelque part, on leur permet aussi de grandir, de passer d'un stade à l'autre et notamment ensuite, d'entrer dans l'intégration. On intègre les positions un et deux et après on intègre la position trois. Vous

voyez que ce n'est pas seulement un mouvement dans un seul sens, c'est un mouvement dans plusieurs sens : on dissocie les personnages, on leur permet d'évoluer et on intègre l'évolution.

C'est important de respecter cet ordre-là. Donc, on met en scène cette dissociation. En général, on arrive assez facilement à la déterminer avec les patients. Si vous avez fait un peu d'anamnèse... vous voyez où est le problème. Quand vous avez identifié le problème, vous pouvez assez facilement trouver les personnages à dissocier, comment mettre en scène la dissociation. Une fois qu'elle est mise en scène, vous allez faire apparaître les personnages et vous allez amplifier si nécessaire de façon à avoir des personnages situés à des emplacements différents dans l'espace.

Puis, on établit un contact avec ces personnages, grâce à leurs intentions positives, en leur demandant s'ils ont conscience l'un de l'autre... et puis, petit à petit, on entre dans une espèce de négociation, de dialogue, mais pas seulement, car après on va vite passer dans un échange. C'est en ça que j'attire votre attention, les gens confondent ce travail-là en disant : « *C'est de la négociation entre les parties* ». Non, ce n'est pas de la négociation entre les parties.

Intégration

On échange les caractéristiques des personnages, on échange leurs qualités, on va mettre en commun leurs valeurs... Vous voyez tout ce que l'on fait avec les personnages. On fait en sorte qu'ils s'acceptent l'un l'autre, qu'ils acceptent les intentions positives des uns et des autres. On fait en sorte qu'ils échangent leurs qualités respectives, leurs savoir-faire respectifs. Donc, il y a une mise en commun des qualités et des savoir-faire. Puis après, on leur propose aussi de mettre en commun leurs systèmes de valeurs.

Dans cette phase-là évidemment, cela peut prendre un certain temps de discours, de dialogue, de mouvements de l'esprit. Une fois que l'on en est là, on propose et on procède à l'intégration des personnages dissociés. Premier mouvement, on réunifie ces personnages et deuxième mouvement, on les intègre à l'intérieur de la personne. À ce moment-là, on se retrouve avec un système de valeurs nouveau ou différent de l'ancien, comme vous l'avez vu, avec ce travail que nous avons fait sur la répartition des valeurs, selon leur caractère masculin ou féminin.

Et là, on a la possibilité de faire encore un travail final qui consiste à réorganiser un nouveau système de valeurs toujours en fonction du projet de vie sous-jacent.

C'est cela notre trame :

« Avoir une personne qui ressort d'un processus thérapeutique, avec une structure adaptée à son projet de vie. »

C'est cela l'objectif !

L'objectif, c'est l'Éthique

Ce que je voudrais arriver à faire passer comme message, c'est : vous avez un puzzle avec des pièces détachées, il y a des parties qui sont détachées les unes des autres et on ne sait pas comment réorganiser tout ça. On pourrait le réorganiser dans n'importe quel sens. Sur la boîte du puzzle, il y a la photo et cette photo : c'est le projet de vie. Donc, on a un projet de vie comme modèle et on rassemble le puzzle en fonction du projet de vie qu'il y a en dessous.

Comme cela on est tranquille : pas besoin de se poser la question : « *Ouh là qu'est-ce que je suis en train de faire là ?! Pourquoi fait-on ça déjà ? Je ne me rappelle plus...* » Pour vous, c'est un point d'ancrage. C'est-à-dire que, quand vous avez l'esprit embrouillé par le patient, vous savez ce que vous êtes en train de faire grâce au projet de vie. Vous adaptez la configuration de la dissociation du patient à son projet de vie. Sur un plan éthique, vous êtes sauvé. Le problème d'éthique est résolu dès le départ, par le projet de vie.

