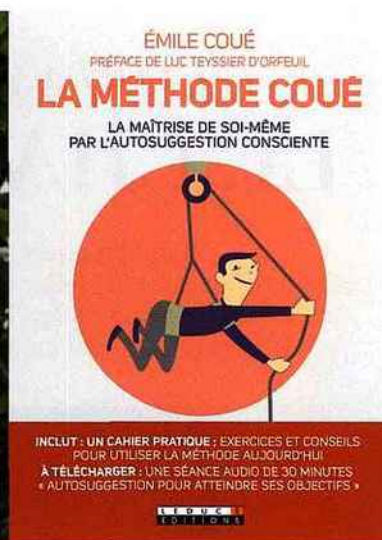
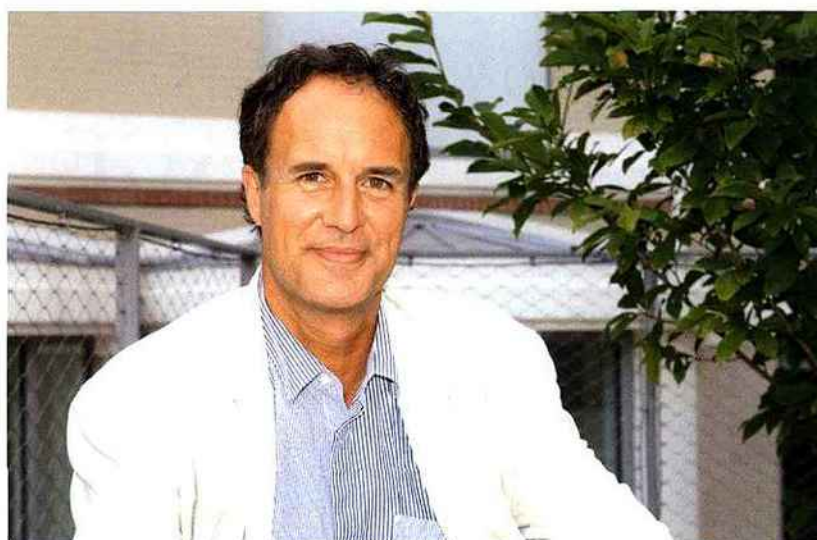




PORTRAIT

culture



« La Méthode Coué », préfacée par Luc Teyssier d'Orfeuil est une réédition augmentée du texte intégral d'Émile Coué. À découvrir.

QUATRE QUESTIONS À LUC TEYSSIER D'ORFEUIL

Luc Teyssier d'Orfeuil est parisien, auteur, coach en entreprises et passionné par Coué. Chaque jour il se sert de cette technique d'autosuggestion consciente et positive.

POURQUOI VOUS ÊTES-VOUS INTÉRESSÉ À ÉMILE COUÉ ? | À mes débuts à Paris, je coachais des comédiens puis peu à peu j'ai adapté mon travail aux entreprises. Quand j'ai découvert Coué il y a bientôt plus de trente ans, j'ai trouvé cet homme vraiment génial. J'ai tout lu de lui, m'en suis imprégné et j'ai décidé que ce serait la technique la plus évidente et la plus prégnante pour travailler avec mes propres clients. Je suis passionné par ce pharmacien de Troyes qui comme méthode de guérison et de développement personnel s'est servi d'une technique, l'autosuggestion conscience et positive qui dit en résumé « Tous les jours, à tous points de vue, je vais de mieux en mieux ». Voilà ce qu'il suggérait de répéter matin et soir vingt fois de suite.

COMMENT A-T-IL IMAGINÉ CETTE MÉTHODE ? | À 26 ans, en 1883, quand il ouvre sa première officine à Troyes donc, il se rend peu à peu compte que servir des médicaments c'est une chose, mais les délivrer en certifiant à ses clients que cela allait les guérir rapidement fonctionnait bien mieux.

Il donnait volontairement une prescription de façon très précise pour les convaincre : « Vous prenez deux gélules le matin et trois le soir, et vous verrez, vous serez sur pied dans une semaine. » Et cela marchait. Progressivement il appliquait donc ce que l'on nommera plus tard « l'effet placebo ». Il estime que certaines personnes ont juste besoin d'être rassurées et qu'une partie de leur maladie est dans la tête. En résumé nos actes, nos pensées, nos paroles ont un impact sur nos connexions neuronales. Nos autosuggestions positives, quelle qu'en soit la nature, influent sur notre physiologie, sur notre mental et sur notre condition physique.

ET C'EST POUR APPROFONDIR SA MÉTHODE QU'IL VIENT À NANCY... | Oui, il apprend qu'à Nancy, le docteur Ambroise-Auguste Liébault pratique une technique qui l'intrigue : l'hypnose. En 1886, il lui rend visite et se passionne pour cette technique, puis il découvre Berheim. Il s'installe finalement à Nancy en 1910 où il fonde une « clinique libre » dans sa maison. Il y reçoit

gracieusement les malades qui viennent le consulter, lors de séances individuelles ou collectives qui ont lieu dans son bureau où des guérisons se seraient produites en grand nombre. On vient bientôt à lui de tous les rangs de la société et même de loin : d'Angleterre, des États-Unis, de Russie... Henry Ford des usines Ford l'a consulté, le grand-duc Boris de Russie... Il pouvait donner jusqu'à cinq conférences par jour et toujours gratuitement... En 1923, il publie pour la première fois sa méthode.

VOUS ESTIMEZ QU'IL DEVRAIT RENTRER AU PANTHÉON ! | Tout à fait. Nous sommes une petite poignée à défendre Coué en France – peut-être quatre ou cinq – et j'ai déjà coécrit plusieurs livres sur lui, mais je suis toujours aussi impressionné. Comme Voltaire, Rousseau, Jean Moulin ou Pierre et Marie Curie, il aurait toute sa place au Panthéon. D'ailleurs, nous avons organisé en 2011 un premier congrès international à son sujet et j'aimerais réitérer ce grand rendez-vous en 2017, pour commémorer les 160 ans de sa naissance.