

SUR LE PROBLÈME DE LA SUGGESTION MENTALE ¹

I. La suggestion mentale apparente.

Avant d'aborder le problème de la suggestion mentale, il faut éliminer tout ce qui peut la simuler, afin d'être sûr que le phénomène a lieu indépendamment des moyens connus de perception.

Or la suggestion mentale peut n'être qu'apparente, étant causée :

1° Par le *hasard*, qui peut s'exercer dans une très large mesure ;

2° Par une *perspicacité automatique* du sujet, perspicacité qui résulte d'une certaine « harmonie préétablie » entre deux cerveaux, exposés aux mêmes sensations, et présentant un mécanisme associationniste analogue ;

3° Par une *suggestion verbale involontaire* de l'expérimentateur, qui n'a pas l'habitude de s'observer bien soi-même ;

4° Par l'*attitude réflexe* des personnes qui doivent contrôler les expériences, qui en connaissent d'avance les résultats à obtenir, et qui ne savent pas bien s'observer ;

5° Par *suggestion musculaire* de l'expérimentateur, imperceptible pour lui-même ;

6° Par l'*hyperesthésie olfactive*, qui permet au sujet de distinguer les personnes et les objets touchés par elles ;

7° Par l'*hyperesthésie du toucher*, qui produit le phénomène de l'attraction par des gestes et quelques autres ;

8° Par l'*hyperesthésie de l'ouïe*, qui permet au sujet d'entendre des mots à peine prononcés et autres signes auditifs, comme le bruit des respirations, des déplacements, des gestes, etc. ;

9° Par un *développement exceptionnel de la mémoire* qui, coïncidant avec une certaine inconscience, peut imiter en même temps la vision à distance et la transmission de pensée ;

10° Par une *association accidentelle*, inconsciente pour l'expérimentateur, et une habitude, également inconsciente du sujet, qui fait que le phénomène A est suivi du phénomène B, ce que l'on attribue faussement à la suggestion, alors que c'est un fait d'association.

Par conséquent, n'ont pas une valeur scientifique suffisante toutes les expériences de suggestion mentale, dans lesquelles :

1° Le nombre des échecs n'est pas indiqué aussi exactement que celui des succès ;

2° Les objets pensés n'ont pas été fixés par avance, mais *choisis* au dernier moment, au fur et à mesure des expériences ;

3° On a parlé inutilement et devant le sujet, sous l'influence de l'objet déjà choisi, et qu'on a dans l'esprit ;

1. Extrait de deux communications faites à la Société de psychologie physiologique le 25 janvier et le 19 avril 1886.

4° Les personnes qui doivent observer le sujet de près, connaissent tous les détails ou le moment exact de l'expérience;

5° L'expérimentateur touche le sujet, dans une expérience où les mouvements et leurs directions entrent en jeu;

6° L'on ne tient pas compte de l'influence possible des émanations matérielles, là où il s'agit de trouver une personne ou un objet;

7° La pensée est accompagnée de gestes attractifs;

8° La pensée est accompagnée de bruits qui peuvent indiquer les intentions, les moments donnés, les approbations ou les dénégations;

9° Il est impossible de s'assurer que le sujet a eu une connaissance antérieure des détails qu'on lui demande;

10° On a affaire à un sujet éduqué, habitué à un certain *ordre* dans les essais *répétés*, ou dans les circonstances plus ou moins inaperçues, qui accompagnent invariablement certains essais.

II. La suggestion mentale vraie.

Ce phénomène existe. Il a une base physique, et présente plusieurs degrés d'évolution, à savoir :

1° Transmission des maladies;

2° Transmission des douleurs;

3° Transmission des sensations objectives;

4° Transmission des sentiments;

5° Transmission des idées;

6° Transmission de la volonté.

L'évolution commence par une action proche, palpable et assez commune, et arrive à son point culminant dans une communication à distance, phénomène très rare, mais constaté dernièrement dans une série d'expériences ¹ par MM. Gibert, Pierre Janet, F. Myers, A. Myers, Marillier et le soussigné.

Vu l'étrangeté du phénomène de la suggestion mentale en général, qui se trouve momentanément en opposition apparente avec les lois physiologiques admises, il est à désirer que les observateurs prennent des précautions exceptionnelles, non seulement par rapport aux expériences à faire, mais aussi *dans les comptes rendus* des expériences. Il est à désirer :

1° Que les détails des expériences soient toujours fixés *au sort*;

2° Qu'on note soigneusement les *caractères* physiologique, psychologique et pathologique des sujets avec lesquels les expériences réussissent et de ceux sur lesquels elles ne réussissent jamais. Il est surtout absolument nécessaire qu'on indique à l'aide de l'hypnoscope si la personne est hypnotisable et à quel degré;

3° Qu'on décrive également l'*état momentané* du sujet pendant l'expérience;

1. Les expériences ont eu lieu au Havre les 21-24 avril 1886.

4° Qu'on décrive également la nature de l'intelligence de l'expérimentateur (si elle se sert principalement des images, des paroles, ou des mouvements intérieurs; si la pensée peut être soutenue longtemps et de quelle façon, etc.), et les *incidents psychiques* durant les essais;

5° Qu'on cite, aussi exactement que possible, les *conditions extérieures* des expériences.

III. *Expériences de suggestion mentale vraie.*

Je crois pouvoir dire que toutes les précautions indiquées ont été prises dans une série d'expériences commencées l'année dernière et continuées pendant onze mois. Elles feront l'objet d'un livre qui doit paraître prochainement, et ici je me bornerai à en citer quelques-unes à titre d'exemples.

6° série : transmission de la volonté.