Toute la question éthique est dans le projet de vie. On n'a pas à se poser d'autres questions que de coller au projet de vie et de l'ajuster au fur et à mesure de l'évolution de la personne. Puisque évidemment, la personne évoluant de jour en jour, son projet de vie va se préciser ou se modifier... On refait ces réassemblages pour que la personne qui va ressortir de tout cela, en terme de configuration de ses personnages, et en terme de systèmes de valeurs, soit intégralement calquée et organisée sur son projet de vie.

Qu'est que l'on peut faire d'autre ? Nous n'en savons rien ! Alors si ! Il peut y avoir d'autres choses à faire... Mais ce que je veux dire par là c'est que, pour moi, le contrat implicite c'est celui-là :

« On va mettre en évidence votre projet de vie et on va travailler jusqu'à que ce que vous soyez en mesure de réaliser votre projet de vie. »

Ça s'arrête là. Ensuite, on pousse le bateau et c'est parti !

Voilà, je crois que j'ai fait le tour de tout le schéma.

Questions et réponses

Albert : « Lors des séminaires de thérapie intensive, le lien entre le projet de vie et le travail, est-ce que tu en parles de temps en temps ? »

Bernard : « Lors des séminaires de thérapie intensive, les matins sont consacrés au projet de vie. En tout cas, au moins 1 h30 qui est consacrée au projet de vie. Où on en est ? Comment a-t-il évolué ? etc. » Je commence toujours par ça le matin. D'ailleurs avec vous, je l'ai toujours fait le matin. J'en ai jamais parlé l'après-midi. Le projet de vie, c'est le matin. L'après-midi, c'est la sieste ! (Rires) Donc évidemment quand vous allez entrer dans un format de travail avec quelqu'un, le projet de vie, c'est en arrivant. La personne arrive, c'est le projet de vie, et puis après on fait le reste.”

C'est la première chose que vous faites et donc vous induisez déjà... vous coloriez votre séance. Votre séance est coloriée par le projet de vie et donc vous avez déjà passé l'info à la personne que, ce qui vient en premier, c'est le projet de vie. Vous ne passez pas l'info en essayant de la convaincre, vous faites passer l'info simplement en faisant passer en premier le projet de vie. Vous faites une induction comportementale.

Ça suffit, il n'y a pas d'autre chose à faire, de lien particulier à faire, si ce n'est parfois de dire: « oui, mais attendez, vous faites ça... mais vous aviez dit dans votre projet de vie... vous aviez mis quoi ? »

Le patient : « Ah oui, oui !... »

On peut voir apparaître une forme d'incohérence entre ce que veut la personne et ce qu'elle met dans son projet de vie donc il va falloir ajuster... mais globalement c'est ça le schéma.

Pour une séance, je trouve qu'une heure c'est court. Mais après, si vous faites des séances d'une heure trente, il ne faut pas les faire payer 47 €. Et il ne faut pas dépasser une heure trente. Le problème que vous allez avoir, c'est que si vous travaillez sur un format d'une heure trente, il sera plus intéressant de faire payer assez cher.

Décemment, vous ne pouvez pas enchaîner une autre une heure trente dès que vous avez fini la précédente. Il faut tout de même prévoir un temps de latence pour vous, un temps de repos, une transition. Il faut donc augmenter vos tarifs parce que, même la récréation que vous allez prendre, il faut bien que quelqu'un vous la paye. Les congés payés..., c'est à réfléchir. (Rires)

C'est difficile à expliquer.

Ensuite, vous allez, peut-être, être en difficulté s'il vous faut expliquer aux gens, ce que vous faites. Peut-être que cela ne va pas être facile d'expliquer ce que vous faites, concernant la thérapie des états dissociés. J'ai eu des retours hallucinants.

Je vais vous raconter un truc comme cela, c'est que, par exemple, ce que j'ai fait l'autre jour avec Clémentine, avec son verre...

