

Préambule

S'intéresser aux rêves ce n'est pas être dans les nuages, ce n'est pas être déconnecté de la réalité. Notre vie intérieure est autant la réalité que notre vie extérieure. S'intéresser aux rêves, au contraire, c'est aller vers l'union de ces deux vies de telle façon que nous soyons pleinement vivant, pleinement incarné dans la réalité.

L'inconscient et moi

L'homme est fait de multiples personnages. C'est bien là la source de nos nombreux problèmes mais c'est aussi une très grande richesse dont nous avons du mal à prendre conscience.

Pour simplifier on peut dire que l'homme est fait de deux parties assez distinctes. La première est ce qu'on peut appeler le moi conscient. Quand je dis "je", "moi", j'ai l'impression de savoir ce que représente ce "je". Je fais des choses, je pense, je suis quelqu'un. Mais en fait ce n'est pas aussi clair que cela. Parfois je fais ou dis des choses que je n'ai pas vraiment voulu, que je regrette. Parfois j'ai des réactions qui m'étonnent. Parfois je pense des choses que je ne voudrais pas penser. Tout cela crée en moi des conflits, des malaises. En réalité, ces actions, ces pensées proviennent d'ailleurs, d'une autre partie en moi que le monde moderne appelle l'inconscient. Ce mot veut dire "qui n'est pas conscient", que je ne connais pas. Suivant les traditions, les époques, l'inconscient a été nommé par d'innombrables mots qui ne recouvrent pas forcément la même réalité : les profondeurs, le ciel, l'enfer, les dieux... le monde des morts, des ancêtres, des elfes... les corps astral, éthélique, émotionnel, énergétique... notre double secret...

Quand je dis moi, est-ce que mon corps est dans ce moi ? Je peux en avoir l'impression quand je parle, quand je marche ou fait toutes sortes de mouvements. Mais en réalité je ne contrôle pas grand-chose de mon corps. Il agit souvent indépendamment de moi, par exemple quand il ne supporte pas certaines nourritures que je lui donne ou quand il est malade, quand il réagit par des émotions, quand il parle à ma place quand je fais des lapsus... De toutes ces actions je n'ai pas l'impression d'en être l'auteur. Mon corps réagit comme s'il était un autre en moi. St François d'Assise l'appelait "Frère Corps". Comme tous les mystiques il était très proche de cette réalité inconsciente en nous.

"Mon" inconscient ? Est-ce toujours le mien ? Quand deux êtres chers sont à des milliers de km et que l'un d'eux ayant un accident grave, l'autre le ressent dans sa chair ou dans un rêve, est-ce par l'intermédiaire de "son" inconscient ou plutôt par celui d'un inconscient commun à plusieurs personnes, à toute une communauté ou à toute l'humanité ? C.G. Jung parlait d'inconscient collectif.

L'accueil des rêves

Quand je me souviens d'un rêve, c'est bien à moi qu'il est apparu mais je ne n'ai pas l'impression de l'avoir fabriqué. Il vient donc d'ailleurs, de cet autre en moi qui me l'envoie. Je peux vivre sans trop en tenir compte dans des périodes où je suis très orienté

vers l'extérieur, vers la vie concrète. Mais dans d'autres périodes de ma vie, j'ai tendance à y faire plus attention, à le ressentir davantage, en particulier dans les périodes de maladies, de souffrance, d'angoisse, quand j'approche de la mort. Ceux qu'on appelle les artistes le ressentent beaucoup plus. Donc je suis moi et en même temps je vis avec un autre en moi, un double, une sorte de jumeau qui peut être perçu comme une femme si je suis un homme, ou comme un homme si je suis une femme et je ne peux pas à long terme me désintéresser totalement de lui parce qu'il agit en moi. Quand je m'en désintéresse trop je peux ressentir des conflits comme si quelqu'un de proche n'était pas d'accord avec ce que je faisais.

Il est fondamental d'être en lien avec cet autre, d'apprendre à le connaître parce que c'est aussi moi. Si je parle de cette autre partie inconsciente comme d'une personne c'est parce que le travail sur les rêves nous montre peu à peu que cette autre partie réagit comme une personne. Elle s'adapte à notre comportement, à ce que nous pensons. Par exemple, si je commence à travailler sur les rêves, mes rêves vont évoluer, vont changer. Ils ne vont pas changer parce que j'ai décidé de les changer mais parce que l'autre en moi s'adapte à ce que je suis. C'est comme si un dialogue s'instaurait entre ces deux parties moi et l'autre, cet autre qui peut paraître comme un étranger puisque je le perçois à peine et j'ai du mal à comprendre ce qu'il veut me dire. Quand il parle à travers les rêves c'est souvent par l'intermédiaire d'images qui ne semblent pas ordonnées d'une façon logique. Cela paraît farfelu. On en rit souvent sauf quand le rêve s'accompagne d'une émotion forte.

Deux rêves de présentation

1. Le rêve de l'œuf

Une moitié de coquille d'œuf blanche. Il est dit qu'il y aura une naissance. La rêveuse perçoit l'autre moitié d'œuf qui est noire mais elle ne la voit pas.

