

*Avec le rêve ? Une vie de rêve !*



*Ou « Le rêve dans tous ses états » !*

*Travail collaboratif rédigé par les plus grands experts en la matière.*

*À l'initiative de Danielle Gourevitch.      Artiste: Almakou*

*Bonjour mes doux rêveurs .*

*Permettez-moi, par cet humble ouvrage, de vous présenter le rêve dans tous ses états...*

*Pour cela, si nous partions, tout d'abord, hors du temps, dans un « Sixième Sommeil » comme aime si bien l'appeler Bernard Werber, dans son magnifique livre qui nous ramène au merveilleux qu'est le fascinant monde de nos rêves et son fil conducteur.*

*-Partir pour mieux en revenir...*

*-Partir pour nous enchanter...*

*-Partir pour réinventer nos vies à l'image de nos nuits.*

*Tobie Nathan lui, nous montre avec finesse, que la voie de nos rêves, ceux qui nous guident vers une solution souvent tant recherchée, est appelée prédictivité. Qu'il nous faut savoir parfois trancher, trouver et aboutir à une solution et ce si l'interprète en cerne bien le contexte.*

*Mais comment sommes-nous Guidés la nuit ?*

*Il serait judicieux de capter et de suivre les conseils, durant notre sommeil, qui nous sont envoyés. Vous ne trouvez pas ?*

*Mais d'où nous arrive ce que « nous captions » pendant que nous dormons ?*

*Arnaud Riou, fera référence aux fines ondes ...*

*Il nous faudra alors comprendre que nous entrons en fréquence radio .. Celle que j'appellerai : la fréquence de notre coeur !*

*Nous sommes des antennes, à nous d'être réceptifs et d'affiner notre écoute si nous voulons être sur LA bonne fréquence et vaguer dans le sens « du courant »*

*Oui , soyons « au courant » pour mieux avancer grâce à nos nuits !*

*Mais comment ?*

*Luc Bigé...Vous qui connaissez si bien la langue des oiseaux ou autrement appelée la langue des anges. Cette langue où tout prend sens... C'est cela la voie n'est-ce pas ?*

*Tout en restant dans ce langage du ciel , grâce à la psychanalyse, le miroir de soi , de notre passé, de notre présent et de nos relations , le rêve se voudra comme notre traitement préventif, ou notre possible guérison.*

*Nous connaître et comprendre nous permettra d'évoluer et c'est un cadeau que nous recevons à travers les songes que nous faisons.*

*Tristan Moir nous apprend à dérêver, ici, pour avancer ! Oui, dérêver et puis rêver !*

*Pour cela, Bernard Mirande nous parle d'étudier nos rêves et d'entreprendre ainsi notre voyage initiatique...*

*Nos rêves nous donnant accès à différentes dimensions, celle dont nous avons conscience ou celle dont nous ferions bien de prendre conscience ! Et puis notre supra conscience...*

*J'ai entendu, j'ai compris, « c'est capté ». En tout cas c'est la voie proposée ! Puisque nous ne pouvons nous dérober quand le rêve nous est livré.*

*Puis après tout, prendre le rêve comme notre respiration, notre soupape, la nuit, nous pouvons nous laisser aller, nous relacher, tout évacuer. Virginie Ferrera ne me contredira pas.*

*Merci Serge Évéquoz de nous rappeler le rêve de ce yogi... Est-ce le papillon qui nous rêve ou c'est nous qui en rêvons dans cet état astral de supra-conscience élevée...*

*Est-elle éthérée comme je rajouterai ? J'aime, en fait, quand notre âme s'élève et va se nourrir dans d'autres Cieux, elle me revient alors riche d'idées, et j'aime alors me réveiller comme cela, reposée, confiée à plus haut que moi pour me guider. Betty Villemot a eu la chance de rencontrer Les Aborigènes d'Australie.*

*Saviez-vous que le temps du rêve est leur mythe fondateur ? À explorer...*

*Comme nous avons encore tant à apprendre des peuples premiers, nos Sages d'antan.*

*Les Senoi, vous connaissez ?*

*Mes doux rêveurs, expérimentez le rêve lucide ( Dr Amidi en parle très bien ) et vous expérimenterez la lucidité de ce qu'il vous arrive car vous dompterez mieux les événements que vous voudrez évidemment dompter.*

*Que votre vie devienne un art et Almakam vous illuminera.*

*Je rajouterai... Réinventez votre vie grâce aux rêves que vous faites la nuit !*

*Célébrez-en la magie...*

*Ainsi, elle vous en donnera toute une part dans votre vie !*

*J'en fais la prière ici. Danielle Gourevitch <https://daniellegourevitch.com>*

## LE SIXIÈME SOMMEIL

<http://www.bernardwerber.com>

### Bernard Werber

Écrivain

#### Le sixième sommeil

Nous passons un tiers de notre vie à dormir. Un tiers. Et un douzième à rêver. Pourtant, la plupart des gens s'en désintéressent. Le temps de sommeil n'est perçu que comme un temps de récupération. Les rêves sont presque systématiquement oubliés dès le réveil. Pour moi, ce qu'il se passe toutes les nuits sous les draps de chacun, dans la tiédeur moite de notre lit, est de l'ordre du mystère. Le monde du sommeil est le nouveau continent à explorer, un monde parallèle rempli de trésors qui méritent d'être exhumés et exploités. Un jour, à l'école, on enseignera aux enfants à bien dormir. Un jour, à l'université, on apprendra aux étudiants à rêver. Un jour, les songes deviendront des œuvres d'art visibles par tous sur grand écran. Dès lors ce tiers de vie qu'on considérait à tort comme inutile sera enfin rentabilisé pour décupler toutes nos possibilités physiques et psychiques.



**LE FIGARO - Votre dernier livre, *Le Sixième Sommeil*, explore la thématique du rêve. Comment est venue l'envie d'écrire sur ce sujet?**

**Bernard WERBER.** - Lorsque j'étais journaliste scientifique, j'avais fait un reportage sur les Eunironotes, ces gens qui font des rêves lucides et j'avais découvert qu'ils s'inspiraient d'une tribu qui s'appelait Senoï en Malaisie. Cette tribu, que j'ai rencontrée, a une approche intéressante du sommeil: elle considère que ce qui se passe durant la nuit est plus important que ce qui se passe durant le jour. Ainsi, pour eux, il est très important de bien dormir et de bien rêver.

Le sommeil n'est pas, comme on a tendance à le penser, une simple façon de recharger ses batteries. C'est bien plus que ça. Nous passons un tiers de notre vie à dormir et un douzième à rêver, et ce qui se passe dans ces moments-là me semble déterminant.





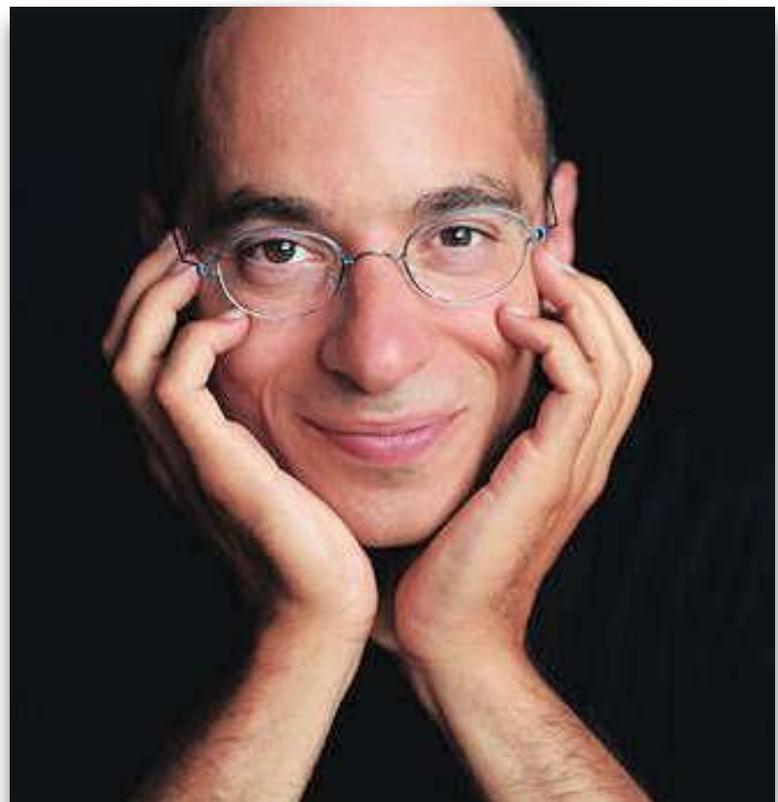
### **Que se passe-t-il exactement?**

Disons que le sommeil nous rebranche avec notre inconscient et nous rappelle notre identité. Par exemple, pendant les purges staliniennes, on privait les prisonniers de sommeil pour les manipuler plus facilement. Tant que les gens peuvent dormir et rêver, ils ne sont pas manipulables. En clair, si on ne dort pas, on devient fou. La souffrance des insomniaques le prouve.

Aussi, le rêve permet une communication entre l'identité du passé, du présent et du futur. Vu que cela est impossible dans le monde qui nous entoure, à cause des lois physiques qui empêchent le voyage dans le temps, le rêve est l'endroit où ce genre de choses est possible. Le sixième sommeil (le sujet de son livre, ndr) correspond en quelque sorte au niveau de nirvana de la culture indienne, au moment où l'on ne respecte plus les lois du temps et le temps n'a plus de linéarité. Il n'y a plus de passé, ni de présent, ni de futur.

### **Ce que vous nommez «le sixième sommeil» est donc un moyen d'accéder à son identité?**

Le vrai thème du livre, c'est ça: que se passerait-il si vous pouviez discuter avec l'enfant que vous étiez, et le vieillard que vous allez devenir? Cette idée m'est venue lors de l'émission de Frédéric Lopez, *Une Parenthèse inattendue*, à laquelle j'ai participé il y a deux ans. Il



m'avait demandé de prendre un téléphone et d'appeler symboliquement le petit enfant que j'avais été et de lui parler. J'ai trouvé cette idée passionnante et c'est là que m'est venue l'idée que mon héros pourrait être connecté à l'homme qu'il a été et qu'il va devenir. C'est pour cette raison que j'ai remercié l'animateur à la fin de mon livre.