Le sujet, Mlle M... a, âgée de vingt-sept ans, forte et bien constituée; apparence d'une santé parfaite. Hystéro-épilepsie très grave et ancienne, basée sur des influences héréditaires très fortes. Outre les attaques, accès d'aliénation. Une seule zone hystérogène au-dessous de la clavicule gauche; pas d'anesthésie; une zone *délirogène* à l'occiput droit, à l'endroit de la fosse occipitale supérieure. La pression ovarienne arrête l'attaque.

A l'hypnoscose on constate :

1° Insensibilité;

2° Contracture du bras entier;

3° Il n'y a aucune sensation subjective.

Sensible à l'étain, puis à l'acier, mais aussi à d'autres métaux à des degrés moindres, différents et inconstants. Tempérament actif et gai, uni à une extrême *sensibilité intérieure*, c'est-à-dire sans signes extérieurs. Caractère véridique, bonté profonde, tendance au sacrifice. Intelligence remarquable; sens de l'observation; *compassion psychologique*, basée sur l'observation inconsciente. Par moment : manque de volonté, indécision pénible, puis une fermeté exceptionnelle. La fatigue intellectuelle, et surtout une impression inattendue, même de peu d'importance, agréable ou pénible, se porte (lentement) sur les vaso-moteurs de la tête et produit une attaque, un accès ou un évanouissement nerveux.

Le 2 décembre. La malade repose, comme d'habitude, demi-couchée sur un canapé.

Personne ne s'attend à une expérience quelconque.

Je continue à prendre mes notes, tête baissée, tout le corps immobile, sauf la main droite qui simule l'écriture; je me trouve à quatre mètres de la malade et en dehors de son champ visuel; elle a d'ailleurs les yeux fermés et dort, plongée dans un somnambulisme, sans idée et sans mouvement (*aïdée paralytique*); l'habitude, contractée pendant deux mois, semble assurer son « inconscient » qu'on la laissera tranquille au moins un quart d'heure.

PREMIÈRE EXPÉRIENCE

Lève la main droite !

(Je concentre ma pensée sur le bras droit de la malade, comme s'il était le mien ; je m'imagine son mouvement à plusieurs reprises, tout en voulant contraindre la malade par un ordre intérieurement parlé ; je regarde la malade à travers les doigts de ma main gauche sur laquelle repose la tête.)

1^{re} minute : action nulle ;
2^e min. : agitation dans la main droite ;
3^e min. : l'agitation augmente, la malade fronce les sourcils et *lève la main droite* qui retombe quelques secondes après.

DEUXIÈME EXPÉRIENCE

Lève-toi et viens à moi !

(Même attitude de ma part.)

1^{re} minute : elle fronce les sourcils et s'agite ;
2^e min. : elle se lève lentement, avec difficulté, et *vient à moi*, le bras tendu. Elle a une respiration accélérée ; le froncement des sourcils persiste. Je la reconduis à sa place sans rien dire.

DIXIÈME EXPÉRIENCE

(Le 7 décembre.)

La malade est dans l'état d'*aidée tétanique* (les bras contracturés, les jambes un peu raides).

Lève-toi, va au piano, prends la boîte aux allumettes, apporte-la-moi en allumant l'une d'elles, puis retourne à ta place !

Retourne !

Encore en arrière !

(En ce moment, je l'arrête par la main, je la reconduis au milieu de la chambre où je romps le contact et retourne à ma place.)

Plus bas !

Plus bas !

Prends la boîte !

Prends la boîte !

Elle se lève avec une grande difficulté, s'approche de moi (c'est-à-dire avance dans un sens contraire) ;

Elle revient ;

Elle va en avant vers la porte ;

Elle va au piano, cherche quelque chose au-dessus de la boîte ;

Sa main s'abaisse ;

Elle touche la boîte, mais retire la main ;

Elle la touche de nouveau et la prend ;

Viens à moi !
 Allume !
 Allume !
 Allume !
 Retourne à ta place !

Elle vient à moi ;
 Elle veut me passer la boîte ;
 Elle retire une allumette ;
 Elle l'allume et me la donne ;
 Elle retourne à sa place.

TRENTIÈME EXPÉRIENCE

(Le 31 décembre.)

Va à ton frère et embrasse-
 le !

Elle se lève, s'avance vers
 moi, puis vers son frère.

Elle tâte l'air près de sa tête,
 mais ne le touche pas, s'arrête
 devant lui en hésitant ;

Elle se rapproche lentement
 et l'embrasse sur le front en
 tressaillant.

J'ai fait sur cette malade quarante et une expériences ; puis encore un certain nombre d'autres sur trois personnes hypnotisables et magnétisées, et je crois être arrivé à préciser les conditions physiologiques dans lesquelles la transmission psychique est possible. Elle n'est possible que dans un état intermédiaire entre le sommeil aidéique et le monodéisme naissant.

Elle devient de plus en plus difficile dans le somnambulisme proprement dit, c'est-à-dire dans un état *polyidéique passif* ou *actif* ; elle est tout à fait impossible dans l'*aidée* profonde (léthargique ou cataleptique), lorsque le sujet n'entend pas l'expérimentateur, et dans la *monomanie somnambulique*, où le sujet est trop absorbé dans ses propres idées.

Elle réussit au contraire *quelquefois* à l'état de veille, lorsque la nature, pour ainsi dire élastique, du cerveau, permet la production momentanée du monodéisme naissant.

Les caractères extérieurs des états hypnotiques n'ont que peu d'influence sur la production du phénomène.

J. OCHOROWICZ.

DEUXIÈME NOTE SUR LE SOMMEIL PROVOQUÉ A DISTANCE ET LA SUGGESTION MENTALE PENDANT L'ÉTAT SOMNAMBULIQUE ¹

L'attention que la Société de psychologie physiologique a bien voulu accorder aux observations de somnambulisme que M. le docteur Gibert et moi lui avons présentées, l'obligeance avec laquelle MM. Richet,

1. Séance du 31 mai 1886 (Présidence de M. Charcot.)

Beaunis et Héricourt ont répondu à notre demande et ont communiqué des observations du même genre, nous obligeaient à vérifier de nouveau les mêmes faits et à rendre compte à la Société de nos expériences nouvelles.