Ce rêve montre bien les deux parties qui sont en nous. La moitié de coquille blanche peut représenter la conscience, notre moi conscient. L'autre moitié l'inconscient. Elle est noire et n'est pas très visible puisque la rêveuse ne la voit pas. Elle la sent, la perçoit et cela correspond assez bien à la réalité. Par moments on peut percevoir des parties inconscientes en nous mais ne pas vraiment les voir. Il est question des deux parties d'un œuf. L'œuf est un symbole qui représente le futur poussin, la future naissance. D'ailleurs il est dit dans ce rêve qu'il y aura une naissance. Ce rêve nous montre que pour obtenir cette naissance, il faut que les deux parties, la partie consciente et la partie inconsciente, soient réunies afin que cet œuf soit complet. Réunir ces deux parties, c'est créer un lien entre elles. Le travail sur les rêves permet de créer ce lien, de créer cette rencontre entre la moitié de coquille blanche et la moitié de coquille noire ce qui permettra cette naissance. Cette nouvelle naissance, cette nouvelle énergie dont nous prenons conscience à partir des images du rêve nous donnera une sensation d'ouverture, d'élargissement, sensation de nous sentir plus uni, plus enraciné, paradoxalement plus conscient et plus à même d'affronter la vie.

Les cauchemars

Le travail sur les rêves peut faire peur. On peut s'imaginer que se plonger dans cet inconnu qui est en nous peut nous apporter des surprises. Ce qui n'est pas faux. L'inconnu fait souvent peur. Or la vie elle-même nous est inconnue. Que va-t-il se passer demain, après-demain ? Nous pouvons essayer de le prévoir ou l'organiser mais l'imprévu sera toujours au rendez-vous. Souvent, quand on parle de rêves, les gens abordent la notion de cauchemar. Le réflexe naturel n'est pas de vouloir le comprendre. On préférerait s'en débarrasser. On s'en débarrasse en disant : "Ce n'est qu'un rêve." Sous-entendu, ce n'est pas la réalité. On ne le prend pas au sérieux sauf s'il revient souvent. Le cauchemar est un message qui nous vient justement de cet autre en nous. Si c'est un cauchemar, s'il nous fait peur, c'est que c'est un appel pour qu'on se réveille, qu'on prenne conscience d'une situation qu'on ne voit pas. Voici un rêve qui montre une sorte de cauchemar. Un cauchemar qui se termine bien. Il montre que l'attitude intérieure de la rêveuse est importante pour que cette issue soit possible.

2. Le rêve de l'ours

La rêveuse est dans un refuge en montagne. Il a neigé sur les sommets. Un ours est descendu des hauteurs et se dirige vers le refuge. La rêveuse le voit à travers la fenêtre et panique. Il fracasse la porte et entre. Il va la manger. Elle se recroqueville dans un coin en se disant que c'est la fin. Il approche...

Scène suivante : ils sont enlacés tous les deux et dansent. Elle est très heureuse.

Dans ce rêve l'ours représente l'inconscient. Suivant les rêves, suivant les situations il peut être représenté de façon totalement différente. Ici c'est un animal qui paraît très dangereux en tout cas dans le début du rêve. Il peut complètement engloutir la rêveuse et elle est prise d'une peur panique. Que s'est-il passé pour que la situation dramatique se transforme dans cette rencontre profonde avec l'ours? Cet ours qui au départ était une bête sauvage très dangereuse est devenu un compagnon, un être proche, aimant, protecteur comme le sont les nounours des enfants. Il faut dire qu'il a été fait par une personne qui commençait le travail sur les rêves et s'y engageait sans retenue. Il montre qu'il y avait en elle une peur inconsciente de ce qu'elle allait découvrir. Probablement qu'au moment où elle allait se faire dévorer elle a compris qu'elle ne pouvait plus rien faire, qu'elle ne pouvait plus se sauver et c'est un lâcher prise qui a fait que l'autre en elle, l'ours, a changé d'attitude. Cette attitude qui paraissait si violente et dangereuse exprimait un besoin de se faire reconnaître. Il avait besoin que la rêveuse s'occupe de lui, qu'elle le rencontre et c'est ce qui se passe à la fin. Comme le précédent, ce rêve montre que la rencontre avec l'inconscient crée en nous des ouvertures, des transformations. Peu à peu ces transformations deviennent réalité dans le quotidien des rêveurs par des changements d'attitudes, de perceptions... Ils se matérialisent dans la vie concrète avec cette impression étonnante que le rêveur n'a rien fait pour cela. En fait, la transformation se fait parce que le rêveur accepte peu à peu les directions parfois étonnantes que les rêves lui suggèrent.

Que faire avec ses rêves ?

Dans un premier temps s'intéresser à ses rêves, essayer de s'en souvenir, de les noter. Essayer de s'en imprégner, de les ressentir, essayer de comprendre ce qu'ils signifient mais sans chercher à tout prix une « interprétation ». C'est ce que font les enfants quand ils

écoutent un conte. Ils sont parfois très intéressés par une histoire, un conte. Ils n'arrêtent pas de le réclamer, de prendre plaisir à l'écouter, à le vivre même s'il nous paraît farfelu ou horrible. Ils n'ont pas du tout une interprétation rationnelle du conte mais ils sentent qu'ils en ont besoin, que de l'écouter leur fait du bien. Inconsciemment ils ressentent sa signification. Dans son livre "[L'interprétation des contes de fées](#)" , [Marie-Louise von Franz](#) écrit que "les contes de fées sont les créations poétiques du conteur populaire, qui puise son inspiration à la source qui est celle de tous les poètes : l'inconscient collectif." On pourrait dire que les contes sont des sortes de rêves collectifs qui s'adressent à une multitude d'individus.