«J'ai aussi essayé aussi le rêve lucide. C'est mieux que la drogue ! En dominant son cerveau on peut se faire des «trips» sans effets secondaires»

*Bernard Werber*

**Votre héros écrit ses rêves quotidiennement sur un carnet. Vous aussi vous notez vos histoires oniriques? Quel a été votre dernier rêve?**

Bien sûr que je note mes rêves! (Rires). La nuit dernière, j'ai rêvé que je sortais de mon appartement où il y avait une inondation et je m'apercevais qu'il y avait dans la rue un tsunami. Je me disais: «Bon ben de toute façon, vu que je suis sortie pour aller me baigner, tant qu'à faire autant mettre un maillot de bain.» C'était une sorte de rêve catastrophe, où je me disais que finalement, il fallait s'adapter. Je note mes rêves comme des histoires, comme des nouvelles fantastiques. Mais je fais très attention de ne pas les rationaliser et de les rendre cohérents. J'essaie de les garder intacts.

J'ai aussi essayé le rêve lucide, ce qui a été une expérience très spéciale. C'est mieux que la drogue! En dominant son cerveau on peut se faire des «trips» sans effets secondaires, par contre cela peut devenir addictif. C'est plutôt une bonne chose parce que ça influence aussi la création artistique!

**«La réalité psychique est plus importante que la réalité matérielle», disait Sigmund Freud, sous-entendant que ce que nous vivons est d'abord construit par nos interprétations. Partagez-vous cette idée?**

La réalité psychique est au moins aussi importante que la réalité matérielle, parce que la réalité est déjà une illusion. Chaque acte, chaque sensation n'est qu'une interprétation qui s'inscrit à chaque fois dans un système subjectif. Nos sens nous trompent. Au fond, le rêve n'est pas aussi irréel qu'on le croit et le réel n'est pas aussi réel. Par exemple, il peut y avoir des informations qu'on a raté dans le réel et qui réapparaissent en rêve, d'où l'intérêt du rêve comme moyen de récupérer nos erreurs.

**Si vous aviez la possibilité d'adapter *Le Sixième Sommeil* au cinéma, quel réalisateur choisiriez-vous?**

Il n'y a pas de tradition du cinéma fantastique en France et c'est assez dur de convaincre les producteurs de se lancer. Mon unique film, *Nos amis les terriens*, a été l'occasion de me heurter à ce genre de difficultés. Mais si je devais choisir un réalisateur, ce serait sans hésiter Tim Burton. Il sait maîtriser un cinéma qui porte un imaginaire fort, et je crois fondamentalement que ceux qui résistent au temps sont ceux qui ont une imagination particulièrement développée. Je pense à Tim Burton aussi parce que ce serait forcément un film réalisé avec de gros moyens pour les effets spéciaux. J'avais beaucoup aimé *Big Fish*, c'était un film solaire et très créatif.

Bernard WERBER

<http://www.bernardwerber.com>

## LES RÊVES NOUS AIDENT À AGIR

<https://tobienathan.wordpress.com/>

### Tobie Nathan

Tobie Nathan est professeur de psychologie et ethnopsychiatrie. Il nous explique sa conception de la vie onirique et sa méthode de travail, qui, loin d'être un simple déchiffrement, apporte une aide à la décision et permet d'y voir plus clair dans les moments difficiles que nous traversons tous. Chaque mois, il décrypte un de vos rêves.

« On ne tombe pas amoureux au gré des rencontres, charmé par un corps harmonieux, un doux visage ou une belle âme, mais parce qu'on a été l'objet d'une capture délibérée. Objets magiques, philtres, parfums, prières, rites, paroles ésotériques, nourritures ou boissons préparées... je focalise ici mon intérêt sur les innombrables manières de faire et sur leurs modes d'action et d'efficace, sur les théories qui les gouvernent, sur les mondes qui les abritent... »

Tobie Nathan



**Magazine Psychologies : Pour les freudiens, les rêves nous mettent en contact avec des désirs inconscients de l'enfance, du passé ; pour vous, ils nous entraînent vers le futur. Est-ce bien cela ?**

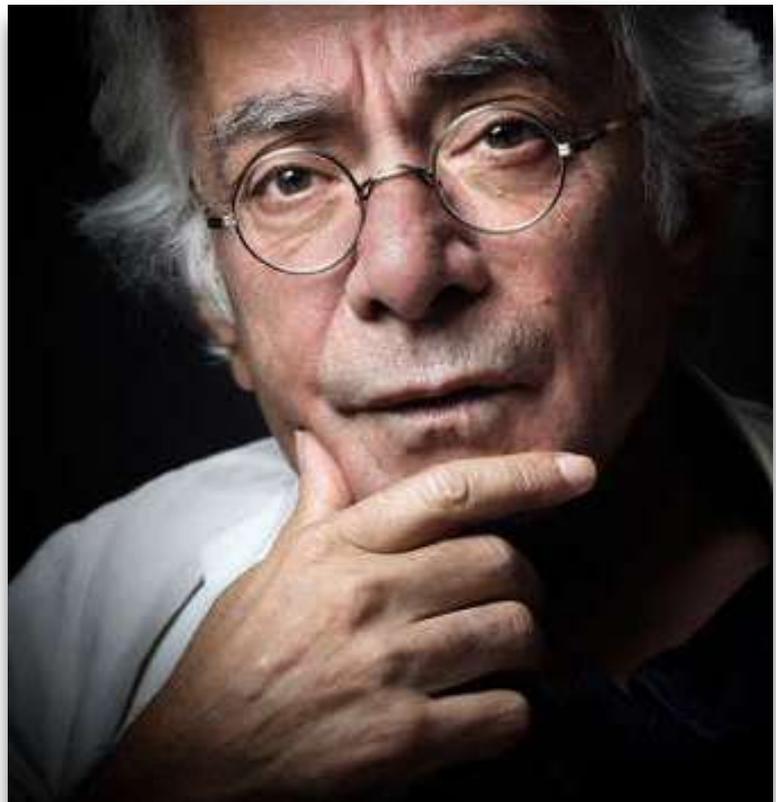
**Tobie Nathan :** Oui, un rêve est une réflexion ultrarapide qui tente de dessiner des solutions aux questions de la veille restées en suspens. Je parle de problèmes actuels, concrets - « Aurai-je ou non ce travail ? » - ou de choix d'existence qui engagent l'avenir - « Dois-je ou non me marier ? » C'est pendant son sommeil que le chimiste allemand Kekulé trouva la structure moléculaire du





benzène. C'est ainsi que j'ai écrit que le rêve est un « brouillon du lendemain »... Cette conception des rêves remonte à l'Antiquité, et même bien au-delà.

Un exemple célèbre : Jules César se demande s'il doit ou non s'emparer de Rome, il hésite. C'est alors qu'il rêve qu'il couche avec sa mère. Il consulte un interprète, qui déclare : « Ta mère, c'est Rome, alors oui, tu prendras Rome. » Le lendemain, il franchit le Rubicon avec ses légions. On reconnaît une interprétation juste à ses effets dans la vie du rêveur ; si elle est fausse, rien ne se passe. Imaginons que César soit tombé sur un psy freudien ou lacanien. Il lui aurait dit : « Mon cher, parlez-moi de vos désirs sexuels pour votre maman. » La face du monde en aurait été changée. Ça n'aurait peut-être pas été pire, remarquez.



**Mais il y a quelque chose de l'ordre de la divination dans votre conception des rêves, non ?**

**Tobie Nathan :** Je préfère parler de « prédictivité », car la divination repose sur la connaissance de l'invisible. Une femme me raconte un rêve duquel je déduis qu'elle sera enceinte dans l'année. Ce n'est pas de la magie. J'ai pu entendre que cette femme avait peur d'être enceinte, était méfiante, qu'elle n'était pas certaine d'avoir rencontré le bon partenaire. Elle doute dans sa vie éveillée. Mais le rêve, lui, me dit qu'en fait elle s'est posée, que l'homme avec qui elle vit est le bon. Il se situe un pas plus loin qu'elle. En tant qu'interprète, je dois proposer ce savoir à la rêveuse. Et, du même coup, je l'aide aussi à se décider. Il faut d'ailleurs être conscient de cette influence qu'exerce l'interprète, qui, délibérément, accepte d'endosser une responsabilité dans la vie de quelqu'un d'autre : ses paroles contribueront à la survenue des événements. Ensuite, soit cette femme tombera enceinte, effectivement, soit elle ne tombera pas enceinte... Elle pourra alors revenir vers moi, me dire que je m'étais trompé. Une interprétation engage celui qui la donne.

**Y a-t-il toujours besoin d'un interprète, ne peut-on procéder seul ?**

**Tobie Nathan :** Vous pouvez trouver des pistes, réfléchir sur les images, vous interroger sur les émotions ressenties dans le rêve, et tout cela aide beaucoup. Mais non, personne ne peut interpréter ses propres songes. Parce que dès que vous essayez de le faire, vous produisez un nouveau scénario, vous relancez la machine à penser. Et c'est le cercle infernal, ça ne s'arrête jamais. D'où la nécessité qu'un interprète tranche parmi les hypothèses, parmi les solutions possibles et propose celle qui vous convient aujourd'hui... Il vous dit en quelque sorte : « On va se fixer là et travailler. »

**Que penser de toutes ces « clés des songes » qui proposent des interprétations sur Internet? Vous avez rêvé d'un chien – ou d'un serpent –, ça veut dire que...**

**Tobie Nathan :** Un rêve est toujours une production individuelle, qui se nourrit de la culture du rêveur et de sa langue. Or ces grilles de lecture qui circulent sur la Toile ou dans des livres viennent pour la plupart de la Grèce antique, qui elle-même n'avait pas reculé devant quelques emprunts à d'autres cultures. Elles avaient bien un sens dans leur monde de naissance, mais elles ont été vidées de leur substance en débarquant dans d'autres. Prenez les

rêves de dents : vous les perdez, elles se diluent comme du sable dans votre bouche, etc. Sur Internet, on vous annonce que vous allez perdre quelqu'un, qu'une personne de votre entourage va mourir. Eh bien cette idée-là sort tout droit de l'Onirocriticon d'Artémidore de Daldis, un auteur grec du IIe siècle après J.-C., le modèle de toutes les clés des songes. Vous savez pourquoi ? Pour bâtir la ville de Thèbes, le héros Cadmos dut tuer un dragon. Il planta ensuite les dents du monstre dans la terre, et de ces dents semées sortirent des géants, ancêtres des Thébains. D'où l'équivalence dent-graine d'humain-personne qui n'avait de sens que pour les Grecs...

Alors, effectivement, on repère des thèmes récurrents dans les rêves. Vous perdez votre portefeuille, votre sac à main ? Le rêve vous prévient d'un changement imminent. Vous êtes piqué par un serpent ? Il vous signale un danger. Mais quel changement, quel danger ? Si le rêve vous envoie ces messages, c'est précisément parce que, à l'état de veille, vous ne vous en rendez pas compte. Comme je vous le disais, vous pouvez aller assez loin dans l'exploration de vos songes, mais vous ne saurez pas trancher, prendre une décision. Vous ne pourrez jamais être votre propre interprète. Et votre entourage est toujours trop impliqué pour vous être d'un grand secours.