Je lui ai demandé d'imaginer boire le verre, je lui ai dit : *« Quel effet, ça fait ? ça rentre ? puis après c'est la détente... Virtuellement, elle l'a bu... »*

Bernard : « En souvenir, tu l'as bu ? »

Clémentine : « Je ne sais plus... »

Bernard : « Disons que oui... d'abord c'était du Monbazillac pour avoir le goût et l'effet... et ensuite de l'eau pétillante... »

Il y a des gens qui sont passés ici, des alcooliques, qui sont allés ensuite dans des associations... et on leur a posé la question : *« Alors qu'est-ce que vous faites à la Tempérance ? »*

Et ils ont répondu : *« Donc, ils nous font boire et après on fait des trucs ! »* Donc, la pub qui nous est faite c'est : *« à la Tempérance, ils font boire les alcooliques ! »*

Imaginez, si la personne essaye d'expliquer : *« Ben voilà on imagine que l'on boit un verre »* et il raconte à quelqu'un d'autre et, l'autre, tout ce qu'il retient c'est *« boire un verre »*...et puis il raconte à un autre, à un cinquième, un sixième et puis voilà, on peut arriver au raccourci suivant : *« À la Tempérance ils les font picoler quoi ! »*. Ils arrêtent de boire en buvant. C'est extraordinaire, non ?! C'est une méthode révolutionnaire. Arrêter de boire en buvant ! (Rires)

Flora : *« Mais attention, on ne sait pas ce qu'ils mettent dedans... »*

Un secret ancestral

Bernard : *« Ab çà ! la formule n'est pas publique... ça c'est protégé par un secret ancestral. »*

Ce sont les moines de l'Ermitage qui ont le secret. Ils ne sont plus là maintenant, mais le secret est resté et gardé entre de bonnes mains... Le secret des moines de l'Ermitage. C'est le truc des moines de La Salette qui avaient un secret ancestral pour arrêter de boire en buvant... Donc, on l'a récupéré... Ils ont une source miraculeuse, un monastère et tout cela, à 15 km d'ici... Et maintenant ce sont des moniales qui ont pris leur place parce qu'ils étaient trop vieux, il y a toujours la source et ce sont des moniales de La Salette, je ne savais pas, qu'il y avait des femmes aussi à La Salette.

Je ne le savais pas, mais elles viennent toutes de Madagascar. Et elles ont un secret à Madagascar. Il y a le secret des moines et le secret des moniales. C'est ça qui fait la différence. Du coup, ils boivent plus. En buvant, ils boivent plus... Ils arrêtent de boire en buvant. J'espère que mon résumé vous a plu et a été clair.

Albert : *« Le truc des moines et des moniales, ce n'est pas très clair... »*

Bernard : « *Ab si, si, si tu cherches la clarté là-dedans tu vas la trouver... Ce sont les moines de l'Ermitage qui sont partis pour laisser la place aux moniales de Madagascar... Est-ce que vous avez d'autres questions ?* »

Bernard : « *Je souhaite que vous veniez sur le groupe Facebook de la Tempérance et puis de toute façon, il y a des choses auxquelles je ne réponds pas en dehors du groupe... par exemple, tout ce qui concerne les détails, je ne les mets pas sur les groupes Hypnose...* »

Vous l'avez lu l'article que je vous ai passé ? Non ? Il y a quelqu'un qui avait fait un commentaire sur cet article-là en disant : "Ah cela a l'air super-intéressant mais ce qui est dommage c'est qu'il n'explique pas comment il fait !" Parce que, je parle de la dissociation... et il dit : « il faut nous expliquer comment tu fais... » C'est ce qu'a répondu un autre : "fais une formation sur le sujet !" Les gens voudraient qu'en quatre commentaires Facebook, j'explique les six jours de formation... »

(Bernard distribue des documents administratifs aux stagiaires.)

Mental et intuition

Albert : « *Est-ce que tu as signé les fiches de présence ?* »

Bernard : « *Donc ça ce sont les attestations, pour vous, réglementaires. Voilà. Il y en a qui ont besoin d'une attestation de stage et d'autres d'un certificat, alors je fais les deux systématiquement. Je finis ça et après on finit le cas de Clémentine. Je vous ai fait des certificats plus jolis. Ça c'est pour mettre au mur ! Il y a un jeu inclus quand même, c'est-à-dire qu'il y a une phrase en latin et il faut la traduire...* »

« *Magica temperatio mentis et perspicientiae.* »

J'ai d'autres certificats pour Clémentine et Laure qui ont rendu leurs travaux de praticien. Donc voilà, leurs certificats de praticiens.