Prenons donc exemple sur les enfants et laissons-nous enchanter, nourrir par ces histoires que sont nos rêves, qu'ils soient agréables ou désagréables comme les cauchemars. Notre esprit rationnel ultra développé nous a éloignés de leur réalité et de leur aide mais nos enfants ont encore une sensibilité qui leur permet d'apprécier leur richesse.

Pour les personnes qui souhaitent aller plus loin il est nécessaire de travailler sur ses rêves avec un interprète. Au-delà de ses connaissances et de son vécu il représente surtout un miroir qui permet d'éviter les interprétations hâtives qui nous arrangent et peuvent nous laisser sur des voies de garage.

Par ailleurs, comme nous l'avons vu dans le [Préambule](#) notre corps fait partie de notre inconscient. S'intéresser à lui par un travail corporel respectueux, en se posant la question de la nourriture, de l'environnement qui lui conviennent, c'est aussi chercher à être en lien avec cet autre en nous pour aller vers la plénitude de la vie.

Quelques repères pour comprendre un rêve

Dans un premier temps il est important de le noter en se mettant dans l'ambiance du rêve. Nous pouvons être hésitants sur la formulation. Il ne faut pas trop se poser de questions et écrire ce qui nous semble être la formulation la plus proche de ce qui s'est passé dans le rêve. Avoir confiance dans la formulation qui vient à l'esprit. Elle nous est proposée par l'inconscient si nous sommes dans une attitude d'écoute. De toute façon il faut savoir qu'il y aura toujours un décalage entre l'écrit et le rêve.

Dans un deuxième temps noter l'ambiance du rêve, dans quel état nous sommes sortis de ce rêve et par la suite qu'est-ce qui nous est venu à l'esprit même si cela ne semble avoir aucun lien avec le rêve.

Puis qu'est-ce qui se passe dans ma vie en ce moment? Suis-je préoccupé, motivé par quelque chose? Où est ce que je mets mon énergie?... S'est-il passé quelque chose hier ou dans les jours précédents qui m'a marqué?

Dans le processus de recherche de compréhension, d'interprétation, nous devons nous mettre dans une disposition d'écoute de soi, d'écoute de comment cela réagit à l'intérieur de nous quand nous lisons ou quand nous nous remémorons le rêve.

Le rêve veut nous montrer une façon de voir que nous ne connaissons pas, que nous ne voyons pas. Il montre la vision de notre partie inconsciente qui est différente de celle de notre moi conscient. Ces deux visions peuvent paraître opposées, en réalité elles sont complémentaires. Nous (notre moi) avons, en général, intérêt à faire la synthèse de ces deux façons de voir pour connaître la réalité dans ses nuances et pouvoir agir (si une action est requise. Mais la non action est aussi une action) d'une façon juste c'est-à-dire qui respecte le point de vue de la totalité de notre personnalité.

Le rêve décrit ce que nous sommes, ce qui se passe en nous au moment où nous rêvons. Il montre souvent des lieux dans lesquels des scènes se déroulent qui mettent en scène des personnages qui sont des humains, des animaux ... C'est comme si en rêvant nous regardions un film ou une pièce de théâtre. C'est ce que nous sommes que nous regardons. Notre moi conscient, celui qui dit: "je" dans la vie courante, est représenté par notre personnage. Il peut être spectateur ou plus ou moins impliqué dans une scène, une action ou ne pas apparaître dans le rêve. Nous pouvons avoir notre âge véritable ou être plus jeune, plus vieux, être très différent (autre profession, comportements inhabituels...) mais nous savons que c'est nous (je).

Les autres personnages sont des parties de nous, de notre personnalité. Nous pouvons dire que ce sont des énergies, des forces qui sont en nous. Pour savoir ce que représente l'image d'un personnage posez-vous la question de comment vous le décririez d'une façon succincte en terme de caractère mais aussi physiquement ... Cette image représente une partie inconsciente en vous qui a ce même caractère. Vous devez faire le même travail pour tous les personnages, tous les êtres vivants mais aussi les objets inanimés, les lieux ... Pour les lieux, objets la question à se poser est plutôt: à quoi cela me fait penser, qu'est-ce que cela m'évoque? Puis que représente-t-il comme symbole?

Tous ces caractères, ces objets sont mis en scène dans une histoire qui est le déroulement du rêve. Dans cette histoire ces caractères, le moi, les objets ont des liens. Que veut dire cette histoire? Qu'est-ce que cela signifie? Puis-je faire un lien avec ce que je vis actuellement? Je cherche à la manière d'un inspecteur de police qui cherche à résoudre une énigme, mais en prenant le temps de m'imprégner de toutes les informations, sans me précipiter sur une solution. La solution si elle existe pour le rêveur à ce moment-là, c'est quand il ressent que ce rêve, enrichi de toutes les associations qu'il a faites, fait sens, quand comme l'inspecteur à la fin de l'enquête dit: "mais c'est bien sûr." Exemple:

3. Le rêve de la boîte aux lettres

" Dans ce rêve, la rêveuse faisait un long périple dans lequel elle était guidée par une jeune femme. Dans l'entrée d'un immeuble elle cherche sa boîte aux lettres mais ne la trouve pas. Elle ouvre une boîte sans nom dans laquelle il y a beaucoup de lettres pour des personnes qui n'ont pas de boîtes à leur nom. Elle trouve 3 lettres pour elle qui ont été envoyées à son adresse de naissance, à son nom de jeune fille. Les enveloppes sont vieillies, jaunies. Il y a aussi des paquets dont l'un contient une pomme..."