### **Un rêve doit déboucher sur un conseil et une action, dites-vous encore...**

**Tobie Nathan :** Si je vous dis : « Votre rêve montre que vous êtes fâchée avec votre fille pour des histoires d'argent depuis deux mois », qu'allez-vous en faire ? Rien ! La matière du rêve n'est pas destinée à rester dans la tête, sa fonction est de nous aider à agir. Et, pour cela, j'ai besoin de savoir qui est le rêveur, d'où il vient, quelles sont les pensées de son monde, ce qu'il fait dans la vie. Revenons chez Artémidore de Daldis : un homme rêve qu'il est chauve. Si cet homme est jongleur, le rêve signifie qu'il pourrait bien réussir à présenter son numéro devant l'empereur ; je lui conseillerais donc de continuer à s'exercer. Car, quand il avait l'honneur de se produire devant le souverain, un jongleur devait se raser la tête. Le rêveur est commerçant ? Il pourrait bien se retrouver en prison : à l'époque d'Artémidore, les prisonniers avaient le crâne rasé. Sans doute a-t-il commis quelques entorses à la loi, il doit dorénavant se montrer plus prudent.

**Que peut attendre le rêveur qui soumettra son rêve à Tobie Nathan ?**

**Tobie Nathan :** La lecture du rêve ne suffit pas pour produire une interprétation, et encore moins pour donner un conseil, je pense avoir été clair sur ce point. Un entretien téléphonique, un contact réel, est indispensable pour savoir qui est le rêveur. Après avoir échangé avec lui, je lui restituerai ce que j'ai compris de son rêve et ce qu'il peut en faire dans la réalité. Une interprétation doit déboucher sur une action, qui elle-même produira un changement. Du moins, il faut l'espérer...

Tobie NATHAN

<https://tobienathan.wordpress.com/>

## À LA SOURCE DU RÊVE

<http://www.arnaud-riou.com>

### Arnaud Riou

*J aime établir les liens, entre le corps et l'esprit, entre les paroles et les actes, entre la sagesse des peuples premiers et la modernité du monde dans lequel nous vivons. Vivre son existence en équilibre, pour se sentir vivant !*

### Portrait d'un autodidacte

Auteur, coach, formateur, conférencier, Arnaud RIOU est un autodidacte. Né le 8 août 1963, 7ème d'une famille de 8 enfants, il quitte l'école à 17 ans et explore les différentes dimensions de l'être humain à travers le théâtre, la danse, la méditation et les arts martiaux avant d'élaborer en 2006 sa méthode ; la voie de l'A.C.T.E.® Approche Consciente de la Totalité de l'Être.



## De l'intuition à la médiumnité

La médiumnité, l'intuition, le channeling ; où commence l'un et en quoi consiste l'autre...

Imaginez un poste de radio.

L'un de ces postes comme on trouve dans tous les foyers.

Si vous réglez la fréquence sur 87.8 Mhz, vous capterez France Inter. Vous capterez France Info sur 105.5 Mhz, RTL, NRJ sur d'autres fréquences encore.

Il y a ici un émetteur (les chaînes de radio) Un récepteur (le poste de radio) et un canal de communication ; (la





## UN PARCOURS D'AUTEUR

Il est l'auteur de :

*Jouer le rôle de sa vie* Editions de l'Homme 2007, réédité 2017

*Au nom de l'enfant* Editions de l'Homme 2009, réédité 2017

*Méditation au quotidien* co-auteur avec P. Larmoyer Hachette 2009

*Oser parler & Savoir dire* Editions de l'Homme 2012

*Réveillez le chaman qui est en vous* Editions Solar 2014, réédité poche 2017 J'ai lu

*5 étapes et je prends la parole en public* Editions Solar 2015

*Calme, mon carnet de méditation* Editions Solar 2017

*L'Oracle du Peuple animal* Editions Guy Tredaniel 2016

*Le défi des 100 jours, intégrer la magie dans son quotidien* avec Lilou Mace Editions Guy Tredaniel 2017

*Mantrâme* CD enregistré avec Rico Peron

*Les nouveaux Sages* à paraître chez Solar septembre 2017

Publié dans 7 pays, ses livres ont été vendus à plusieurs dizaines de milliers d'exemplaires.

•

fréquence d'ondes) sur laquelle les signaux (les émissions) sont véhiculés.

Ce processus est assez précis.

En modifiant très légèrement la molette l'auditeur change la station.

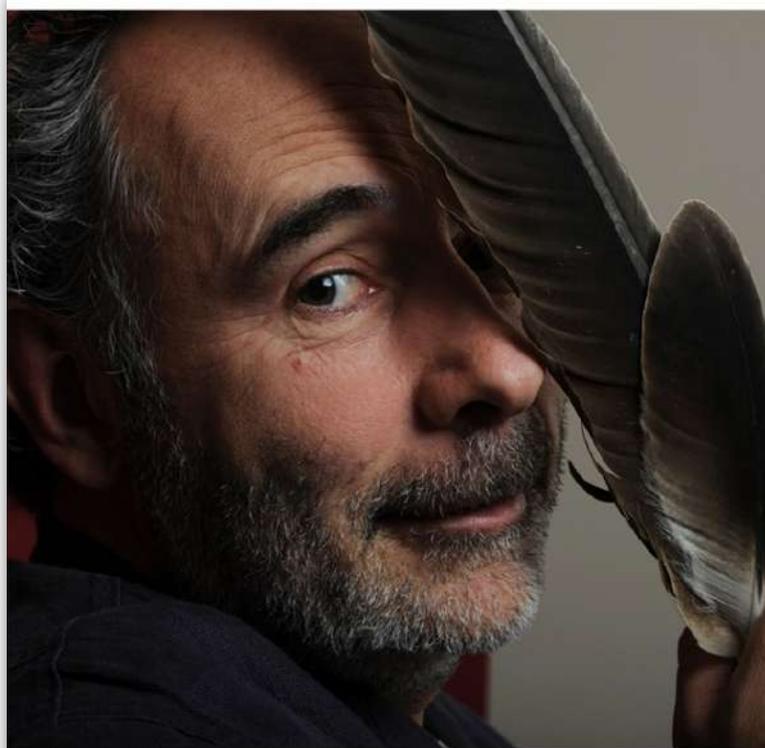
Le principe est sensiblement le même avec l'intuition, la médiumnité, le channeling ou même le spiritisme.

Ici et là des médiums, des spirits, mais aussi, des personnes simplement sensibles et intuitives captent un certain nombre d'informations.

Parfois, elles n'en sont pas même conscientes ; elles sont simplement traversées par une intuition fugace sans en comprendre la source ; parfois elles en deviennent tellement expertes qu'elles en font leur métier.

Tout dépend de la finesse de l'attention que chacun porte au phénomène.

En fonction de la longueur d'ondes sur laquelle nous réussissons à nous connecter, nous captions telle ou telle



Arnaud Riou

fréquence ; des plus hautes aux plus basses.

Au-delà des simples informations intuitives que nous pouvons percevoir à l'approche d'un événement, dans le cours de nos rêves, en visitant un lieu chargé d'histoire, en regardant une photo ou en marchant dans une rue, certains d'entre nous ont affiné leur antenne et entretiennent une communication plus précise avec les animaux, avec les défunts pour certains médiums, ou avec des anges ou archanges pour les chanel.

Nous sommes des antennes

« Nous ne sommes pas des ordinateurs, nous sommes des antennes » répondait Albert Einstein à un journaliste qui lui demandait d'où venait son intelligence hors du commun.

Ainsi, le grand scientifique reprenait ce postulat chamanique selon lequel nous ne sommes pas plus coupés de notre environnement qu'une vague n'est coupée de l'océan.

Postulat, repris par la science qui nous apprend que la matière physique, l'atome, ne représente que 7% de l'univers, le reste est occupé par de l'énergie sombre qui assure l'expansion de l'univers.

En nous reliant à notre environnement nous pouvons intuitivement en percevoir la nature ; comme en écoutant notre corps, nous pouvons en apprendre beaucoup sur ses besoins.

Cette approche demande à élargir la notion du « qui suis-je » et réaliser que notre être est bien plus vaste que notre simple personnalité et intègre notre réalité cellulaire et vibratoire.

Ces ondes qui nous traversent

Dans notre quotidien, nous sommes traversés par des ondes telluriques, cosmiques, hertziennes, cérébrales.

Nous sommes traversés par les pensées et les projections mentales des uns et des autres.

N'avez-vous jamais pensé à quelqu'un avant qu'il ne vous appelle ou eu envie de fuir une maison à peine le seuil franchi ?

Chaque pensée, information, communication est véhiculée par une fréquence d'ondes particulière.

Nous n'en captions habituellement que très peu car nous ne sommes pas branchés sur la longueur d'ondes adéquate et ne sommes pas assez attentifs aux informations subtiles qui nous traversent.

Il est nécessaire de clarifier nos antennes pour améliorer la réception des messages.

Plus nous affinons notre perception, plus nous captions des informations subtiles.

## Régler la bonne fréquence

En modifiant notre fréquence de réception, nous pouvons capter l'énergie vibratoire humaine, animale, minérale, ou végétale...

Des chamans et certains botanistes captent facilement l'énergie des végétaux. Ils sont capables en entrant en contact avec une plante d'en identifier les propriétés médicinales.

L'essentiel des propriétés des plantes et remèdes de notre propre pharmacopée a été identifié de cette façon.

Certains vétérinaires se sont spécialisés, eux, dans la communication animale et entretiennent une communication télépathique assez précise avec des chiens, des chats, des chevaux pour retrouver en silence l'essence de leurs maux.

Ces spécialistes sont notamment consultés avec des résultats étonnants par des propriétaires de chevaux lorsque la seule observation de l'animal ne suffit pas à comprendre la raison d'un blocage ou d'une pathologie.

En modifiant notre fréquence, nous pouvons nous relier à la fréquence vibratoire des minéraux ; et ressentir quelles pierres sont bonnes pour la santé, pour la mémoire, pour le sommeil.

Pour affiner leur perception, les radiesthésistes s'équipent d'un pendule, d'une antenne de Leicher ou de baguettes de sourcier pour entrer en contact avec la fréquence vibratoire de l'eau. Ils retrouvent des sources souterraines avec une précision au mètre près.

Des médiums se connectent à une fréquence qui permet d'entrer en contact avec les défunts.

A une autre fréquence, nous capterons l'énergie des maisons ; des anges, ou des fleurs.

