

# PRÉFACE

Je me souviens d'une journée passée à Phœnix – Arizona – en 1981.

Milton Erickson était mort depuis peu et Jeffrey Zeig, le fondateur de la fondation Erickson m'avait invité à passer l'après-midi chez lui pour y visionner différentes bandes vidéo du travail de celui-ci.

Mon sentiment dominant cet après-midi là : celui d'être le spectateur de quelque chose de fascinant, mêlé d'une impression frustrante, celle de passer à côté d'une partie de ce qu'Erickson faisait, faute de clés pour décoder son travail. Pour mieux comprendre ce que je voyais, j'aurais aimé, à l'époque, avoir lu le livre d'Olivier Lockert, car il a su capter l'essence de cette "Nouvelle Hypnose" et la transmettre d'une façon à la fois simple et subtile.

Ce besoin, celui d'un manuel clair, pratique, qui démystifie l'Hypnose et la rend accessible au plus grand nombre restait entier, la plupart des livres publiés sur Erickson étant le plus souvent abstraits et théoriques.

Par son livre, Olivier répond à ce besoin. En empruntant de façon préférentielle à la PNL et à ses grilles de décodage, il entraîne pas à pas le lecteur dans une découverte claire et stimulante de l'Hypnose. Il nous montre bien également le lien étroit qui unit ces deux approches.

Largement illustré de cas tirés de son expérience, son livre est celui d'un praticien chevronné et d'un pédagogue qui sait nous rendre la "logique" de cette approche accessible. Avant tout manuel pratique, il sera apprécié par tous ceux qui s'intéressent à l'Hypnose et à la PNL, ainsi que, plus largement, par toutes les personnes qui sont engagées dans un chemin d'évolution personnelle et qui trouveront là des outils de qualité pour mieux vivre leur vie.

Alain Cayrol  
Genève, le 15 mai 2000

*Alain Cayrol a introduit le travail d'Erickson et la PNL dans le monde francophone, au début des années 1980. Il fut le co-fondateur de l'Institut Français de PNL, a créé l'École de PNL et écrit plusieurs ouvrages sur le sujet. Après avoir enseigné l'Hypnose Ericksonienne et la PNL pendant près de 20 ans, il dirige aujourd'hui l'Institut de Coaching International à Genève.*