Cette rêveuse voulait travailler sur ses rêves depuis de très nombreuses années. Des rêves plus forts et un certain contexte dans sa vie l'ont incitée à commencer.

Elle (son moi conscient) est guidée par une jeune femme. Elle ne lui évoque personne de sa connaissance. Cette jeune femme peut représenter une attitude féminine en elle qui est

jeune donc nouvelle, qui a de nouvelles façons de se comporter, différentes de celles de la rêveuse. La suite du rêve peut nous inciter à penser que c'est cette jeune femme en elle qui l'a incitée à s'occuper sérieusement de ses rêves.

Les lettres sont des messages qui nous sont envoyés par d'autres personnes. Certains que nous connaissons, d'autres que nous ne connaissons pas. Elles pourraient représenter les rêves de la rêveuse. La rêveuse n'a pas de boîte aux lettres. Elle a dédaigné ces messages. Ils se sont accumulés dans une boîte sans nom une sorte de boîte poubelle pour ceux qui n'ont pas de boîte aux lettres. " Les enveloppes sont vieillies, jaunies." Elle y trouve des messages qui s'entassent là depuis très longtemps. Les lettres "ont été envoyées à son adresse de naissance, à son nom de jeune fille". La rêveuse est une femme mariée qui porte le nom de son mari. Les rêves s'adressent à son identité la plus profonde, celle qui a été déterminée dans son enfance. Il y a aussi une pomme qui pour une bretonne représente le fruit par excellence, une nourriture de base. C'est aussi un symbole de connaissance, de conscience.

On pourrait dire que le message de ce rêve est donc de montrer à la rêveuse sa situation actuelle et de l'encourager dans sa nouvelle démarche.

Et si, contrairement à l'exemple précédent, le personnage de mon rêve est quelqu'un que je connais, que je vois souvent?

L'interprétation peut être la même que précédemment mais je pourrais mieux décrire cette partie en moi qui apparaît dans mon rêve. Mon interprétation pourra être plus précise. Cela veut dire également que cette partie en moi est beaucoup plus proche de ma conscience puisque je la situe plus précisément.

Le rêve pourrait également me montrer ma relation dans la vie de tous les jours avec la personne représentée par le personnage et m'aider à comprendre cette relation.

Alors entre les deux interprétations laquelle choisir? On pourrait répondre que c'est une question d'intuition. Mais faut-il choisir? Les deux interprétations ne sont pas incompatibles. D'une façon générale il peut y avoir plusieurs interprétations pour un même rêve. C'est le rêveur qui décide de celle(s) qui est la plus pertinente pour lui. C'est celle (s) qui aura une action sur lui, sur sa vie.

Dans les associations ou recherches de la signification d'un symbole attention de ne pas tomber dans du systématique car le même élément du rêve ou symbole peut avoir une signification différente suivant le moment, le rêve... D'où l'importance de toujours se poser la question: Qu'est-ce que cela représente pour moi? Et d'être à l'écoute de la réponse qui vient même si c'est un élément qui revient souvent dans nos rêves. Par ailleurs, cette signification dépend également du rêveur. Une boulangerie n'aura pas forcément la même signification pour un rêveur qui a eu des parents boulangers et pour un autre.

Qu'est-ce que comprendre un rêve ?

Pour moi la compréhension des rêves peut se faire de deux façons. Pour certains rêves qui nous paraissent plus simples nous obtenons une explication globale de la signification du rêve. On aboutit donc à une verbalisation. Pour d'autres, ce n'est pas possible mais en pénétrant chaque partie du rêve, chaque symbole, en se laissant imprégner, on arrive à

une compréhension globale qui se vérifie dans l'accord entre le rêveur et l'interprète sur le fait qu'ils ont compris mais ils sont incapables de dire ce qu'ils ont compris. Pour le dire il faudrait redire tout ce qui a été dit pendant le dialogue sur le rêve. Il n'y a pas de résumé possible.

La compréhension d'un rêve est souvent facilitée par les rêves qui vont le suivre (ou qui l'ont précédé) dans les jours (ou semaines) suivants. C'est ce que nous appelons des séries de rêves. Cela se remarque souvent dans le travail avec un interprète. Entre deux séances on remarque souvent que les rêves concernent une même problématique, un même thème. Ces rêves abordent un angle différent comme pour permettre une compréhension très vaste. Il se peut qu'à la suite d'un rêve le rêveur ait compris sa signification ou croit avoir compris. Le rêve suivant va montrer un autre aspect ou rectifier la compréhension précédente du rêveur. Et si le même rêve (ou presque) revient régulièrement? C'est que le rêveur n'a pas compris ou s'en désintéresse. "On" insiste pour dire l'importance du message.