## En état de transe

Si des chamanes et certains chamans ont besoin de développer un état de transe pour modifier leur état de conscience et accéder à ces fréquences ; d'autres captent naturellement des informations angéliques sous forme de signes légers intégrés dans leur quotidien.

Il n'est pas nécessaire à chacun d'être en transe pour canaliser des informations. La transe permet simplement d'accéder à des fréquences plus sensibles et difficilement accessibles dans un état non altéré.

Pour chacun, la transmission de ces canalisations peut se faire sous forme d'enseignements spontanés, d'écriture automatique, d'intuition, d'images, mais aussi, comme ce fut le cas de plusieurs artistes, sous forme d'oeuvres musicales ou picturales ;

Mozart, Léonard de Vinci ou Michel Ange auraient-ils pu créer leur oeuvre s'ils n'avaient été connectés à une source d'inspiration qui dépassait leur personnalité ou leur être ordinaire !

## Témoignages

Depuis l'écriture de mon dernier livre, Réveillez le chaman qui est en vous ; j'ai été surpris du nombre de témoignages reçus d'hommes et de femmes qui ont pris conscience qu'ils avaient une forte intuition, souvent proche de la médiumnité.

Curieusement, dans la majorité des cas, ils ne l'utilisaient pas ; avaient parfois peur de le reconnaître ; plus préoccupés par ce qu'en dirait leur entourage que par la source précieuse à laquelle peut les mener leur intuition.

## Régler sa fréquence

Pour percevoir ces informations subtiles, il est nécessaire de s'entraîner ; de faire silence ; aussi bien dans notre tête que dans notre coeur.

Il est nécessaire d'apaiser nos doutes et de respirer profondément, d'ouvrir notre coeur à notre environnement.

La médiumnité est un phénomène naturel.

L'essentiel des animaux, rappelons-le communiquent par télépathie.

Pour nous autres, êtres humains, nous vivons entre le ciel et la terre ; et notre nature nous permet d'incarner pleinement cette dimension

La méditation, le calme mental, nous aident à affiner notre intuition.

Les marches silencieuses en forêt, les arts martiaux nous aident à affiner notre relation avec notre corps ; à être plus réceptif, plus sensible.

Lorsque nous nous faisons confiance, lorsque nous marchons dans notre existence d'un pas léger, les informations intuitives dont nous avons besoin se révèlent à notre conscience.

Nous pouvons alors capter et percevoir ce qui est juste pour nous, l'issue d'une situation qui nous semble bloquée, les causes d'un échec. Il ne nous reste qu'à les écouter.

Devenant plus sensible, nous pouvons alors mieux percevoir notre environnement et entretenir avec lui une relation sereine, paisible et créative.

On comprend par la logique et on apprend par l'intuition disait Churchill.

Et vous, écoutez-vous votre intuition ?

Arnaud RIOU

<http://www.arnaud-riou.com>

## LA LANGUE DES OISEAUX

<http://reenchanterlemonde.com/>

### Luc Bigé

Luc Bigé est Dr. en sciences (biochimie), consultant et écrivain. Il a fondé l'Université du Symbole, dont il est actuellement président d'honneur. Autour du monde symbolique et de ses conséquences sur notre société il a publié de nombreux ouvrages dont L'Homme Réunifié.

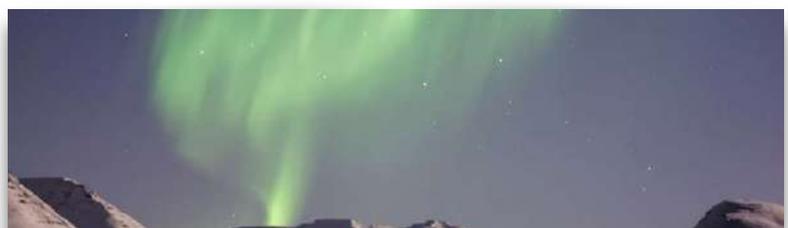
### Réenchanter le monde

Le monde a-t-il besoin d'être ré-enchanté ? À vrai dire nul ne ré-enchant le monde, il s'agit seulement d'une question de regard. L'œil utilitariste rend la nature utile, la vision poétique la rend belle et lumineuse. Aujourd'hui, il ne suffit plus d'améliorer notre savoir technique, il nous faut aussi découvrir un ordre sensé ...



Parler et écrire revient à émettre des sons et à dessiner des formes. De tous les vivants, l'être humain est devenu un spécialiste dans ce genre d'exercice. Se souvient-il encore qu'il réitère par là un acte fondateur et sacré ? Ces deux voies d'expression du sens, celles de la géométrie et de la sonorité, s'enracinent très profondément dans la nature de l'univers.

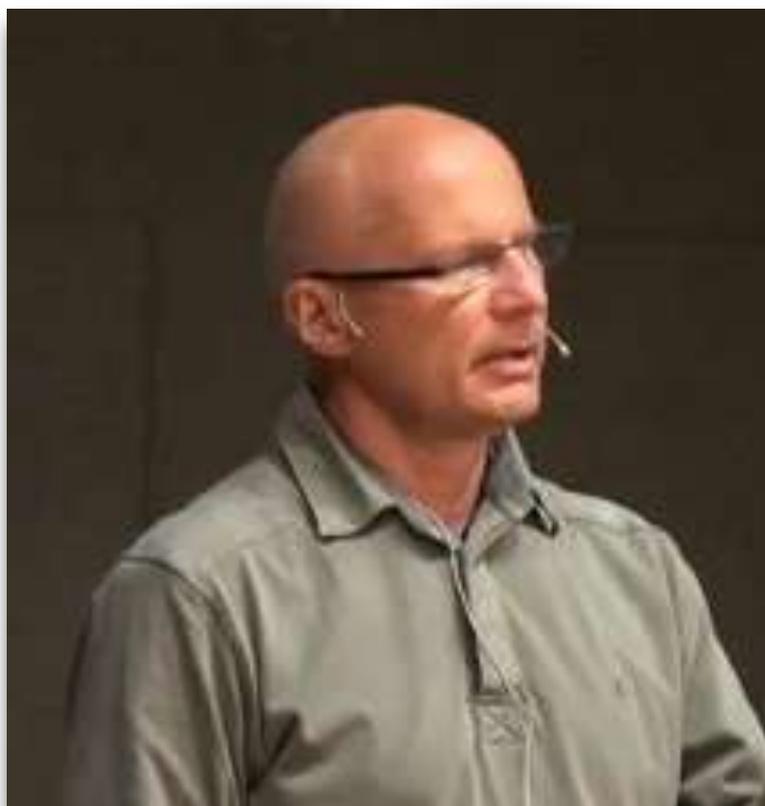
La philosophie tantrique enseigne que la Mère Divine se manifeste par la forme et le nom, et qu'il existe de nombreux mondes sur différents plans de conscience, tous contrôlés par le pouvoir de la Mère Divine. L'objectif de la pratique tantrique consiste à s'identifier au Sans Forme et au Sans Nom situé au-delà de tous ces univers : à la suprême Shakti[1]. Comprendre le jeu des noms et des formes est un premier pas pour sortir de la prison de nos identifications et nous ouvrir au pouvoir, à la conscience et à la bénédiction du Suprême.





Pourtant nous acceptons habituellement notre langue et notre l'écriture comme une évidence qui s'impose à nous du fait de l'histoire. Elle serait le fruit du passé, d'un mélange imprévisible issu du brassage des peuples, des conquêtes territoriales, des évolutions culturelles et, en ce qui concerne le français, une transformation particulière du latin. De ce point de vue, les lettres, les sonorités et les accents toniques se forment et se déforment au gré des aléas de l'histoire, l'alphabet et le verbe sont des habitudes forgées par un passé ancestral.

Voici donc deux thèses sur l'origine du langage. La première affirme que le verbe est créateur d'Histoire, la seconde que le verbe est créé par l'Histoire. L'une flirte avec les traditions religieuses tant orientales qu'occidentales pour qui le « verbe s'est fait chair », l'autre s'appuie sur la pensée scientifique qui voit le monde organisé comme sorti du terreau informe d'une matière en chaos. Evitons tout de suite deux écueils : prendre fait et cause exclusif pour l'une de ces deux visions du monde, et les confondre avec le débat actuel autour du créationnisme et du darwinisme.



## La langue des oiseaux, définition

La « langue des oiseaux » n'est pas nouvelle. Les alchimistes l'utilisaient déjà pour coder leurs textes puis Lacan la redécouvrit en « jouant » avec le langage. On se souvient des intitulés restés célèbres de deux de ses conférences : Les Non Dupes Errent (pour « les noms du père ») et Le Fond de l'Air est Frais (pour « le fond de l'ère effraie »). Dans « Encore » le psychanalyste dévoile également le sens profond de l'interdit[2] : « Il y a du rapport d'être qui ne peut pas se savoir. C'est lui dont, dans mon enseignement, j'interroge la structure, en tant que ce savoir - je viens de le dire - impossible est par là interdit. C'est ici que je joue de l'équivoque - ce savoir impossible est censuré, défendu, mais il ne l'est pas si vous écrivez convenablement l'inter-dit, il est dit entre les mots, entre les lignes. Il s'agit de dénoncer à quel sorte de réel il nous permet l'accès. Il s'agit de montrer où va sa mise en forme, ce métalangage qui n'est pas et que je fais ex-sister. Sur ce qui ne peut être démontré quelque chose pourtant peut être dit de vrai ».

C'est précisément ce savoir « inter-dit » qu'explore la langue des oiseaux. Un savoir indémontrable au sens scientifique du terme mais qui, pourtant, est lourd de conséquences. Restons encore un instant sur l' « interdit ». Il s'agit de ce qui se tient silencieusement « entre les dits » et, d'une manière plus métaphysique, de ce qui est « entre la déité (inter - D.I.T.) ». L'inaccessible, pour nous les hommes, c'est bien sur tout ce qui n'a pas encore été verbalisé, tout ce qui est resté dans les limbes sans définition, même très imprécise. Tout ce qui n'est pas formulé nous est interdit. N'oublions pas que formuler un interdit c'est déjà dire quelque chose et par conséquent sortir de l'inter-dit. Le véritable interdit, c'est l'inimaginé et le non verbalisé, là où les mots sont absents. Et pour celui qui a la foi il s'agit de tout ce qui n'est pas dieu. Mais c'est là seulement une question d'éclairage puisque la déité est « d i t », dieu est très précisément le verbe.