C'est surtout sur le sommeil provoqué à distance qu'ont porté ces nouvelles recherches, car ce fait est de la plus grande importance et semble assez facile à vérifier. Comme je tenais à m'assurer de la réalité de ce phénomène, j'ai cherché à le produire moi-même à plusieurs reprises et avec toute la précision possible, et c'est sur le récit de ces expériences que nous insisterons tout d'abord.

Mme B... était de retour au Havre depuis le 10 février; elle était restée en très bonne santé et n'avait éprouvé depuis son dernier voyage aucun accident nerveux. Une seule fois elle avait été indisposée, disait-elle, et dans les circonstances que voici. Une personne du pays où elle se trouvait et qui l'endormait autrefois avec la plus grande facilité avait essayé de produire de nouveau sur elle le sommeil magnétique. Elle s'y prit à plusieurs reprises, fit tous ses efforts pendant trois heures consécutives et ne parvint pas à l'endormir. Mme B..., à la suite de cette tentative, eut une forte migraine et une indisposition de quelques jours; d'ailleurs elle ne comprenait point ce qui s'était passé; elle croyait naïvement que personne ne pouvait plus l'endormir et que nous-mêmes nous n'y réussirions plus. Nous n'avions cependant aucune inquiétude à ce sujet, car nous nous souvenions que la veille de son départ du Havre, pendant la dernière séance de somnambulisme du 14 octobre, M. Gibert lui avait défendu d'être endormie par personne en dehors du Havre. La suggestion avait été faite mentalement, c'est-à-dire que M. Gibert n'avait fait que penser ce commandement en approchant son front de celui de la somnambule. Cependant je ne puis pas rapporter ce fait comme un exemple précis de suggestion mentale, car je ne suis pas certain que nous n'ayons pas discuté devant elle pendant son sommeil la possibilité d'une pareille suggestion. En tous les cas, on voit qu'elle avait parfaitement réussi pendant quatre mois. Dès que Mme B... fut avec nous, sans lui rien expliquer, M. Gibert lui pressa la main comme autrefois et elle s'endormit en deux minutes; je l'endormis moi-même le lendemain avec la plus grande facilité en quelques minutes.

J'ai essayé de l'endormant souvent moi-même d'acquérir sur cette femme une sorte d'influence assez grande pour pouvoir tenter avec quelques chances de succès le commandement du sommeil à distance. Pendant les premières séances, j'ai donc endormi Mme B... en lui tenant la main ou le pouce, sans essayer d'autres procédés. L'état hypnotique une fois produit, je l'ai étudié et analysé afin d'en distinguer autant que possible les caractères et les phases, et c'est le résumé de ce travail que M. Ch. Richet a eu l'obligeance de recevoir à la *Revue scientifique*¹.

1. J'ai pu vérifier dans ces recherches l'existence des *états mixtes* de l'hypnotisme déjà signalés dans la thèse de M. le Dr Magnin.

Au bout de quelques jours je parvins à produire le sommeil beaucoup plus rapidement. Il me fallait autrefois trois à quatre minutes et quelquefois plus pour endormir Mme B..., maintenant je produisais le sommeil en moins d'une demi-minute. Il n'était plus non plus nécessaire de fixer sa pensée sur l'ordre du sommeil pour endormir Mme B...; l'action physique exercée sur son point hypnogène au pouce remplaçait toute autre influence. Le commandement mental conservait son importance quand on ne touchait pas le sujet, quand on l'endormait par suggestion mentale en se plaçant dans la même chambre. Cette expérience réussissait encore très facilement, mais il n'était pas certain que l'attitude du magnétiseur ne jouât pas dans la production du sommeil un plus grand rôle que sa pensée.

Après une dizaine de séances, pendant lesquelles j'avais endormi moi-même six fois Mme B..., j'ai essayé de lui commander le sommeil sans être auprès d'elle, mais en me tenant dans une chambre voisine. L'expérience réussit bien; après avoir pensé cinq minutes à l'endormir, j'entrai dans sa chambre et je la vis complètement endormie; la tête et le corps penchés fortement du côté où je me trouvais précédemment. L'expérience n'est cependant pas concluante, car Mme B... se doutait évidemment de mon intention.

Le 22 février, après 14 séances de somnambulisme et après l'avoir endormie moi-même 8 fois, j'ai essayé pour la première fois de lui commander le sommeil de loin ¹. J'étais chez moi, à une distance de quatre ou cinq cents mètres du pavillon où se trouvait Mme B... quand j'ai essayé de concentrer ma pensée sur l'ordre du sommeil, comme je l'avais fait souvent devant elle. Je n'y mis peut-être ni la conviction ni le temps nécessaires, car je n'y pensai guère plus de cinq minutes. D'ailleurs je n'allai auprès d'elle qu'une heure plus tard, persuadé d'avance du peu de succès de mon entreprise. A mon grand étonnement, les personnes de la maison m'avertirent que Mme B... était fort indisposée depuis une heure : elle avait été prise d'étourdissements, et forcée d'interrompre son travail; elle avait dû pour se remettre boire un verre d'eau et se laver la figure et les mains. Mme B... me raconta elle-même son indisposition qu'elle ne s'expliquait pas; il est bon de remarquer à ce propos qu'à l'état de veille Mme B... ne soupçonne pas du tout que l'on puisse l'endormir de loin. Cette coïncidence au moins singulière montrait deux choses : 1° que j'avais peut-être une certaine action sur cette femme, même de loin, et qu'il y avait lieu de recommencer plus sérieusement; 2° que, pour une raison quelconque, soit par défaut d'habitude, soit grâce à l'action de l'eau froide, Mme B... pouvait résister encore à cette action et ne s'endormait pas.

