

Ma relation avec l'inconscient



Pour comprendre la différence entre le Moi et l'Inconscient il faudrait avoir lu le [Préambule](#) jusqu'au rêve de l'ours.

Il est toujours difficile d'accepter, de comprendre que l'inconscient (également ses parties) réagit comme une personne. Il est autonome comme peut l'être mon moi que je ressens quand je dis "moi je...". Il réagit comme une autre personne que je connaîtrai vaguement, comme un étranger. Mais en même temps j'ai l'impression qu'il fait aussi partie de moi d'où la difficulté. Quand il m'envoie un message très désagréable sous forme de rêve cela me touche énormément mais très vite je vais me protéger en refusant sa réalité. "Ouf. Ce n'est qu'un rêve" ou j'en parle en plaisantant. Je supprime sa réalité, la réalité de cet étranger, de son message. Qu'il retourne dans son pays!

Nous deux (Moi , l'inconscient) nous avons grand intérêt à être en relation même si ce n'est pas facile car nous sommes tellement différents. Moi je suis structuré autour de ce qu'on appelle le rationnel et lui c'est l'irrationnel. Si je refuse cette relation, si je bâts un mur entre nous, je dépense énormément d'énergie ce qui m'affaiblit, me fatigue. Lui aussi a besoin de moi, il a besoin que je le reconnaisse, le considère, le respecte. Si ce n'est pas le cas il va accumuler des forces patiemment, en attendant le moment propice, le moment de ma faiblesse pour m'attaquer avec sauvagerie. Ce sera d'autant plus sauvage qu'il aura attendu longtemps. Cette attaque peut prendre de nombreuses formes : Un burn out, un accident, une maladie...

C'est vital pour moi de le fréquenter régulièrement parce qu'il est mon origine (ma mère), mon réservoir d'énergie, mes racines. Que fait un arbre sans racines très puissantes? Il s'envole à la moindre tempête et meurt ou reste estropié. Cette fréquentation ne veut pas dire que je dois tout accepter de lui. Face à lui je dois être moi-même si nécessaire avec vigueur mais ne pas fermer la porte.

Voici deux rêves qui montrent une relation positive entre le moi du rêveur et l'inconscient

Rêve - La friche cultivée par d'autres
J'habite dans une maison entourée d'un terrain dans lequel je jardine régulièrement. Au delà de ce terrain il y a une très grande friche dont je ne perçois pas de frontière. Elle semble être à moi tout en n'étant pas à moi. C'est bizarre...

Je m'aperçois que dans cette friche il y a des parties qui ont été cultivées par d'autres, beaucoup d'autres. Je suis émerveillé et très heureux de cette découverte. Je vais amplifier cela en trouvant d'autres personnes qui pourraient faire la même chose sur des endroits qui sont encore en friche.

Ce rêve utilise le symbole du jardinage ce qui est assez courant. Le jardinier travaille la terre, sa terre intérieure quand il a une démarche de s'intéresser à ce qu'il est. S'il s'y prend correctement il pourra obtenir des fruits, des légumes, une nourriture qui lui permettra de vivre en puisant dans son réservoir d'énergie, la nature en lui, sa nature inconsciente. Mais ce n'est pas lui seul qui fait pousser les fruits, les légumes. Ils poussent naturellement grâce au sol, au soleil, à la pluie, aux saisons... à ce que nous nommons la nature. Le jardinier doit rester humble. Il ne fait qu'accompagner le travail de la nature. Cet accompagnement est important mais il ne suffit pas. Si le jardinier prend la grosse tête, s'il croit pouvoir se passer de la nature par toutes sortes de techniques, d'artifices (engrais, pesticides, cultures hors sol...) cela marchera un certain nombres d'années mais la qualité des fruits et légumes va se dégrader (le sol, l'air également) et ils ne pourront plus le nourrir. Le jardinier doit rester humble et toujours se poser la question de la limite de son action. Qu'est-ce que je fais et quelle place je laisse à la nature? Je ne dois pas prendre sa place sinon je me sens un dieu tout puissant alors qu'en réalité je ne suis qu'un apprenti sorcier. Nous devons nous poser la même question dans un travail intérieur (que ce soit par les rêves ou autre). Qu'est-ce que je fais et quelle place je laisse à ma nature inconsciente?

A propos de la friche dont il ne perçoit pas la frontière, le rêveur dit "Elle semble être à moi tout en n'étant pas à moi. C'est bizarre..." Cette perception exprime bien que cette friche représente son inconscient. Sa maison et le jardin qui l'entourent représentent son moi. C'est là où il se sent chez lui où il peut décider de jardiner en faisant des efforts conscients pour évoluer dans le sens qui lui paraît souhaitable. Son moi est aussi la nature en lui mais une nature consciente. Au delà c'est la friche inconsciente.

Il découvre que des parties de la friche ont été cultivées par d'autres. Il n'y a pas que le moi qui évolue, l'inconscient également. Cette évolution est le résultat du travail d'autres c'est-à-dire de ses ombres inconscientes. On pourrait penser que cette évolution de l'inconscient s'est faite seule sans lien avec le moi. On pourrait également faire l'hypothèse qu'elle est une conséquence du travail du moi. La découverte de cette évolution est une conscience du moi qui s'élargit. Il est émerveillé, heureux. Cette sensation évoque la découverte de la Jérusalem céleste dans le rêve – La trottinette un moyen pour atteindre la Jérusalem céleste (voir [L'amour est-il impossible?](#)). Le moi souhaite amplifier le jardinage de la friche en s'adressant à d'autres personnes, en se rapprochant d'autres ombres en lui. Il a compris qu'il ne peut pas le faire lui-même.