Ce savoir n'est « défendu » que par ce qu'il est « d'E fendu », il « fendille ce qui vient du E », c'est-à-dire les constructions mentales élaborées par l'ego, puisque c'est là le sens symbolique de cette lettre dans notre alphabet. En effet, la ligne verticale (I) du E relie les trois plans de l'être symbolisés par ses trois lignes horizontales : le physique, le sensible et l'intelligible. « E » symbolise l'affirmation pleine et entière de la personnalité, encore que celle-ci passe parfois par des phases d'hésitation (heu... !) et aie besoin de la confirmation de ses compagnons pour prendre des décisions que de toutes manières elle aurait prise ! Entrer dans la langue des oiseaux n'est pas jouer avec les mots, c'est accueillir dans sa conscience le jeu divin de la pluralité des sens qui cherchent sans cesse à prendre forme dans l'histoire, la psychologie humaine, la nature et, en cas d'échec ou de résistance, dans nos maladies. Chacun sait que la « mal à die » est « un mal à dieu (d.i.e.) », une souffrance corporelle et/ou psychique qui signe l'inaccomplissement de la joie du cœur. Le corps « sait » naturellement cette langue des oiseaux. C'est ce qu'ont bien compris les praticiens du décodage biologique. En plus du sens symbolique de la cause organique de la pathologie, le nom de la maladie révèle sa nature. Ainsi la « surdité » signifie-t-elle « je n'entends plus par pur orgueil ». Qui suis-je en effet pour

être au-dessus (sur) de dieu (D.I.T. déité) ? Ou encore : « je n'entends plus parce que j'ai le sentiment d'avoir déjà tout dit (sur-dit) mille fois, j'en ai marre de me répéter et de ne pas être compris ». Quand à la lecture biologique elle décode « je suis malentendant car il y a quelque chose que je veux ou ne peux pas entendre ». Voyons maintenant la « sclérose ». Il s'agit littéralement d'une injonction à aller de l'avant : « Est-ce clair ? ose ! » par « S clér ose »... sans jamais plus se laisser enfermer dans un système familial, moral ou mental (le S initial) ».

Tout cela est en réalité très perturbant. Lors de l'écriture du petit dictionnaire en langue des oiseaux [3] je me sentais parfois sur le fil du rasoir entre folie et raison. L'irrationalité de ce savoir « d'E-fendu » et la multiplicité de significations possibles arrivant comme cela, par flashes, sont profondément déstabilisantes. Cela donne l'impression de naviguer sans repères dans un océan de sens dont la houle parfois emporte et donne le tournis.

Car les quelques exemples proposés plus haut ne font pas figure d'exceptions. La langue française contient un métalangage qui évoque directement l'intelligence de la nature. L'intelligence du corps qui « parle » du sens de sa maladie et de ses organes, l'intelligence de notre prénom qui signe (partiellement) notre identité, l'intelligence de mots aussi banaux que « interdit » où « âme », qui se décode « a-me », sans « moi », « sans ego » et aussi : « la force créatrice (A) de l'amour (M, « aime ») diffuse dans la totalité de la personne (E) ». Les deux significations émanent du même mot. Diffuser l'amour dans toutes les directions implique un effacement du moi. Cela n'est pas nouveau. Mais il est remarquable de le découvrir d'une manière aussi simple et synthétique dans ce mot forgé par la langue française. Nous ignorons à vrai dire si les autres parlars - Anglais, Allemand ou Italien par exemple - arborent les mêmes caractéristiques.

Au fait, pourquoi la « langue des oiseaux » ? Cette expression fut apparemment forgée par les alchimistes dans le but de protéger et de transmettre tout à la fois les secrets du Grand Œuvre. Les oiseaux sont des organismes biologiques qui se déplacent dans l'air. Ce sont, symboliquement, des formes pensées qui naviguent dans l'univers des idées (l'air). Ils représentent donc le monde du sens en mouvement et leur vol était, du reste, utilisé par les anciens Grecs comme un moyen de divination. De cette antique pratique, il nous reste encore l'expression « un oiseau de mauvais augure ». D'une manière plus imagée, ces volatils sont la métaphore des anges. Encore appelée « langue des anges », la langue des oiseaux nous parle du monde du sens et, littéralement, du dit de la déité.

### **Quelles sont les conséquences philosophiques de cette langue des anges ?**

Si les mots nous parlent autant que nous les parlons cela signifie que le langage à deux sources : une origine historique forgée dans le grand creuset de l'histoire des hommes, et une « cause » transcendante. Par elle le monde du sens fait pression, en quelque sorte, sur le choix des lettres et des sonorités afin que le mot ne reste pas une simple convention, mais soit un symbole porteur de sens. C'est ainsi et seulement ainsi que « trans-paraît » derrière ce qui paraît la « vérité » du mot, la « vers I T » du mot, « vers » la mise en terre (T) de la transcendance (I).

Cette force transcendante n'est pas un concept intellectuel. Elle a suffisamment de pouvoir pour structurer la langue, faire parler un corps souffrant... et suggérer aux publicitaires quelques inventions commerciales. Qui n'a jamais croisé un hôtel dont l'enseigne lumineuse

affiche « Au Lion d'Or »... pour nous dire que, ici, « au lit on dort » ? Et qui se souvient encore de cette publicité affichée lors du lancement de la cinquième chaîne de télévision : « - Eduquons ! - Mais c'est une insulte ! » ? Effectivement, « eh ! du con ! » est bien une insulte.

L'œuvre alchimique consiste précisément à marier ces deux causes qui produisent notre réalité quotidienne - le monde de l'Esprit et celui de la matière - afin d'accélérer l'évolution des règnes végétaux (spagyrie) et minéraux ; afin, finalement, de rétablir l'unité entre le visible et l'invisible.

Nous sommes loin du débat aujourd'hui réanimé entre les tenants du darwinisme et les adeptes du créationnisme. Les premiers pensent que les êtres vivants sont le fruit du hasard et de la sélection imposée par l'environnement. Les seconds s'appuient sur la Bible pour dire que la volonté et l'intelligence du divin ont créé et créent encore notre univers physique et biologique. Nous proposons une troisième voie qui récuse à la fois le hasard et le dessin intelligent[4]. Tout se passe en effet comme si une pression de sens sans intention infiltrait les mots, la matière biologique et l'histoire pour manifester sa propre nature. Tout se passe comme si l'évolution était le produit raffiné d'un grand jeu entre le visible et l'invisible, entre une matière inerte et une force joyeuse et intelligente qui cherche à la modeler afin que le monde objectif devienne le miroir toujours de plus en plus clair de la réalité intérieure.

Luc BIGÉ

<http://reenchanterlemonde.com/>

---

## UNE MÉCANIQUE À DÉRÊVER

---

<http://tristan-moir.fr>

---

### Tristan Moir

---

Spécialiste du langage du rêve, Psychanalyste, Psychothérapeute, Onirologue

---

Fondateur de E.V.E.R, Ecole Vivante de l'Enseignement du Rêve, 2007 Formation au langage du rêve, pour thérapeutes, étudiants ou amateurs éclairés.

Enseignement fondé sur l'étude du langage du rêve et de sa mécanique. Méthode très structurée, claire et pédagogique pour fixer dans une forme universelle, académique et psychanalytique l'interprétation du rêve.

---

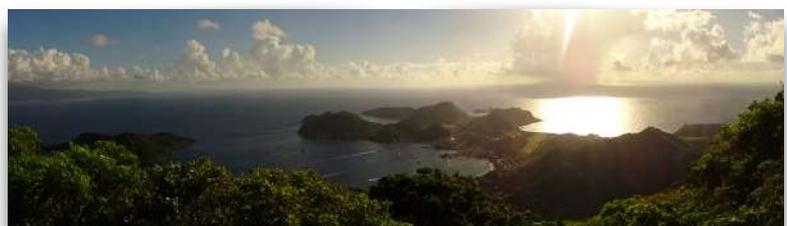
Animateur d'antenne libre sur Radio Ici & Maintenant ! depuis 1982 jusqu'à la création en 1994 de l'émission : « Entrez dans le rêve ».

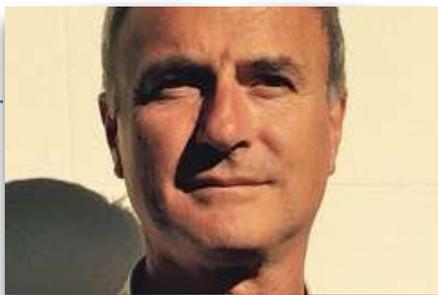


### Une mécanique à dérêver

Aujourd'hui, le rêve reste un des rares territoires magiques qui, comme son nom l'indique, peut faire rêver. Tel l'Atlantide ou un autre monde lointain, il attire tous les explorateurs avides d'inconnu, spéculateurs de la psyché, rêveurs d'un ailleurs meilleur, illusionnistes ou désillusionnés, magiciens en quête de toute-puissance, mais aussi les chercheurs à la pointe de la technologie.

Si l'on écrit toujours des clefs des songes, on scanne aussi maintenant le cerveau avec des électrodes pour capter ses impulsions oniriques, les mesurer, les répertorier et les enregistrer (une équipe de neurologues et d'informaticiens japonais du laboratoire ATR Computational Neuroscience sous la direction de Yukiyasu Kamitani serait parvenue à concevoir un dispositif capable de deviner la nature des images





visualisées par une personne en train de rêver), ou de stimuler certaines zones du cerveau pour modifier le contenu du rêve (travaux d'une équipe de neurologues allemands sous la direction d'Ursula Voss). Une neurologue française - comme le sérieux banquier du Petit Prince qui compte laborieusement les étoiles - est même payée pour recenser et comptabiliser le type d'images produites pendant les rêves...

Bref, la science s'empare du rêve bioélectrique et le décortique pour tenter de le maîtriser face à un public avide de merveilleux technologique, de fantastique et d'inconscience-fiction. Nul doute qu'un jour on puisse contrôler les rêves ou les stimuler pour que les machines nous fassent retourner dans la matrice (Matrix).

Sans être hostile à ces recherches - je suis moi-même avide de merveilleux et de technologie - trop d'investigations et de spéculations autour du rêve peuvent décrédibiliser une étude précise de son langage. En effet, quel impact peut avoir une méthode sérieuse de déchiffrement du rêve quand elle est noyée parmi tant de propositions d'interprétation et de divergences de points de vue sur ses fonctions ?

Les ouvrages anciens qui tentent de décrypter les rêves et d'en donner les clefs, de l'antiquité jusqu'au XIXème, sont pléthores, chacun proposant sa grille de lecture ou



sont pléthores, chacun proposant sa grille de lecture ou son regard spécifique. Nous avons ainsi accès à une littérature historique profuse et riche, or, si parfois certains fondements se recoupent, les divergences de décodage de son langage empêchent de synthétiser un sens d'interprétation précis, clair et univoque, nécessaire dans un premier regard sur le rêve.