Pendant deux jours encore je l'ai endormie de près en la touchant, sans qu'il y eût d'autres incidents. Je lui ai demandé, pendant son état

1. Pour étudier le sommeil provoqué à distance, il n'y a pas d'expérience plus simple que celle-ci : commander le sommeil de l'endroit où l'on se trouve à une heure quelconque de la journée.

de veille, de ne plus mettre ainsi ses mains dans l'eau ; sans lui rien expliquer, je lui ai persuadé, ce qui n'était pas sans vérité, qu'elle se faisait grand mal en luttant ainsi contre un étourdissement passager. Je lui fis même cette défense pendant l'état somnambulique, accentuant ainsi mes recommandations par la force de la suggestion, et le 25 février, sans prévenir personne, je recommençai la même expérience. Dans les mêmes conditions, vers cinq heures du soir, je pense à l'endormir ; j'y pense le plus fortement possible et à peu près sans distraction pendant 8 minutes, puis je me rends immédiatement auprès d'elle. Elle était étendue sur un canapé et plongée dans le plus profond sommeil ; aucune secousse ne peut la réveiller. Mais si je lui serre les doigts ou si je lui touche légèrement la peau du bras, les muscles sous-jacents se contractent fortement ; si je lui ouvre les yeux à la lumière, elle entre en catalepsie vraie avec l'immobilité caractéristique des attitudes ; si je lui referme les yeux, elle retombe dans l'état précédent. Elle était donc bien en état de sommeil hypnotique qui avait commencé par une coïncidence des plus étranges, justement quelques minutes avant mon arrivée. D'ailleurs, elle ne tarde pas à s'agiter et à parler dans le somnambulisme lucide : elle manifeste une grande joie de me sentir près d'elle et sait très bien que c'est moi qui l'ai endormie à cinq heures.

Deux nouveaux essais, l'un le 26 février et l'autre le 1^{er} mars, ne réussirent pas complètement. Mme B... n'éprouva qu'une indisposition et fut distraite par des personnes qui lui parlaient au moment où elle allait s'endormir.

Mais, le 2 mars, je recommence le même commandement chez moi à trois heures de l'après-midi. Je ne la rejoins qu'une heure après, et je la trouve dans une singulière attitude. Elle était assise et cousait une serviette ; les yeux étaient ouverts, les mouvements continuaient à se produire très régulièrement, mais avec une lenteur extraordinaire : elle cousait à peine trois ou quatre points par minute. Je lui prends le bras sans rien dire et le mets en l'air ; il reste immobile : elle était en véritable catalepsie et cet état durait au grand étonnement des personnes présentes depuis une heure. Elle avait peu à peu cessé de répondre aux questions et était restée ainsi immobile. Je lui baisse les paupières, aussitôt elle tombe en arrière et, dans cet état de somnambulisme à forme léthargique, elle ne cesse de répéter : « Oh, j'ai sommeil... vous me faites mal de me réveiller... j'ai sommeil, je vais tomber... vous me faites mal de me parler... M. Janet ne veut pas... quand est-ce qu'il va venir?... » Dans un instant de lucidité, elle me reconnaît, me saisit la main avec un cri de satisfaction et alors se rendort paisiblement et sans rêver.

Le lendemain, 3 mars, Mme B... ne fut pas endormie et se porta très bien.

Le 4, il faut signaler un incident assez curieux. Je voulais endormir Mme B... de chez moi par le commandement mental ordinaire et j'y pensais depuis trois ou quatre minutes quand plusieurs personnes entrant

chez moi vinrent interrompre ma singulière occupation. Il me fut impossible de la reprendre, et, quand une heure plus tard, je pus aller au pavillon où Mme B... se trouvait, je croyais l'expérience absolument manquée. Mme B... était sur une chaise, endormie en apparence depuis plus de trois quarts d'heure; sur ma recommandation, personne ne l'avait dérangée. Je voulus lui prendre la main pour provoquer les contractures caractéristiques, mais elle tressaillit immédiatement, ouvrit les yeux et se leva en disant qu'elle ne dormait pas du tout. Cependant, le regard était hagard, la démarche titubante, et je dus même la soutenir pour la mener dans une autre pièce. D'ailleurs, elle se rendormit bientôt complètement en me touchant la main. N'y a-t-il pas quelque chose de curieux dans cet étourdissement, ce demi-sommeil se produisant exactement le jour et l'heure où moi-même j'avais songé à l'endormir sans y mettre le temps suffisant?

Le 5 mars, d'ailleurs, dans les mêmes conditions et cette fois vers cinq heures du soir, je pensai à l'endormir pendant 10 minutes et je la trouvai peu d'instants après dans le même état de catalepsie déjà décrit.

Le 6 mars, ce fut M. Gibert qui essaya de l'endormir ainsi de chez lui et à une heure toute différente, à huit heures du soir. Il y réussit parfaitement, quoiqu'il n'eût pas endormi le sujet depuis huit jours. Remarquons que ce jour-là une tierce personne avait réglé sa montre sur celle de M. Gibert et observait de très près Mme B... On la vit s'endormir exactement à huit heures trois minutes. Une pareille précision rend toute coïncidence fortuite bien difficile à supposer.

Les jours suivants, nous n'avons pas essayé de sommeil à distance et le 9 mars, quand j'ai voulu recommencer, j'ai échoué.