Il y a aussi des rêves non compréhensibles ou qui ne seront compris que beaucoup plus tard. Leur accueil est suffisant, est essentiel. Marie Louise Von Franz avait remarqué chez ses collègues analystes de longue date que leurs rêves étaient très compliqués, très difficilement compréhensibles. Elle avait formé l'hypothèse que pour eux le but du rêve était essentiellement d'entretenir leur relation avec leur monde intérieur. C'est très plausible quand on voit comment le contenu des rêves, leur fréquence... s'adaptent au comportement, au vécu du rêveur.

Pour résumer:

La démarche pour comprendre un rêve c'est un peu comme tenter de résoudre un problème de mathématique ou une énigme policière:

S'imprégnier du sujet (du rêve).

Ne pas sauter rapidement sur une solution.

Réfléchir, méditer sur les différentes parties, détails.

Laisser faire l'inconscient en nous, être à son écoute pour éventuellement trouver le sens général (la solution) qui s'exprime par le "déclic", l'impression que cela fait sens (mais oui, mais c'est bien sûr...)

Et si on ne trouve pas, ce n'est pas un problème. Cela va continuer à infuser en nous. Le déclic viendra plus tard à l'occasion d'un événement, d'une réflexion, de tout autre chose, d'une synchronicité, d'un autre rêve. Ce peut être des années plus tard ou jamais.

La rencontre de nos parties inconscientes, de nos ombres

4. Rêve - l'enfant et la collègue

La rêveuse est dans un lieu d'accueil de la petite enfance où elle travaille. Un enfant a fait caca par terre, énormément de caca. Elle panique car les autres enfants s'approchent et vont marcher dedans; de plus les parents arrivent chercher leurs enfants. Il ne faut pas qu'ils passent par là sinon il y en aura partout. Elle fait une sorte de barrière avec ses bras, son corps pour empêcher le passage et demande à sa collègue de changer le gamin. Celle-ci l'emmène dans une autre pièce. A la fin la rêveuse a réussi à nettoyer le sol.

Que peut représenter le caca? C'est ce qui n'a pas pu être digéré, ce qui ne peut pas nourrir le corps. Il faut s'en libérer car cela encombre et à long terme empoisonne le corps.

Cet enfant, la rêveuse le connaît bien dans la réalité de son travail. Elle l'aime bien car c'est un rêveur, un poète, il est doux, agréable. Il représente un aspect en elle qui lui crée des difficultés, qui a besoin de se libérer, d'être plus léger.

Sa collègue, qu'elle connaît également dans la réalité de son travail est tout le contraire. Elle est très efficace, concrète. Elle a des principes, un peu trop. Elle est souvent raide dans ses attitudes, ses jugements. Ici, dans ce rêve, cet aspect en elle est vraiment très utile.

L'enfant et la collègue semblent opposés.

Ce rêve montre que la rêveuse devrait comprendre que cet aspect d'elle, (représenté par cette collègue) a une action positive dans sa vie. Elle devrait aussi comprendre que, dans la réalité de son travail, cette collègue a malgré ses défauts une action très positive. Il se trouve qu'en ce moment elle ne perçoit que ses raideurs. Elle a du mal à la supporter. Elle la trouve très pénible, très à cheval sur ses principes, autoritaire.

Cette interprétation du rêve concerne à la fois l'intériorité de la rêveuse, cette efficacité concrète qu'elle devrait accepter en elle peut-être pour compenser son côté rêveur. Elle concerne aussi sa vie extérieure dans sa relation avec sa collègue. Dans cette relation la rêveuse ne voit pas sa collègue comme elle est dans la réalité. Elle ne voit principalement que cet aspect inconscient d'elle-même qu'elle projette comme une image sur cette collègue.

Environ 15 jours après ce rêve la rêveuse a revécu pratiquement la même situation dans la réalité. Avec ces différences : L'enfant a vomi, ce n'était plus un caca. La collègue dont il était question dans le rêve venait de partir et c'est une autre qui s'est occupée de l'enfant. Cette autre qui est aussi très efficace mais qui n'a pas ces aspects désagréables de rigidités dans des principes et d'autoritarisme.

Cet événement nous montre qu'il y a un lien entre nos rêves, notre vie intérieure et notre vie extérieure. Ce lien Jung l'a appelé synchronicité.

Il y a donc eu une évolution dans les 15 jours qui ont suivi ce rêve. La rêveuse semble s'être débarrassée, ou les a écartés pour l'instant, de sa rigidité, son autoritarisme personnels tout en gardant le côté très positif qui est l'efficacité. C'est ce que nous pouvons appeler "ne pas jeter le bébé avec l'eau du bain".

Marginalité - Conformisme

5. Rêve - la conduite de la voiture à deux

Elle est dans une voiture avec un homme qui est un collègue de travail. Elle conduit à droite avec un volant et des pédales. Son collègue à gauche, conduit également avec un volant et des pédales. C'est son collègue qui démarre pendant qu'elle manœuvre doucement les pédales en ressentant ce qu'il fait. Par la suite, suivant les moments c'est lui ou elle qui conduit. Il y a une harmonie entre les deux. A un moment elle aperçoit un homme qu'elle a fréquenté quand elle était plus jeune. Il avait une vie marginale. Il va traverser la route à un passage piéton. Elle se met à le critiquer en disant qu'il ne fait rien de sa vie. Son collègue la reprend en lui disant que ce n'est pas le cas. Il travaille depuis longtemps, est très investi dans son travail et est même responsable de son service.