La littérature contemporaine onirique qui répond à une demande toujours fervente n'offre pas vraiment plus de cohérence dans ses nouvelles déclinaisons. Mais qu'importe ! Le public est avide de rêves et d'enchantements et chaque nouvelle parution est l'occasion d'articles et de questionnements qui, s'ils donnent l'impression de nouveautés et d'avancées, laissent souvent le chercheur de vérité sur sa faim et chacun n'est pas plus éclairé. Pire encore, certaines parutions qui se réclament d'être une nouvelle façon d'interpréter le rêve ne sont que des resucées d'idées millénaires et nébuleuses ramenant le rêve à une fonction de prédiction. Le rêve véhicule toujours une aura magique et, dans cet esprit, porte certains oublieux du sens critique à aimer se faire enfumer par des bonimenteurs patentés.

Pourtant, le grand Freud n'a-t-il pas défini les règles et usage de l'interprétation du rêve il y a maintenant plus de cent ans ? Ce n'est pas si évident que ça. À y bien regarder, il n'y a pas réellement de structure tout au long de son épais ouvrage. L'essentiel de l'investigation du grand homme est axée sur la recherche des causes générant le rêve dans une étiologie principalement sexuelle. Cette observation est exhaustive, allant de l'événement de la veille qui peut se rattacher à un souvenir d'enfance, jusqu'au déclencheur somatique, c'est à dire les perceptions corporelles pendant le sommeil. Cette mise en perspective des liens causals, tout aussi riche soit-elle, est assez laborieuse, pour ne pas dire souvent fastidieuse et Freud analyse et n'en finit pas d'analyser ses propres rêves sans nous fournir une clef d'interprétation thérapeutique. La lecture de l'ouvrage en devient ainsi ennuyeuse, sauf si on s'intéresse à la vie secrète et libidinale du grand homme(1), à ses fantasmes et à ses furoncles. Certes, son analyse lui permet de développer ses théories quant au complexe d'Œdipe, de la libido, de la castration, de l'accomplissement des pulsions, de l'hypermnésie, du principe de réalité, du refoulement et de l'application des mécanismes de l'Inconscient dans sa deuxième topique. Si ses théories voisinent souvent avec le génie(2), son Interprétation du rêve ne culmine pas sur les mêmes sommets. C'est à se demander pourquoi cet ouvrage est le plus connu et pourquoi il a suscité autant d'engouement et autant de nouvelles éditions ? Il n'y a aucun esprit de synthèse et de méthode au fil des pages et, si le père de la psychanalyse sait faire apparaître le contenu latent au travers du contenu manifeste du rêve, il est souvent illisible, confus et peu pédagogue. Certaines interprétations volent au ras des pâquerettes avec un sens obsessionnel très limité et horizontal. Même sur le plan de la libido, il ne va pas assez loin. Il analyse, il analyse, sans produire d'interprétation percutante, révélatrice et synthétique. Si Freud est l'inventeur de la psychanalyse, il n'est pas celui de la psychosynthèse. Bref, le message n'est qu'analytique, souvent alambiqué et tortueux pour être raccord avec sa grille de lecture. Il est aussi émaillé de phrases ampoulées et trop complexes pour en saisir le sens, pouvant ainsi enfumer le lecteur qui pourrait confondre embrouillage avec décodage, désireux au fond de lui qu'on le fasse rêver.

Jung, quant à lui, a produit trois ouvrages sur l'interprétation des rêves, mais malheureusement, ce ne sont que des retranscriptions de conférences-dialogues entre le maître et les disciples. Si son approche du rêve et de sa structure offre une dimension bien plus large que celle de Freud, l'aspect trop magique - qui correspond à une demande de son public - vient souvent altérer la valeur thérapeutique de l'interprétation du rêve. Paradoxalement, Jung pense aussi que le rêve n'a pas besoin d'être interprété, qu'il a une

fonction interne, délivrant un message de connexion entre les couches les plus profondes de l'Inconscient et du Conscient, porteur du message de l'identité fondamentale de l'individu. Certes, Jung est un homme cultivé, capable de faire des analogies et des correspondances avec différentes formes symboliques au travers des cultures et des âges, mais celles-ci nous éloignent souvent d'une rigueur thérapeutique. Trop de spirituel et d'exotisme confinent vers le magique et, encore une fois, vers l'enfumage.

Dans un désir d'enchantement, il apparaît qu'une partie de chacun de nous ait une prédisposition à se faire mystifier. Le rêve, ses images et ses possibles interprétations nourrissent la propension au flou artistique et au besoin de s'échapper de la réalité. La tradition et l'actualité autour du rêve viennent combler ce besoin. Le rêve se révèle être donc le support privilégié de cette inclination humaine, aussi, proposer une méthode rationnelle de lecture du rêve venant démystifier les images oniriques pour leur donner un sens concret, ne correspond pas forcément aux desiderata et aspirations secrètes du public, les profanes en la matière. Il subsiste tant de croyances dans l'esprit de chacun autour du rêve, allant du déni total de tout sens, jusqu'à la foi la plus totale en son pouvoir d'éveil, qu'une approche rationnelle de ce phénomène va se heurter aux résistances profondes de chacun. Du côté des professionnels de la psyché, bon nombre va réagir de la même manière, chacun voulant préserver son pré carré, ses acquis, ses constructions personnelles et son pouvoir. Chacun veut finalement protéger ses rêves et continuer de rêver autour du rêve.

"L'INTERPRÉTATION PSYCHANALYTIQUE DES RÊVES" apparaît alors comme une mécanique à dérêver par son pragmatisme et ses réponses concrètes. La première des approches que je propose est psychanalytique (sans être trop analytique) et va donc révéler les attachements et conflits parentaux qui, s'ils subsistaient, interfèreraient avec le développement individuel. Tant que les problèmes relationnels basiques papa/maman ne sont pas résolus, tout du moins aperçus et compris, il demeure une propension à stagner, à rejouer les mêmes schémas inconscients et donc, à projeter ses névroses dans nos relations sociales ou affectives. Ah, oui, ça ne fait pas rêver de renouer avec ce passé parfois douloureux ou triste et souvent idéalisé, paradoxalement ! Une définition claire et structurée, révélatrice du langage du rêve va se heurter alors à toutes ces résistances intrinsèques à la psyché humaine.

Oui, le langage du rêve est cohérent, oui il est stable et signifiant, capable de révéler tous nos blocages et potentiels. Oui, son langage peut s'apprendre et offrir ainsi un outil thérapeutique rapide et efficace. Oui, le rêve est porteur de nombreuses dimensions, de tous les possibles, mais avant d'entrer dans des dimensions de révélations irrationnelles, spirituelles ou prémonitoires, chacun a besoin de se débarrasser des scories du passé qui encombre son Inconscient personnel acquis. C'est ici que la dimension d'interprétation psychanalytique du rêve s'impose. En désencombrant et nettoyant ainsi le psychisme et l'esprit, l'interprétation accélère les processus d'éveils personnels vers lesquels chacun tend. Elle permet à chacun de se réaliser et d'aller vers un éveil plus universel, une communication harmonieuse avec le monde et pour certains qui y aspireraient, un véritable éveil spirituel.

\*

(1) Tout du moins ce qu'il veut bien nous livrer, car il écrit dans le § IV de la partie L'infantile comme source de rêve : « Cela étant, dans l'interprétation de mes propres rêves que je n'entreprends pourtant pas en raison de symptômes pathologiques massifs... » (Sic, comme dirait Onfray.)

(2) Même si Freud est un collecteur des idées de son temps.

Tristan Moir

<http://tristan-moir.fr>

Danielle Gourevitch

<http://daniellegourevitch.com>

## L'ONIROLOGIE OU LA SCIENCE DU RÊVE

<https://www.revereve.fr/>

### Bernard Mirande

Portrait de Bernard MIRANDE

Né en 1949 à

Montpellier Bernard

MIRANDE est Psychologue,  
essayiste, poète et

Onirothérapeute. Titulaire d'un  
D.E.A. de Littérature Française  
et Contemporaine, il a suivi  
l'enseignement du poète,  
philosophe et

métaphysicien François  
BROUSSE pendant 18 ans.

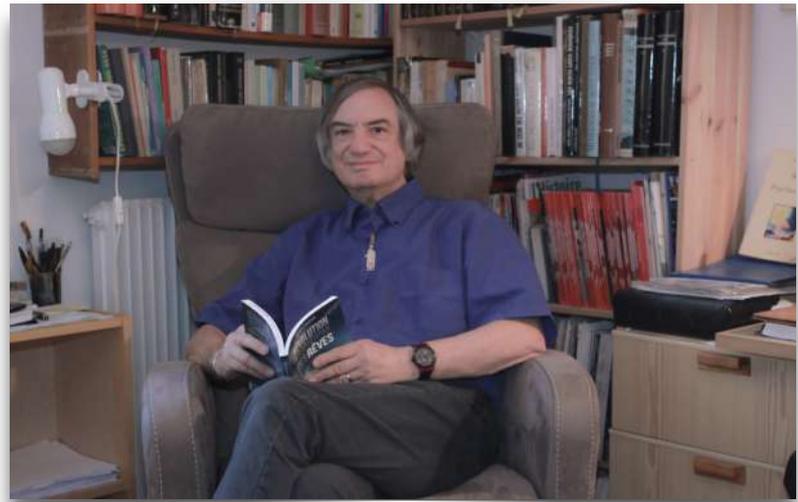
Depuis plus de 35 ans il exerce  
en tant que psychothérapeute  
à Castelnau-le-lez (34) puis  
Lunel (34). Il anime des ateliers  
et des groupes

psychothérapeutiques ainsi  
que de nombreux séminaires  
de psychologie métaphysique  
essentiellement axés sur le  
thème du rêve. Il a fondé  
l'association SONGE et le

Centre d'Etude des Rêves à  
Montpellier, son travail s'inscrit  
dans la lignée Junguienne tout  
en intégrant l'apport

psychanalytique de Freud et  
de Lacan. Animation des cafés  
littéraires à Nîmes et à

Montpellier : « A l'Ecoute des  
Rêves ».