Le 10 mars, c'est M. Gibert qui endort le sujet de chez lui; il fit même ce jour-là une expérience des plus intéressantes. Mais, comme je n'ai pas pu y assister et qu'elle fut recommencée plus tard, j'en retarde la description. Point de tentative le 11 ni le 12. Le 13, je l'endors de chez moi à quatre heures et je le trouve à quatre heures un quart en état de catalepsie. Ce jour-là encore elle cousait du même mouvement automatique un ouvrage qui paraissait compliqué et qu'elle exécutait assez bien, mais très lentement. Sans rien dire, sans la toucher, par conséquent sans la prévenir de ma présence, je me contente de lui commander par la pensée qu'elle doit dormir encore et plus profondément. Elle pousse un soupir, les mouvements des mains s'arrêtent et elle reste immobile dans la dernière position. J'insiste encore et elle retombe en arrière dans la plus complète résolution musculaire. Le choc sur les tendons du poignet produisait maintenant les contractures particulières à la léthargie. C'est là un exemple de cette augmentation du sommeil par le commandement mental que nous avons signalée avec plus de détails dans l'article envoyé à la *Revue scientifique* sur les phases intermédiaires de l'hypnotisme.

Le 14 mars, à trois heures, je l'ai encore endormie de la même manière

et je l'ai trouvée dans un état de somnambulisme léthargique sans aucun mouvement.

Enfin le mardi 16 mars, M. Gibert l'endormit de chez lui à huit heures du soir dans des conditions particulièrement intéressantes sur lesquelles nous aurons à revenir à propos d'autres phénomènes.

Tel est le récit des expériences qui ont été tentées sur le sommeil à distance pendant cette seconde série de recherches. Mme B... nous avait quittés le 18 mars. Mais plusieurs personnes, entre autres mon oncle, M. Paul Janet, M. le Dr Charles Richet, MM. Myers de Cambridge, M. le docteur Ochorowicz, M. Marillier, nous ayant exprimé le désir de voir quelques-unes de ces expériences, nous l'avons fait revenir au Havre le 13 avril. M. Marillier va sans doute faire à la Société le récit des expériences qui ont été tentées devant ces messieurs; je voudrais seulement indiquer dans quelles conditions elles ont été faites, ce qui les a précédées et suivies.

J'étais fort inquiet sur le succès de ces expériences parce qu'elles se présentaient à mon avis dans de mauvaises conditions. Je n'avais réussi le sommeil à distance auparavant qu'après un assez long exercice du sujet : 14 ou 15 séances au moins convenablement espacées, c'est-à-dire à peu près une par jour. Or ces messieurs devaient arriver au Havre deux ou trois jours à peine après l'arrivée de la somnambule qui devait avoir perdu depuis un mois une grande partie de son habitude hypnotique. Pour remédier à cet inconvénient, j'ai endormi le sujet plusieurs fois par jour. Je suis ainsi parvenu à mon but, c'est-à-dire à produire une plus grande sensibilité, mais en même temps j'ai produit un résultat fâcheux. Mme B... était extrêmement fatiguée; elle avait à de fréquentes reprises des maux de tête qui troublaient complètement les phénomènes normaux. Enfin il lui arriva au bout de quelques jours d'être dans une sorte de somnolence presque continuelle. Ainsi une fois elle tomba spontanément en catalepsie sans suggestion aucune, deux heures après avoir été réveillée. Mon avis est que ce jour-là, après deux séances d'hypnotisme fort longues, elle avait été mal réveillée.

En tous les cas voici simplement la statistique des expériences sur le sommeil à distance pendant ce troisième séjour de Mme B... au Havre. Le 14 avril, étant seul avec elle, je l'ai endormie sans la toucher, mais en me tenant dans la même chambre qu'elle. Le dimanche 18, j'étais encore seul; j'ai essayé pour la première fois dans cette série de l'endormir de chez moi : j'y ai parfaitement réussi; elle s'est endormie dix minutes après l'instant où j'avais commencé à y penser. Le lundi 19 mon oncle, M. Paul Janet, venait d'arriver au Havre; je voulais lui montrer d'abord la somnambule avant de tenter une expérience; il préféra, personne ne pouvant être prévenu, prier M. Gibert de l'endormir immédiatement de chez lui. Pris ainsi à l'improviste, M. Gibert essaya ce commandement à quatre heures: nous avons trouvé Mme B... complètement endormie à quatre heures un quart. Le mardi 20, M. Gibert l'a encore endormie de loin à huit heures du soir devant M. Paul Janet et

l'a fait venir chez lui par suggestion mentale comme je le raconterai tout à l'heure. Malheureusement, les deux jours suivants, le 21 et le 22, pour différentes raisons dans lesquelles la fatigue du sujet et ses maux de tête entrent pour beaucoup, deux essais de sommeil à distance tentés par M. Gibert, ne réussirent qu'incomplètement : le sujet ne s'endormit qu'une demi-heure plus tard après une longue résistance. Mais le même jour, 22 avril, M. Gibert l'endormit avec bien plus d'exactitude dans la soirée, et le vendredi et le samedi suivants, à deux heures différentes choisies par MM. Myers, Ochorovicz et Marillier, j'ai endormi le sujet de loin avec un plein succès et une grande précision.

Ces messieurs nous quittèrent le dimanche de Pâques et il était fort nécessaire de laisser reposer le sujet. Je n'ai repris ces recherches que le 4 mai où j'ai endormi le sujet de près ; mais les deux jours suivants, 5 et 6, j'ai encore obtenu deux fois le sommeil à distance. Le récit de ces expériences n'aurait aucun intérêt, car il serait identique aux précédents.

Une question que l'on se posera sans doute en lisant le récit de ces expériences est la suivante. Est-ce qu'il n'arrive jamais à Mme B... de s'endormir spontanément en dehors des heures où on lui commande le sommeil de loin ? si cela lui arrive souvent, les coïncidences deviendront moins merveilleuses.