Tous les humains sont faits de la même façon, de la même matière. Ils présentent tous les mêmes particularités. Mais ils ne sont pas identiques. Chaque être humain est unique dans la mesure où il a développé certaines particularités alors que d'autres sont restées en sommeil ou sous-développées.

Celles qui ont été développées sont plus conscientes. L'individu les ressent comme faisant parti de lui-même, de son moi. Les particularités qui sont restées en sommeil et qui peuvent paraître opposées aux précédentes sont plus inconscientes.

Par exemple on peut être soit marginal (ne pas vivre suivant les règles de la société où nous vivons) soit au contraire conformiste. Ces deux qualités (marginal ou conformiste) semblent opposées pour notre mental, notre intellect. Dans ce rêve la rêveuse critique la personne marginale qui va traverser la route. Ce côté marginal est bien un aspect d'elle, une particularité qu'elle n'accepte pas, qui est loin de sa conscience. Dans sa vie consciente elle a plutôt développé l'aspect conformiste. Le collègue du rêve qui l'aide dans sa conduite lui fait penser à des personnes qu'elle a fréquentées quand elle était plus jeune. Il est marginal mais intégré dans son travail. Il tente de la convaincre que son aspect marginal n'est pas aussi négatif qu'elle le dit car lui et l'homme qui traverse la route sont bien intégrés dans la société. C'est un des enseignements du rêve. La rêveuse ne doit pas rejeter son côté marginal. Contrairement à ce qu'elle croit il pourrait lui être très utile pour s'intégrer dans la société et en particulier dans son travail. Son côté marginal lui est déjà utile dans la vie puisque inconsciemment elle conduit sa voiture (elle se comporte dans la vie) en harmonie avec une partie marginale en elle. Parfois c'est sa partie marginale qui agit, parfois c'est son moi conformiste mais toujours il y a une harmonie entre ces deux attitudes.

La conduite à deux comme elle est décrite dans le rêve montre comment en général nous (notre moi) pouvons fonctionner en harmonie avec des parties qui nous sont inconscientes.

"C'est son collègue qui démarre pendant qu'elle manœuvre doucement les pédales en ressentant ce qu'il fait. Par la suite, suivant les moments c'est lui ou elle qui conduit. Il y a une harmonie entre les deux"

Féminin – Masculin vers l'harmonie

Dans l'article précédent j'écrivais les deux paragraphes qui suivent:

Tous les humains sont faits de la même façon, de la même matière. Ils présentent tous les mêmes particularités. Mais ils ne sont pas identiques. Chaque être humain est unique dans la mesure où il a développé certaines particularités alors que d'autres sont restées en sommeil ou sous-développées.

Celles qui ont été développées sont plus conscientes. L'individu les ressent comme faisant parti de lui-même, de son moi. Les particularités qui sont restées en sommeil et qui peuvent paraître opposées aux précédentes sont plus inconscientes.

Dans nos rêves, nos particularités sont souvent représentées par les personnages. Dans le rêve: la conduite de la voiture à deux de l'article précédent nous avons vu que le collègue de la rêveuse peut représenter son côté marginal.

Mais pourquoi ce côté marginal a-t'il été représenté par un homme? Pourquoi pas par une femme, un être asexué, un enfant, un animal...? Un homme dans le rêve représente une particularité de cette femme ou un ensemble de particularités que l'on peut définir comme particularités masculines. Comme cet ensemble de particularités est représenté dans les rêves par des hommes nous l'appellerons l'homme intérieur de la rêveuse. La rêveuse (son moi) se ressent consciemment comme une femme et son homme intérieur est dans son inconscient. Il a tendance à rester en sommeil, à être sous-développé. Parallèlement les rêveurs hommes ont dans leur inconscient une femme intérieure qui reste en sommeil.

Pour être pleinement lui-même un homme a besoin d'être en harmonie avec sa femme intérieure, de développer ses qualités féminines alors qu'une femme a besoin d'être en harmonie avec son homme intérieur, de développer ses qualités masculines. Le rêve: la conduite de la voiture à deux montre comment cette harmonie peut se réaliser. Dans sa vie, suivant les situations, cette femme se comporte parfois en tant que femme, parfois en tant qu'homme et toujours il y a une proximité entre ces deux façons de se comporter de telle façon qu'il soit aisément de changer d'attitude si les circonstances l'exigent.

Mais que veut dire " se comporter en homme", "se comporter en femme"? Nous avons tous une intuition des particularités qui sont plutôt masculines ou plutôt féminines. Pour simplifier nous pourrions dire que l'attitude féminine c'est l'élan réceptif (cf. le Yi King), l'écoute, l'ouverture, la recherche de la relation, de l'union, le lien avec l'inconscient, l'art, le concret alors que l'attitude masculine est l'élan créatif (cf. le Yi King), la concentration sur la direction, la recherche de la précision, la fermeture, la séparation, le lien avec le conscient, la technique, l'abstrait. Féminin et masculin rejoignent les notions orientales de Yin et Yang.