Alors qui a trouvé la traduction ?

Y'a plus de latinistes ?

Ça veut dire : « L'alliance magique du mental et de l'intuition. » Ça a une petite histoire cette histoire. Je voulais ce truc-là. Je me suis débrouillé avec mes souvenirs en latin et j'ai demandé de l'aide à un ancien élève qui travaille à l'École Normale Supérieure à Paris qui m'a aidé à obtenir la traduction.

C'est un prof de latin de l'ENS qui a validé la traduction. Évidemment, le résultat est bien meilleur que Google translate ! »

Prix spøcial de souscription 19 franco :
tapez pnl.cc/transe ou ashez le QR-code au dos.

Avant le 15/12/2016 transe
personnelle

Un voyage initiatique dans la structure profonde de l'inconscient. Vous y ferez d'étranges découvertes sur la nature de l'esprit. Vous y rencontrerez d'étonnants personnages qui, chacun à leur manière, sont à l'origine des qualités les plus essentielles de chaque individu.

Tous les thérapeutes, utilisant l'hypnose ou non, vous le diront : il est très difficile de traiter les problèmes d'anorexie, de boulimie, d'alcool, de dépression, de crises psychotiques, etc. En effet, vous vous rendez compte que les méthodes classiques utilisées ne vous donnent aucune direction claire.

C'est pourquoi vous allez être surpris de constater qu'en se servant des tendances inconscientes du patient, véritables personnages intérieurs, vous allez trouver un chemin qui conduit pas à pas vers une nouvelle cohésion intérieure. Vous découvrirez que c'est cette absence de cohésion, ou dissociation, qui est à la source de la majorité des troubles psychiques.

Au fil des pages, vous assisterez aux 6 jours du séminaire de formation à cette thérapie des états dissociés. Les participants vous feront partager les échanges avec leurs personnages intérieurs. Vous serez témoins de leur progression vers la réintégration des personnages auparavant dissociés même en violent conflit.

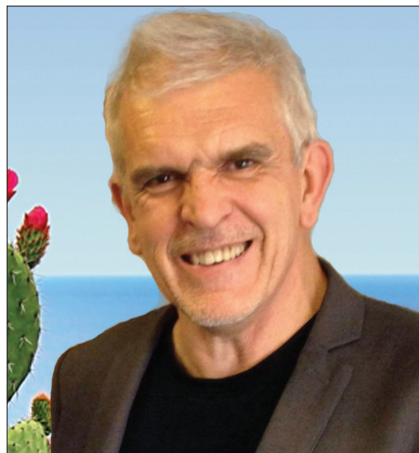
Vous prendrez alors conscience que la diversité des personnes et de leur parcours permet de tisser une trame commune qui pourra être reproduite et réutilisée à l'infini.

Et sur cette trame vous apparaîtra un fil rouge : le travail thérapeutique avec Clémentine et comment ses tendances à l'anorexie, à la boulimie, à la consommation d'alcool ou de drogues s'apaisent et se résolvent au fil des jours.

Pratique l'hypnose, la PNL et la Gestalt en psychothérapie depuis 1992. Il a aussi formé des centaines de praticiens en psychothérapie depuis 1996.

Sa pratique de la méditation bouddhiste depuis 1975 dans les 3 véhicules l'a naturellement conduit à participer pendant 6 ans à une tentative d'élaborer une psychothérapie bouddhiste. Il a été traducteur et éditeur du livre du Dr Edward Podvoll (Lama Mingyur) «Psychose et Guérison».

Il expose ici sa pratique paradoxale de la Thérapie des Etats Dissociés ou comment amplifier la dualité pour finir par la dissoudre.



~~27 €~~ 19 €

ISBN 978-2-91-710707-2



9 782917 107072

tempérance
www.temperance.fr

pnl.cc/transe