Il est facile de répondre. Je ne parle pas du sommeil naturel qui s'est produit une fois après une promenade fatigante ; mais, pendant toute la durée de son séjour au Havre, je l'ai trouvée *deux fois* en état d'hypnotisme qui n'avait point été provoqué par notre commandement. Un jour, elle trouva vers onze heures du matin un album de photographies ; s'étant amusée à le feuilleter, elle s'arrêta devant la photographie de M. Gibert, puis elle ne bougea plus. Personne ne put la tirer de cet état qui était une catalepsie complète. Je ne fus prévenu du fait que trois heures plus tard et étant dans l'impossibilité de me rendre auprès d'elle je conseillai simplement qu'on lui fermât les yeux. A quatre heures et demie, je la retrouvai encore en somnambulisme. Elle fut très heureuse de me voir, mais ne voulut pas d'abord être réveillée par moi, elle retombait en arrière dès que je commençais à la réveiller et appelait M. Gibert. Au moyen de quelques suggestions, je lui persuadai que c'était moi qui l'avais endormie le matin et je pus la réveiller, non sans peine. Le réveil d'ailleurs a toujours été difficile.

Un autre jour, ainsi que je l'ai déjà dit, elle se rendormit spontanément deux heures après avoir été réveillée, mais elle était dans une période où je l'endormais tous les jours plusieurs fois et elle avait simplement été mal réveillée. D'ailleurs, pendant ces deux heures d'intervalle, elle n'avait pu ni parler ni manger : elle était donc restée malheureusement dans un état de demi-sommeil. Voilà certes deux cas où elle est tombée spontanément en hypnotisme, mais le sommeil n'a-t-il pas ici une explication claire et précise quoique curieuse, dans le premier cas, et peut-on complètement comparer ces deux faits avec les

autres accès d'hypnotisme survenant sans cause apparente juste au moment où nous lui commandions de loin le sommeil.

Faisons le résumé des expériences sur le sommeil à distance que j'ai rapportées aujourd'hui. Je ne parle pas des expériences qui ont été faites en se tenant dans la même chambre ou dans une chambre voisine et qui ont toujours réussi, mais je tiens compte de toutes les autres qui ont été tentées de loin, sauf une cependant que l'on essaya la nuit pendant le sommeil naturel du sujet. Elle n'eut aucun résultat, mais elle n'était pas faite dans des conditions normales. Je compte comme échecs toutes les expériences incomplètes où le sommeil a trop tardé à se produire. Voici la statistique définitive. Il y eut en tout vingt-deux expériences faites soit par M. Gibert soit par moi, sur lesquelles il faut compter six échecs, trois tout au début quand l'habitude somnambulique n'était pas encore assez forte, un plus tard également après une interruption de quelques jours dans les séances, et deux quand le sujet fatigué a résisté plus d'une demi-heure avant de s'endormir. Il y eut d'autre part seize succès précis et complets. Faut-il croire qu'il y a eu seize fois une coïncidence fortuite quoique exacte? La supposition est peut-être un peu invraisemblable; y a-t-il eu toutes les fois suggestion involontaire de notre part? Je ne puis répondre qu'une chose, c'est que très sincèrement nous avons pris toutes les précautions possibles pour l'éviter. Ne concluons donc qu'une chose, c'est que de pareils faits méritent d'être reproduits et étudiés, et à ce point de vue les expériences suivantes ont encore leur intérêt.

Dans ma première note à la Société de psychologie physiologique j'ai signalé un autre fait qui se rattache évidemment au précédent : ce sont les suggestions d'actes faites par la pensée. Je n'ai pas eu le temps de m'en occuper aussi sérieusement que du sommeil provoqué à distance et je n'ai pas obtenu moi-même de résultat bien net. Si j'approche mon front du sien pendant le somnambulisme léthargique, Mme B... paraît ressentir une impression pénible, et éloigne sa tête le plus possible. Si je lui donne alors un commandement par la pensée, elle me prend la main et la serre comme pour indiquer qu'elle a compris. Le lendemain, à l'heure exacte que je pensais la veille, elle est prise de grands troubles, de maux de tête, de tremblements et de sueurs froides; elle sait, dit-elle, qu'elle a quelque chose à faire, mais elle ne sait pas quoi et n'exécute pas la suggestion. En somme, elle ne comprend de mon commandement que l'heure et non pas l'acte à exécuter. En présence de cette indisposition pénible que la suggestion provoquait on comprend que je n'aie pas recommencé souvent cette expérience. Une seule fois j'ai obtenu un résultat assez curieux. Je lui avais suggéré par la pensée de prendre une lampe à onze heures du matin et de la porter au salon. A onze heures elle prit des allumettes et les enflamma les unes après les autres en étant d'ailleurs dans la plus grande agitation. Je l'endormis pour la calmer et ses premiers mots furent ceux-ci : « Pourquoi voulez-vous me faire allumer une lampe ce matin; il fait grand jour. » C'était un succès

presque complet qui ne s'est pas reproduit dans le petit nombre d'expériences que j'ai faites dans ce sens.

Mais M. Gibert a essayé trois fois ces suggestions mentales et avec plus de succès. Le 19 avril il lui suggère par la pensée de venir au-devant de nous à trois heures le lendemain. A l'heure dite, elle se tenait près de la porte et s'avança vers moi, mais elle s'enfuit à la vue d'autres personnes. La suggestion fut bien plus curieuse le 22 avril devant MM. Myers, M. Ochorovicz et M. Marillier. Ces messieurs la choisirent eux-mêmes et en virent le lendemain l'exécution complète. M. Marillier va la raconter, je ne ferai qu'une observation. Le sujet, ce jour-là, s'endormit après l'exécution de la suggestion, c'est qu'il tenait à la main un album de photographies qui lui rappelait le portrait de M. Gibert et l'a fait penser à dormir. Quelques jours plus tard, ces messieurs étant partis M. Gibert suggéra de même à Mme B... d'arroser le jardin; le lendemain, à deux heures vingt, elle prit un seau, le remplit d'eau et arrosa le bas du jardin. Après l'acte, elle se retira et ne s'endormit pas, le trouble se dissipa peu à peu.