Pour revenir au rêve nous avons vu que le collègue de la rêveuse représente deux aspects de sa personnalité qui lui sont très utiles dans sa vie. L'aspect marginal et l'aspect masculin.

Voici un autre rêve qui montre également cette importance pour une femme de développer son côté masculin.

6. Rêve – la femme avec un sexe d'homme

Un médecin vient voir la rêveuse chez elle pour une consultation. Elle est nue et a un sexe d'homme. Elle est très heureuse car ce médecin lui apprend à se servir de son sexe d'homme. Elle va pouvoir mieux sentir des choses.

Le personnage médecin est une partie masculine de la rêveuse qui vient l'aider, la soigner. Elle a donc en elle des capacités à se soigner elle-même. Suivant le contexte "se soigner" pourrait signifier soigner son corps. Ici c'est plutôt à interpréter dans le sens intérieur c'est-à-dire soigner son "âme", aller vers un mieux-être.

Elle est nue. Elle ne se protège pas, ne se cache pas par des vêtements. Elle a donc une relation naturelle, profonde avec cette partie en elle qui peut la soigner.

Elle a un sexe d'homme. Le rêve lui montre que sa partie masculine se montre, s'exprime et qu'elle (son moi conscient) va pouvoir l'utiliser. "Elle va pouvoir mieux ressentir les choses", être mieux présente à sa vie, être plus incarnée, plus créative.

Féminin – Masculin : relation difficile

Dans l'article précédent nous avons vus des rêves qui montrent comment le rêveur, la rêveuse peut aller vers une l'harmonie qui se développe entre son féminin et son masculin. Mais ce n'est pas toujours le cas. Comme dans la vie extérieure (l'intérieur et l'extérieur sont en correspondance) souvent, la relation entre le féminin et le masculin est difficile. Ils peuvent même s'opposer. Les rêves nous révèlent la réalité de ces difficultés. En mettant en lumière les obstacles ils nous montrent la direction vers laquelle les forces inconscientes peuvent nous guider si nous acceptons leurs suggestions.

7. Rêve – Le puits qui contient les malfaiteurs

La rêveuse est dans une maison. A la cave il y a un jeune homme. Il ouvre une porte qui donne accès à un puits. Dans ce puits des voix d'hommes. Cela semble être des malfaiteurs. La rêveuse remonte rapidement en fermant les portes pour se protéger. Dans la maison les murs sont blancs, lumineux. Ambiance agréable.

Dans ce rêve il y a en premier ce jeune homme. Il ouvre une porte pour faire découvrir à la rêveuse une réalité qui est en elle et dont elle n'a pas accès pour l'instant, dont elle n'a pas conscience. Ce jeune homme représente l'élan créatif décrit dans l'article précédent. Il est cet élan jeune, ce guide qui l'emmène découvrir le monde, découvrir son monde intérieur. Cette découverte doit se faire en descendant dans sa profondeur.

Cette porte donne accès à un puits. Le puits est un moyen d'accéder encore plus profondément en elle. Il évoque bien évidemment l'accès à la source origine de la vie, dispensant la vie. Mais pour accéder à cette source il faut passer par d'autres hommes qui semblent être des malfaiteurs. La rêveuse ne les connaît pas, elle se méfie, elle a peur. Les malfaiteurs dans les rêves sont des parties en nous qui se sentent délaissés, oubliés. Ils

revendiquent à être reconnus, ils tentent d'attirer notre attention en nous volant. Ils nous volent notre énergie. C'est ce qui nous fatigue, nous use, nous mine. Mais ne comprenant pas cela nous avons peur. Nous fuyons la rencontre.

C'est ce que fait la rêveuse, elle fuit en remontant vers la conscience, vers le cadre qu'elle connaît. Le blanc, lumineux des murs évoque la conscience, l'intellect qui est agréable pour elle.

Ce rêve montre donc une ouverture, une prise de conscience, une tentative de descente vers la profondeur qui annonce un chemin futur vers la source de vie. Ce chemin passera forcément par la rencontre avec des figures masculines qui pour l'heure paraissent malfaisantes. Un jour, quand la rêveuse se sentira capable d'avoir confiance dans son jeune guide elle pourra refaire le chemin, rencontrera ces soi-disant malfaiteurs. Elle découvrira leur autre face comme l'a fait la rêveuse du rêve de l'ours et pourra continuer son chemin vers la source.

8. Rêve – Ils sont proches et éloignés

Dans une rue étroite un film est projeté sur le mur. Le rêveur regarde un film .Une femme est à sa gauche. Ils sont à la fois proches, ils pourraient se parler et en même temps éloignés.

Le rêveur n'a pas une conscience très claire de sa femme intérieure d'où la difficulté d'entrer en contact avec elle, de lui parler. Il regarde un film. Cela peut exprimer une attitude de recul pour mieux comprendre ou un refus de s'engager dans la vie, peut être les deux.

Dans un rêve suivant il avait du mal à revenir chez lui (dans ce qu'il est profondément) mais une femme le guidait avec son bateau sur la rivière, dans la nuit. Puis sur la mer où elle allumait des phares. On pourrait considérer que le rêve précédent a été un préliminaire pour qu'il rencontre cette femme-guide en lui.

