



**Roland JOUVENT**

*Médecin, Paris*

**Email :** [rjouvent@mac.com](mailto:rjouvent@mac.com)

## Le cerveau harmonique

L'objectif principal de ce propos réside dans l'idée de montrer que l'Hypnose peut être comprise comme un facteur d'harmonie cérébrale. En partant de la communication inter-humaine, depuis les premiers stades de l'imitation mère-enfant, les moments d'imitation permettent la mise en place d'une synchronisation inter-cérébrale. C'est grâce à la qualité de ces premiers échanges que l'enfant pourra acquérir tout au long de son développement une aptitude à la synchronisation entre les différents plans d'activité cérébrale. De là viendra la capacité du sujet à se sentir en harmonie entre son corps et son activité de pensée.

Nous rappellerons les travaux de Varela qui a été le premier à montrer que la conscience de l'instant présent comporte une synchronisation des activités neuronales. On peut le considérer comme un élément primordial : notre cerveau qui a été si souvent invité à mettre en mémoire, à garder les souvenirs, à se projeter dans l'avenir ne peut pour quitter quelques instants ce qui est devenu une mauvaise habitude qu'en calant toutes ses activités neuronales sur un rythme seul et unique, celui de l'instantanéité.

Nous terminerons en faisant l'hypothèse que le travail de l'hypno-thérapeute, et son talent, reposent sur sa capacité à resynchroniser le patient. Ceci en mettant en harmonie la trace autobiographique et l'instant présent.