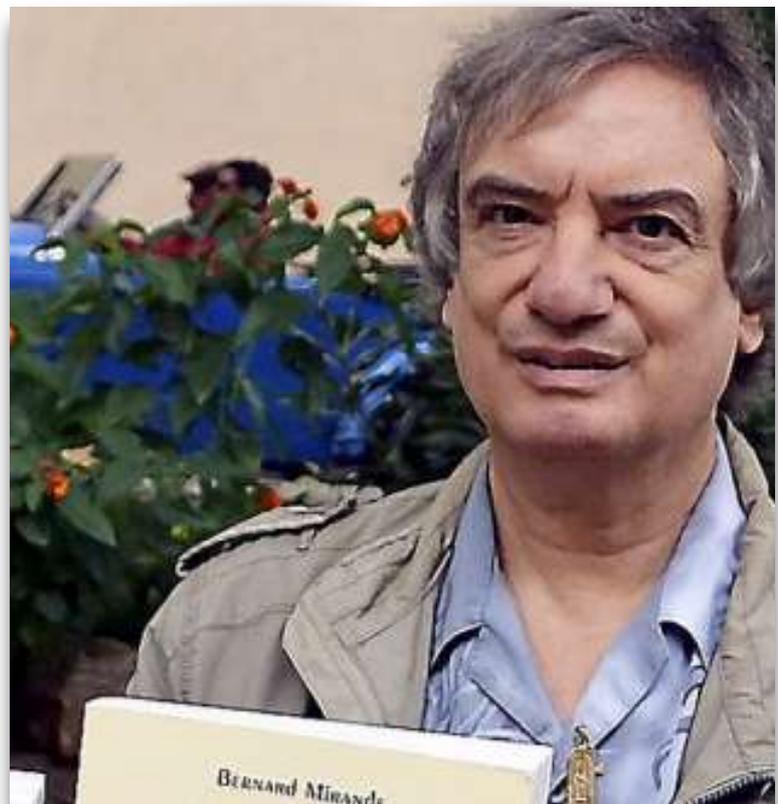
### Rêveurs, réveillez-vous...

Le rêve est la clef de la plupart des sciences humaines ; mais si jusqu'à présent tous les mécanismes sont loin d'avoir été étudiés c'est que la faculté d'interpréter les rêves conduit à une introspection qui inquiète. L'étude des rêves est en effet une remise en cause quotidienne non seulement sur le plan psychologique mais aussi sur notre conduite humaine et sociale. Elle ouvre à tous les niveaux de conscience ; voilà pourquoi on a voulu voir jusqu'à maintenant dans l'approche des rêves que son aspect mantique. L'importance de la science des rêves ne peut plus être négligée puisqu'il est maintenant possible de déceler dans ces messages de la vie nocturne, le caractère, le tempérament, la santé physique et psychique ainsi que le niveau de conscience de





l'individu. L'oniologie est la voie initiatique par excellence de la connaissance de soi, des autres et du monde ; elle peut apporter progressivement une réponse aux interrogations sur notre existence, sur notre essence, notre raison d'être et notre devenir. Sur une nuit de 8h il y a 6 cycles de sommeil de 1h20' chacun. Un cycle se compose d'une phase d'endormissement (10' environ), puis d'un sommeil lent (S.L.) qui devient de plus en plus profond, ensuite d'un retour à la conscience avec une phase de sommeil paradoxal (S.P.). La fin du premier cycle de la phase S.P. est de 10' environ ; lors du dernier cycle elle peut durer jusqu'à 45'. La phase du S.P. est repérée par les ondes Bêta s'inscrivant sur un cylindre enregistreur grâce à l'électroencéphalogramme. Le procédé consiste à appliquer contre le cuir chevelu des électrodes reliées au cylindre par des fils électriques. Pendant cette phase on peut constater chez le sujet des "mouvements oculaires rapides" (M.O.R.). Ce mouvement des yeux indique-t-il que le regard du rêveur suit la scène de son rêve?...On remarque également une pseudo paralysie ou hypotonie,



une élévation des seuils sensoriels, une réaction d'arrêt et un tumulte neurovégétatif.

Lorsque le sujet est réveillé pendant la phase du S.P. et dans les 10' qui suivent il se souvient à 80% de son rêve. Au-delà de 10' il n'y a plus que 10% d'individus se souvenant de leur rêve ; la phase de S.L. comprend des rêves abstraits ou cauchemardesques dont on ne peut obtenir de récits. Or, pour l'étude onirologique ce sont les récits qui retiennent notre attention car ils sont composés d'un contenu décryptable. Un bébé a 5% de S.P. (période prénatale). Cela implique-t-il qu'il rêve? Et dans ce cas à quoi rêve-t-il?... chez l'adulte on révèle 20 à 25% de S.P.

Pour se souvenir de ses rêves il suffit de prendre avant de s'endormir la décision de se les rappeler. Et si vous vous réveillez en pleine nuit ou au matin de les mémoriser et de les noter. Pour cela ayez du papier et de quoi écrire à côté de votre lit (une lampe de poche si vous ne dormez pas seul).

Si cela ne suffisait pas vous pourriez utiliser plusieurs techniques de mémorisation avant de vous endormir :

- le flash-back (ou retour en arrière) :

\*soit compter à l'envers par exemple à partir du chiffre 50 jusqu'à 0 (50 - 49 - 48...0).

\*soit revoir les événements de la journée en remontant du coucher au matin : coucher, soirée, fin d'après-midi,...lever. Vous pouvez même revoir vos gestes et vos actes à l'envers. Au bout de quelques jours vous n'aurez plus de difficultés pour vous souvenir de vos rêves.

Si vous êtes toujours aussi récalcitrant à la mémoire onirique vous avez la possibilité de m'écrire au journal pour recevoir une autre méthode.

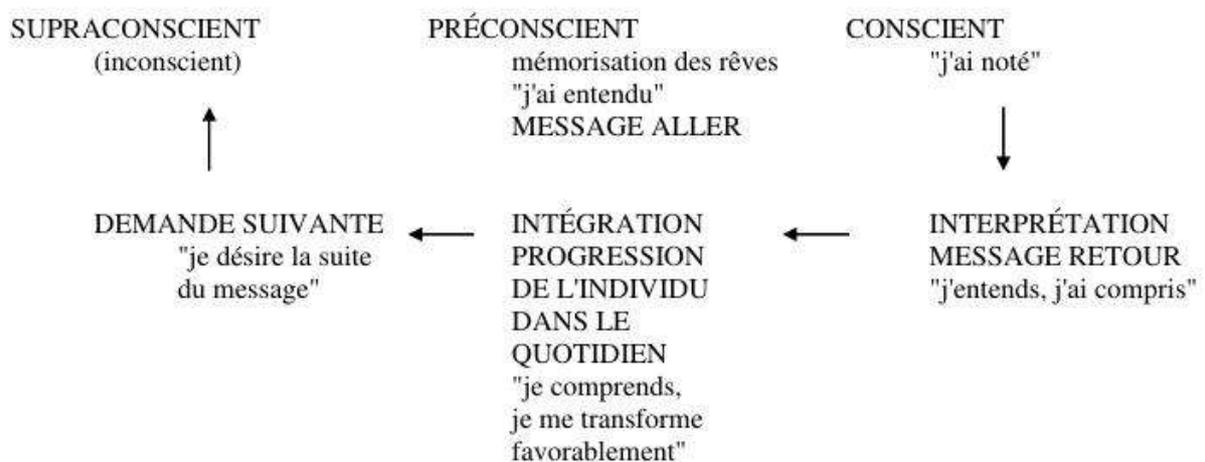
Le processus d'individuation :

Et consultant le livre de nos rêves comme un récit découpé en épisodes, un jour après l'autre, il devient possible d'en changer le cours en modifiant notre style de vie ; c'est le libre arbitre ; il dépend de nous de changer notre désir. Interpréter et faire interpréter ses rêves permet de comprendre ce qu'il y a à changer dans sa vie, ce qu'il y a à transformer au niveau du désir. Cette mutation entraînera une amélioration dans la vie diurne et se lira dans les rêves suivants.

Le mécanisme de prise de conscience :

Étudier ses rêves c'est entreprendre un chemin initiatique à part entière. L'inconscient si nous ne le limitons pas aux définitions freudiennes, contient non seulement des messages sur notre vie diurne consciente mais aussi des messages sur notre vie inconsciente diurne et nocturne et sur notre supraconscience (dimension divine).

Le rêve suivant contient l'indication de l'épreuve dépassée, il ne répète plus le message précédent si le problème a été résolu mais si nous n'avons pas su agir le message revient, semblable au précédent pour indiquer ce qui est à transformer.



Les rêves manifestent nos désirs ; ceux-ci sont activés par deux pulsions : pulsion de vie (Éros) et pulsion de mort (Thanatos). Notre but est de remplacer les pulsions de mort par les pulsions de vie. Sans étudier les rêves il est difficile de différencier avec précision les pulsions de mort. C'est pourquoi les rêves offrent "la voie royale de l'inconscient".

Après avoir étudié les différentes interprétations possibles nous en ferons la synthèse pour en découvrir la structure psychique.

Tous les rêves forment une seule et même histoire. Pour la comprendre il faut utiliser la symbolique et les différentes grilles interprétatives. À travers l'étude quotidienne de la

structure que montrent les rêves se dessine la progression de la psyché ; les différentes étapes franchies suivant le fil d'Ariane nocturne. Le mouvement de guérison d'un problème de santé, la transformation d'un défaut en qualité, le phénomène de rénovation intérieure peuvent ainsi être cernés.

Au mot Rêve, dans la plupart des dictionnaires on peut lire : "Ensemble d'images souvent incohérentes qui se présentent à l'esprit durant le sommeil".

Ce n'est pas exact : le rêve est d'une grande cohérence pour qui sait en lire les secrets.

Rêves et Symboles :

Un symbole a toujours plusieurs significations ; pour faire un choix il faut relier le rêve à son contexte. L'analyste doit avoir une grande pratique de l'interprétation pour repérer le sens archétypal d'un symbole, c'est-à-dire le sens qui selon le contexte du rêve revient assez souvent. Mais c'est surtout par le rêveur lui-même et grâce à ses associations libres (les rapports qu'il effectue entre son rêve et son vécu diurne) que l'éclaircissement sur la signification des symboles d'un rêve pourra se faire.

En ce qui concerne la multiplicité interprétative voici quelques approches possibles :

- Interprétation par rapport au vécu de la veille.
- La santé.
- La vie sexuelle et les rapports de couple.
- Le métier, les activités, les violons d'Ingres.
- L'interrogation sur la vie et la mort.
- La direction des désirs, régression ou transformation.

- Les rapports avec les parents dans l'enfance.
- Les rapports entre l'enfant et la mère pendant la gestation.
- Les rêves se rapportant à une vie passée (théorie de la réincarnation).
- Les aspects prémonitoire ou divinatoires.
- Etc...

## INTERPRÉTER SES RÊVES

pour se transformer et changer sa vie

Voici maintenant le récit d'un rêve suivi d'une approche interprétative :

Récit de rêve effectué en juillet 1988 par une jeune femme :

«Je suis devant une entrée de tunnel en pierre, celles de dessous sont plates. Je le traverse mais plutôt comme une force, une énergie, non comme un être humain. Cela se passait bien.

Un homme, un peu le physique de Belmondo... des cercueils (plusieurs) emballées dans du papier journal. Un autre homme lui donne un billet (100FF ou plus...) pour accomplir une mission.