Voici maintenant le rêve d'une femme.

Rêve - Je découvrais la maison à côté de la mienne
J'étais en train de marcher dans un lotissement. Au début du rêve il me semblait que je ne connaissais pas ce lotissement. Puis je me rends compte que c'est celui où j'habite. J'ai l'impression d'être à la fois chez moi et en même temps très loin.

Un fourgon aménagé descend dans la rue et s'arrête à ma hauteur. Le couple qui est à l'intérieur cherche une maison. Ils savent qu'elle est dans la rue mais ont oublié l'adresse exacte. Ils me disent qu'il s'agit d'une maison simple, de plein pied avec beaucoup de fenêtres, de portes ouvertes. Elle est entourée d'un jardin très nature avec beaucoup d'arbres comme à la campagne. Ils ajoutent que cette maison est très différente des autres qui elles sont très cossues. Deux femmes vivent là avec des enfants. Je ne vois pas. Je suis désolée de ne pas pouvoir les renseigner.

Au moment où le fourgon repart je les arrête car d'un seul coup cela est devenu une évidence pour moi. La mémoire me revient comme si j'étais quelqu'un d'autre. En fait la maison est juste à côté de la mienne. En descendant la rue je les accompagne. Le couple est très content. Ils me disent qu'une des deux femmes vient de mourir en laissant une petite fille. Heureusement qu'il y a l'autre femme. Je leur montre la maison que je trouve très attrayante. Je me rends compte que jusqu'ici je n'avais pas prêté attention à elle. Comment était-ce possible?

Maintenant je ressens le besoin de me préoccuper de ce qui se passe dans cette maison. J'aperçois la petite fille qui court dans le jardin. Elle rit, elle est pieds nus, cheveux longs et porte une robe blanche assez longue. Elle semble très à l'aise, en contact avec la nature. Elle est avec un homme jeune qui s'en occupe très bien. Il y a une proximité entre eux deux.

Je suis rassurée. Cet homme s'occupera bien d'elle.

Dans ce rêve nous retrouvons la perception de l'inconscient qui est une partie importante de notre personnalité. Il est représenté par le lotissement car " Au début du rêve il me semblait que je ne connaissais pas ce lotissement. Puis je me rends compte que c'est celui où j'habite. J'ai l'impression d'être à la fois chez moi et en même temps très loin." Il est également représenté par cette maison qui est juste à côté de celle de la rêveuse et qu'elle ne voyait pas, ne connaissait pas. Pour la découvrir, la redécouvrir, il lui a fallu retrouver la mémoire, une mémoire cachée en elle "comme si elle était quelqu'un d'autre". Il faut noter que cette prise de conscience a été suscitée par l'arrivée et le questionnement de ce couple qu'elle ne connaît pas, ce couple étranger pour elle.

Comme dans le rêve précédent elle est émerveillée et heureuse de sa découverte. Elle est très attirée par cette maison et cette petite fille qui toutes les deux respirent la nature, l'ouverture, la vie. Elle a très envie de s'impliquer dans cette découverte.

La petite fille représente une nouvelle énergie féminine, une énergie plus proche de la nature inconsciente, plus libre de tous les conditionnements. Elle représente l'esprit d'enfance, la naïveté de l'enfant qui s'émerveille devant le nouveau sans réserve, sans idées préconçues.

Pourquoi le départ de la mère de la petite fille et l'arrivée de cet homme jeune qui rassure la rêveuse? Pour répondre à cette question il faut connaître le contexte du rêve c'est-à-dire la personnalité de la rêveuse, sa vie au moment du rêve. C'est une femme que l'on peut dire très féminine au sens où elle est intuitive, très à l'écoute des autres, très à l'écoute de son intériorité, de son inconscient. L'inconscient qui comme souvent cherche à compenser l'attitude consciente, l'emmène vers des attitudes que l'on peut qualifier de masculines : une intégration plus grande à la réalité extérieure, un développement de la pensée dirigée, ordonnée. D'où l'arrivée de cet homme en elle qui est jeune car c'est assez récent pour elle. Pour cela il a fallu qu'une femme meure car il y avait peut-être trop de féminin. Il y avait peut-être trop d'un certain type de féminin, un féminin adapté à la société, consensuel. Cet homme va permettre que se développe ce que représente la petite fille : Un féminin très pur, très nature, rebelle.

Nous remarquons ici, ce qu'on peut discerner souvent dans les rêves à propos du lien entre ce qu'on appelle le féminin (ou attitudes dites féminines) et le masculin (ou attitudes dites masculines). Ce sont deux opposés qui s'excluent. Ici l'homme apparaît parce que la femme est partie. Et en même temps ils sont intimement, inconsciemment liés. Ici l'homme est nécessaire pour le développement de la petite fille. Les attitudes masculines sont nécessaires à cette rêveuse pour qu'elle soit pleinement elle même, pleinement femme. (voir également **ACCUEIL DES RÊVES à partir de [Marginalité – Conformisme](#)**)

A propos des rêves qui montrent une relation conflictuelle entre le moi du rêveur et l'inconscient

Ils sont très nombreux. Le lecteur en trouvera facilement dans ses propres rêves. Ce sont tous les rêves désagréables, les cauchemars. Ils sont d'une importance capitale car ils montrent les conflits à l'œuvre. Ils sont chaque fois des occasions de prise de conscience qui permettront d'aller vers plus d'harmonie à condition que nous ne cherchions pas à nous en débarrasser.