9. Rêve – La jeune fille aux jambes sectionnées

Le rêveur va dans son lycée pour suivre des cours pour adultes. Il a du mal à trouver la bonne salle. A un moment il aperçoit des gens qui portent une jeune fille. Ses jambes sont sectionnées. Cela ne l'affecte pas.

Le rêveur est dans une démarche de formation, de connaissance de soi. Il reste néanmoins attaché à l'inconscience de sa jeunesse car, bien qu'elle s'adresse à des adultes, sa formation se déroule dans son lycée. Sa démarche lui permet de découvrir que son féminin est dans une très mauvaise posture. Ses jambes sectionnées l'empêchent de vivre normalement, d'avancer dans la vie. Si son féminin ne peut avancer dans sa vie lui non plus car il ne peut compter que sur son masculin. C'est comme si il était unijambiste. Le rêveur n'est pas affecté par cette découverte. Nous retrouvons cette inconscience qui l'empêche de prendre la vie à bras le corps ce qui pourrait s'exprimer dans ses rêves par le fait dans un premier temps d'être affecté par la situation de la jeune fille et éventuellement par la suite, de prendre des dispositions pour qu'elle puisse être soignée. On pourrait penser néanmoins que des parties inconscientes en lui ("les gens") soignent la jeune fille.

10. Rêve – C'est dangereux d'avoir un enfant!

Le rêveur est sur le point de faire l'amour avec une femme. Ils sont entourés d'un halo de bleu. Mais il pense que c'est dangereux car ils pourraient avoir un enfant.

Le rêveur est sur le point de s'unir avec sa femme intérieure. Cette union pourrait aboutir à la naissance d'un enfant c'est-à-dire à l'émergence d'une nouvelle énergie en lui, d'une nouvelle façon d'être, d'agir, ce qui exprimerait un changement (cf [Le rêve de l'œuf](#)). Ce changement ce serait pour lui, laisser les habitudes pour aller vers du nouveau c'est-à-dire laisser s'exprimer la vie.

Mais il a peur de cela. Comme beaucoup il souhaite changer de vie, aller vers du nouveau mais sans vraiment changer, sans s'impliquer dans ce changement. Son désir d'union ne l'implique pas c'est un désir sentimental, rêveur. Un désir "fleur bleue" comme semble l'indiquer le halo de bleu.

Féminin – Masculin : le juste milieu ?

Dans la recherche de l'harmonie entre deux aspects complémentaires de notre personnalité (ici le Féminin et le Masculin) il est souvent fait référence à la recherche du juste milieu. Cette expression me gêne car elle évoque une recherche d'équilibre. L'équilibre des deux plateaux d'une balance qui seraient chargés d'un même poids. Ce n'est pas là l'enseignement des rêves, de la vie. Suivant les situations il faut parfois avoir une attitude franchement masculine, virile, d'autres fois une attitude franchement féminine, conciliante et aussi, souvent, une attitude qui se situe entre ces deux extrêmes mais pas nécessairement au milieu.

Voici un rêve qui exprime la nuance à rechercher.

11. Rêve – Il lui a pris la bague qu'elle avait au doigt

La femme du rêveur est à côté de lui. Elle tend la main à Franck un ami pour lui donner de l'argent qu'elle lui doit. Il a pris l'argent en lui serrant la main assez fermement. Dès qu'il est parti elle s'aperçoit qu'avec l'argent, sans s'en rendre compte, il a pris la bague qu'elle avait au doigt. Le rêveur dit à sa femme qu'elle devrait rejoindre Franck pour le lui dire et récupérer sa bague. Elle pense que ce n'est pas nécessaire car dès qu'il s'en rendra compte il lui rapportera.

Ce Franck du rêve, le rêveur en parle comme quelqu'un de très viril dans son apparence physique mais aussi dans ses attitudes.

La femme du rêveur, c'est-à-dire sa femme intérieure doit de l'argent à Franck. On peut considérer que celui-ci est intervenu pour l'aider dans une attitude très masculine. Il est donc normal que celle-ci le paie en retour. Mais les attitudes de Franck sont toujours dans la force même si la situation ne le réclame pas. Il n'avait pas besoin de serrer la main de la femme d'une façon ferme pour recevoir l'argent. Son attitude fait penser à l'expression "un éléphant dans un magasin de porcelaine". Sans s'en rendre compte il prend la bague de la femme. Cette bague évoque l'anneau du mariage, l'anneau nuptial, le lien continu entre le féminin et le masculin. Ce lien est rompu.

Le rêve indique deux façons de retrouver ce lien. La première est celle du moi du rêveur, de l'homme qui veut agir et récupérer la bague le plus vite possible. La seconde est celle de son féminin, de la femme qui préfère attendre et laisser faire. C'est l'action non agissante, le laisser advenir qui est tellement important dans le domaine intérieur mais aussi dans le monde extérieur, concret. On pourrait penser que c'est cette façon qui est préconisée par le rêve car c'est sa conclusion.

Dans la réflexion qui a eu lieu à propos de ce rêve le rêveur a fait le lien avec une situation très récente où il avait dû avoir à juste titre une attitude ferme, tranchée. Mais ce rêve est arrivé à temps pour l'aider à ne pas en faire trop.