Nous avons découvert une autre action de la pensée sur Mme B... pendant son sommeil, d'un effet beaucoup plus certain. Le sommeil hypnotique de ce sujet est maintenant assez compliqué; il se compose d'un grand nombre de phases qui ne sont probablement que des degrés de sommeil. Une influence très minime, un léger souffle suffit pour faire passer le sujet d'une phase dans l'autre. M. Gibert était persuadé dès le début que le commandement mental pourrait amener le même résultat, et il fit même parcourir au sujet plusieurs phases par ce moyen : ainsi, il la réveillait facilement des phases léthargiques et la faisait entrer dans le somnambulisme lucide. Ce n'est qu'assez tard vers le 12 mars que j'ai réussi à produire ainsi le cycle complet des états. Sans toucher Mme B... le moins du monde, en me tenant à deux mètres d'elle, je pensais qu'elle devait se réveiller et elle parcourait toutes les phases consécutives en poussant un soupir caractéristique à chaque changement. Mais il faut faire à ce propos plusieurs remarques. D'abord le phénomène est devenu de moins en moins net, car les phases qui primitivement duraient chacune fort longtemps deviennent maintenant très courtes et changent spontanément. Ensuite le parcours commandé par la pensée se fait presque toujours dans le même sens de la léthargie à la catalepsie avant d'arriver au somnambulisme; ce n'est que rarement qu'on a pu par le commandement mental faire parcourir les phases en sens inverse. Enfin, il est presque impossible de réveiller entièrement Mme B... par ce procédé; le plus souvent elle recommence indéfiniment la série des phases. Une fois cependant M. Gibert réussit ainsi à la réveiller complètement : c'est un fait très intéressant, car il est l'inverse du commandement mental du sommeil, mais il est difficile à reproduire.

Vers la fin de ces séances, j'ai obtenu une autre action encore par le commandement mental. J'ai pu, en me tenant près d'elle, la faire lever entièrement et marcher en travers de la chambre rien qu'en y pensant; mais M. Gibert a réussi dans ce sens une très belle expérience à laquelle

j'ai déjà fait allusion et qui est bien plus concluante. Le 16 mars, il fut convenu entre nous que M. Gibert endormirait Mme B... par la pensée, de chez lui, et qu'il essaierait en restant toujours chez lui de la forcer à se lever et à venir nous rejoindre. Mon frère, Jules Janet, interne des hôpitaux de Paris, se trouvait alors au Havre et devait venir avec moi chez M. Gibert avant huit heures du soir, moment où nous avions l'intention de commencer l'expérience. Un retard inattendu nous empêcha de rejoindre M. Gibert assez tôt et l'expérience ne put commencer qu'à neuf heures. Je signale cet incident insignifiant : car si, par extraordinaire, Mme B... avait pu être prévenue de notre intention, elle se serait endormie et se serait mise en marche à huit heures et non pas à neuf heures. Or, voici ce qui arriva. Ne voulant pas laisser cette femme endormie marcher au travers des rues sans précautions, j'ai quitté M. Gibert et j'ai été vers le pavillon où se trouvait Mme B. Je ne suis pas entré, de peur de produire quelque suggestion par ma présence, mais je suis seulement resté assez loin dans la rue. A neuf heures et quelques minutes, Mme B... est sortie brusquement de la maison ; elle ne s'était pas couverte et marchait à pas précipités ; je me suis mis auprès d'elle et j'ai vu qu'elle avait les yeux entièrement fermés et qu'elle avait tous les signes que je connaissais bien de son état somnambulique : elle évitait tous les obstacles avec une adresse qui me rassura, mais elle fut très longue à me reconnaître. Au début, elle me repoussait et ne voulait pas, disait-elle, être accompagnée ; au bout de deux cents mètres, elle sut qui j'étais et parut satisfaite de ma présence. D'ailleurs à plusieurs reprises, je fus très inquiet par des hésitations de sa marche ; elle s'arrêtait et se balançait en avant et en arrière comme si elle allait tomber. Je craignais beaucoup qu'elle n'entrât brusquement dans une période de léthargie ou de catalepsie qui aurait rendu le voyage difficile : il n'en fut rien ; elle se redressa et arriva sans encombre. A peine arrivée, elle tomba sur un fauteuil dans la léthargie la plus profonde. Cette léthargie ne fut interrompue qu'un instant par une période de somnambulisme où elle murmura : « Je suis venue... j'ai vu M. Janet... j'ai réfléchi qu'il ne faut pas que je prenne la rue d'Étretat, il y a trop de monde... (elle a pris d'elle-même une autre rue). Un homme s'est jeté devant moi... il a dit que j'étais aveugle, est-il bête... » et elle resta longtemps endormie. Plus tard elle revint au somnambulisme et raconta qu'elle avait éprouvé beaucoup de fatigue et d'hésitation pendant la route, parce que, croyait-elle, M. Gibert n'avait pas pensé assez continûment à la faire venir. Elle s'était endormie, comme on me le raconta ensuite, quelques minutes avant neuf heures, c'est-à-dire à l'heure où M. Gibert y avait pensé, mais elle ne s'était mise en marche que cinq ou six minutes plus tard.

Cette expérience fut recommencée avec le même succès une fois devant M. Paul Janet le 20 avril et une autre fois devant MM. Myers, Marillier et Ochorovicz le 22. Notons que jamais Mme B... ne s'endort ainsi le soir et ne se met en route en somnambulisme.

Je dois pour être complet ajouter certains faits du même genre qui se

rapportent aux hallucinations. Il est facile de donner à Mme B... des hallucinations, soit en les lui commandant immédiatement pendant le somnambulisme les yeux ouverts ou somnambulisme cataleptique : Voici une fleur rouge, lui dit-on, et elle la voit, soit en lui commandant l'hallucination pendant les périodes léthargiques du somnambulisme, et alors cette suggestion se réalise plus tard lorsque le sujet entre dans la phase de somnambulisme proprement dit. Mais, chose curieuse dans les deux cas, l'hallucination n'existe que lorsque la personne qui l'a suggérée touche la main du sujet. Je lui ai dit de voir un beau bouquet ou des oiseaux multicolores; tant que je lui tiens la main elle est enchantée de ce beau spectacle; elle sent même le bouquet et caresse les oiseaux; mais dès que j'écarte ma main, la voici qui gémit, car tout a disparu. Si je la touche si peu que ce soit sur la main ou sur la figure, elle rit, car tout revient. Il faut noter que ce fait n'est pas le résultat d'une suggestion; il s'est toujours produit et j'ai été fort étonné de le constater. Si une autre personne que moi lui touche la main, l'hallucination que j'ai suggérée ne se produit pas; mais voici qui est plus extraordinaire : si je touche moi-même cette seconde personne, même à l'insu de la somnambule, l'hallucination réapparaît aussitôt comme si une action quelconque exercée par moi avait passé au travers du corps de la personne que je touche. Si on fait une sorte de chaîne avec plusieurs personnes intermédiaires, le phénomène n'est plus aussi constant. Je me contente de signaler ce fait qu'il faut peut-être rapprocher des phénomènes si curieux d'électivité que l'on a déjà observés.

Il y a aussi chez Mme B... une sorte d'hallucination produite, on peut le dire, par suggestion mentale. Elle paraît éprouver les mêmes sensations que j'éprouve moi-même ou qui sont ressenties par quelqu'une des personnes présentes avec laquelle elle semble plus particulièrement en relation. J'ai déjà dit qu'elle croit boire et manger quand je le fais pendant son sommeil; nous avons remarqué cette fois que le phénomène se passe encore même si je me trouve dans une autre chambre. On voit sur sa gorge les mouvements de déglutition; peut-être devrais-je essayer d'enregistrer ces mouvements pour voir s'ils sont bien parallèles à ceux qui se passent en moi-même. Si, même dans une autre chambre je me pince fortement le bras ou la jambe, elle pousse des cris et s'indigne qu'on la pince aussi au bras ou au mollet. Enfin, mon frère qui assistait à ces expériences et qui avait sur elle une singulière influence, car elle le confondait avec moi, essaya quelque chose de plus curieux. En se tenant dans une autre chambre, il se brûla fortement le bras pendant que Mme B... était dans cette phase de somnambulisme léthargique où elle ressent les suggestions mentales. Mme B... poussa des cris terribles et j'eus de la peine à la maintenir. Elle tenait son bras droit au-dessus du poignet et se plaignait d'y souffrir beaucoup. Or je ne savais pas moi-même exactement l'endroit où mon frère avait voulu se brûler. C'était bien à cette place-là. Quand Mme B... fut réveillée, je vis avec étonnement qu'elle serrait encore son poignet droit et se plaignait d'y souffrir beau-

coup sans savoir pourquoi. Le lendemain elle soignait encore son bras avec des compresses d'eau fraîche, et le soir je constatais un gonflement et une rougeur très apparents à l'endroit exact où mon frère s'était brûlé, mais il faut remarquer qu'elle s'était touché et gratté le bras pendant la journée. L'expérience n'est pas amusante à recommencer, mais il est bien probable qu'en prenant plus de précautions on provoquerait ainsi par suggestion mentale ou par communication de sensation une véritable brûlure : ce serait un singulier moyen de vérifier l'action de la pensée. Ce phénomène de la communication des sensations ne se produit qu'après une longue suite de séances et à la fin d'une séance qui a duré elle-même plusieurs heures : ainsi ne l'ai-je pas revu une autre fois avec la même netteté.

Telles sont les expériences nouvelles que je voulais raconter à la Société de psychologie physiologique. Les faits que j'ai rapportés en premier lieu ont été vérifiés fréquemment et avec beaucoup de précision. Les derniers sont plus rares, difficiles à reproduire à volonté et je ne les ai signalés que comme des faits curieux qui peuvent se rattacher aux premiers. Mais ni les uns ni les autres ne se rapportent à ce qu'on est convenu d'appeler à tort ou à raison la lucidité des somnambules. Il y aurait sans doute une étude psychologique intéressante à faire sur l'état moral singulier qu'on est convenu de désigner par ce nom ; mais je ne l'ai pas faite. J'espère simplement que les observateurs qui ont eu l'obligeance de confirmer mon premier récit sur la suggestion mentale voudront bien signaler encore les résultats de leurs recherches. Il faut recueillir encore des faits plus précis et plus nombreux sur ce sujet délicat qui intéresse autant la physiologie que la psychologie.

Le Havre, 25 mai 1886.

PIERRE JANET.

LIVRES DÉPOSÉS AU BUREAU DE LA REVUE

E. CLAY. *L'alternative : contribution à la psychologie*, trad. de l'anglais, par A. BURDEAU, in-8°. Paris, Alcan.

SCHOPENHAUER. *Le monde comme volonté et comme représentation*, traduit pour la première fois en français par J.-A. CANTACUZÈNE, 2 vol. in-8°. Bucarest, Sostchek.

HORION. *Les partis politiques*, in-8° (brochure). Liège, Decq.

STOLIPINE. *Essai de philosophie des sciences*, in-8° (brochure). Genève, Cherbuliez.

A. HERZEN. *Les conditions physiques de la conscience*, in-8°. Genève, Stapelmohr.

MAUREL-DUPEYRÉ. *Le Procès-verbal de la vie*, in-8°. Paris, Quantin.

PEREZ (Bernard). *L'enfant de trois à sept ans*, in-8°. Paris, Alcan.