Je traverse une grande rivière ; à ma droite il y a des rives, des embranchements. Des hommes y sont postés ; ils sont très agressifs et armés, menaçants. Ils attendent que je m'approche d'eux pour me fusiller ; je dois avancer le plus loin possible d'eux, bien que le courant me fasse dériver j'y parviens.

Je m'occuper d'un tout petit bébé. Ma mère était couchée et faisait un caprice parce que je ne m'occupais pas d'elle. Je répondais irritée qu'elle commençait à nous ennuyer et qu'elle n'avait qu'à partir si cela ne lui convenait pas. Là dessus mon père a pris sa défense et a dit que c'était à moi de partir et que je ne devais pas parler comme cela à ma mère».

Approche interprétative :

Le récit d'un rêve peut être vécu comme une route semée d'un certain nombre d'embûches. Au cours de ce cheminement différentes forces se manifestent (ici passage du tunnel, mission donnée à un homme, traversée de la rivière par la rêveuse qui s'occupe ensuite d'un bébé et entre en conflit avec ses parents). Dessiner un rêve permet de mieux comprendre l'enchaînement des scènes, les différentes phases du récit sont numérotées pour vous permettre de suivre l'action.

## SCHÉMA

(A1) - Le passage dans le tunnel correspond sur le chemin initiatique à l'étape : "mort/ résurrection" ; c'est pour la rêveuse une transformation considérable. La force énergétique ressentie dans le rêve indique qu'il y a eu dédoublement même si celui-ci n'est pas pleinement conscient. Ce périple correspond au mouvement de l'âme qui revient sur terre en se reconstituant (9 mois durant) dans le ventre maternel pendant le développement du corps physique. La jeune femme revit la période actuelle comme une nouvelle naissance grâce à sa force psychique.

(B3) - À la suite de cette transformation, elle doit accomplir sa mission et l'argent symbolise l'énergie qu'elle reçoit pour réussir ; Cependant elle attend l'aide du prince charmant qui prend ici le visage de Belmondo. Cet acteur n'est pas utilisé seulement parce qu'il figure une image du héros, son nom revêt une importance particulière.

Première approche kabbalistique :

L'étude phonétique des noms propres et de certains mots mis en relief dans le rêve peuvent être interprétés si l'on respecte à la fois la signification du récit et l'histoire du sujet. La mystique a souvent utilisé des systèmes de codage (voir les techniques kabbalistiques et alchimiques). L'inconscient use naturellement de sons homonymes pour donner plusieurs messages en relation les uns avec les autres dans un même récit.

BELMONDO. Pour rencontrer la haute beauté du monde (BEL-MONDE-HAUT) la rêveuse doit se pencher sur ce qui est beau dans son dos, dans son passé ou dans ce qui lui est caché (BEL-MON-DOS) en traversant le beau monde de l'eau, la rivière (BEL-MONDE-EAU). Le sens spirituel de sa démarche la conduit au sommet du monde, en haut du beau mont de l'évolution (BEL-MONT du HAUT). C'est pourquoi la rêveuse reçoit une mission ; elle doit miser ou mettre le cap sur Sion (MIS-SION). Sion est la Jérusalem céleste, située au sommet du monde dans la beauté divine. Afin de parvenir à ce but elle recherche l'aide de l'homme idéal, du héros, que symbolise Jean-Paul Belmondo dans ses films.

(B2) - Les cercueils enveloppés dans du papier journal représentent les rêves à étudier et ceux-ci la confrontent à la réalité de la mort. Cette mort symbolise l'initiation, les différentes naissances que l'adepte devra subir sur sa voie. Ces mutations inévitables demandent de mourir à ce qu'on est, c'est-à-dire de quitter certains modes de vie, des idées, des actions... pour se renouveler en mieux.

(C4) - La traversée de la grande rivière est un nouveau passage de seuil. La difficulté consiste à traverser en se protégeant des hommes armés. L'image de l'homme véhiculée par les parents dans l'enfance n'est pas favorable à la rêveuse qui craint une rencontre plus profonde.

Ce rêve est prémonitoire car dans la réalité la rêveuse a dû quitter sa maison envahie par les eaux lors du cataclysme de Nîmes. Le courant qui la fait dériver annonce le changement d'habitation qui se produira à cause de l'inondation.

(D5 et D6) - La rêveuse en décidant de s'occuper de son bébé plutôt que de sa mère, choisit de faire grandir une partie d'elle-même en dehors de la domination maternelle puis paternelle.

(puisque le père prend la défense de la mère). L'enfant dans les rêves figure ce que l'on fait grandir en soi, ce que l'on crée, on l'appelle l'enfant symbolique (fruit de l'unité des contraires yin et yang, de l'association des opposés anima et animus).

Deuxième approche kabbalistique :

CAPRICE :

- CAS PRIX CE = CE CAS DU PRIX : le prix à payer symbolise l'énergie que le sujet doit développer pour évoluer malgré les épreuves.

- CE PRIX KA : le Ka est l'âme chez les égyptiens, le double protecteur. Pour conquérir cette force la jeune femme triomphe des premières épreuves et du caprice maternel. Elle paye par l'énergie de son âme le prix de son évolution. Mais pour se séparer réellement de sa mère il faudra que par la suite il y ait rapprochement (étape ultérieure de l'évolution).

Le franchissement de ses différentes étapes est symbolisé par le thème de la naissance : passage du tunnel (gestation) ; traversée de la rivière (nettoyage du bébé à la sortie du ventre maternel) ; s'occuper d'un bébé (éducation de l'enfant).

La rêveuse a effectué un effort considérable pour parvenir en une nuit à passer cette épreuve. Il lui reste encore à se rapprocher l'image de l'homme qu'elle doit rendre moins menaçante dans son inconscient et à se réconcilier avec sa mère sans pour autant lui être soumise.

Le parcours initiatique montre toujours la dualité du désir ; les pulsions intérieures qui retiennent et celles qui font avancer. La décision positive l'emporte et l'initiée continue sa route.

Bernard MIRANDE

<https://www.revereve.fr>

## CE QUE LES RÊVES DISENT DE NOUS...

<http://www.virginieferrara.com/>

**Virginie Ferrara**

CABINET DE  
PSYCHANALYSE

Psychanalyse -  
Psychothérapie  
Virginie Ferrara

PSYCHANALYSE  
ACTIVE

Thérapies brèves  
Individuel - couple



**Ce que les rêves disent de nous, les messages de notre inconscient...**

Les rêves ont toujours fascinés les hommes et il est donc naturel que chacun ait recherché le sens de cet étrange univers.

Le rêve est notre intimité la plus absolue, il revêt parfois une très grande importance car il nous montre la partie la plus profonde, celle que nous cherchons parfois à masquer à l'état de veille.

Là, nous ne pouvons nous dérober car il nous confronte aussi à notre ombre, à ce que nous refoulons, à nos désirs les plus interdits et inavouables...

C'est dans les dédales de notre plongée dans le sommeil



qu'il nous dit les vérités les

---

plus personnelles, les plus cachées, les difficultés que nous traversons au quotidien à partir de nos comportements, de nos désirs et de nos peurs.

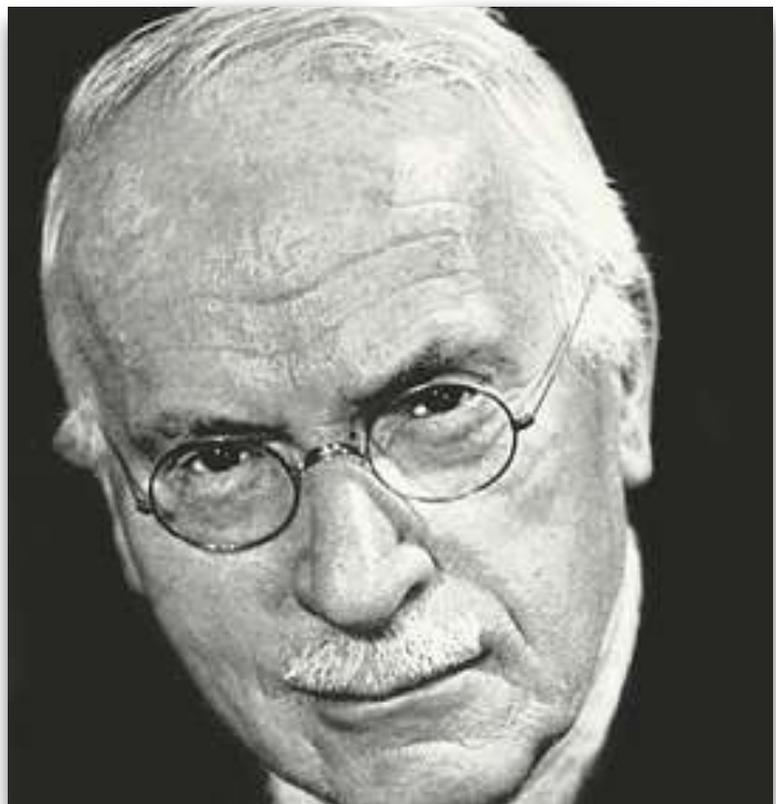
Que signifient ces images, ces scènes si puissantes qu'elles nous laissent parfois au réveil la sensation très forte d'avoir eu accès à d'autres mondes, d'autres réalités et parfois même d'autres époques ?

Le rêve est indispensable à notre équilibre mental et psychologique, il est un processus biologique.

Même s'il est une sorte de respiration, il est avant tout une soupape à de nombreuses tensions ressenties dans la journée.

Il permet alors d'évacuer les soucis, d'exprimer des colères, des rages, des hostilités.

Par l'accès aux messages qu'il nous envoie, il nous donne une foule de renseignements les plus précieux et la plupart des personnages qui se présentent sont souvent des aspects de nous-mêmes.



Alors que cherchent-ils à nous dire à travers ces rébus où se mêlent des situations et des scènes parfois très alambiqués ?

Pour Sigmund Freud, le rêve possède un sens, il est l'accomplissement d'un désir et permet ainsi au rêveur de pouvoir exprimer ses désirs. L'interprétation des rêves est un ouvrage publié fin 1899 marque une date importante dans l'histoire de la psychanalyse.

D'une part, il s'agit d'un moment de systématisation de la théorie analytique, qui deviendra la métapsychologie mais ce fût aussi un ouvrage qui fît connaître la psychanalyse non sans faire émerger moult critiques.

Ce livre n'est pas une clé des songes mais l'accès même à la façon dont notre inconscient travaille pendant notre sommeil.

Dans sa méthode d'interprétation, Freud décrit la règle de l'association libre qui est encore aujourd'hui, l'un des axes essentiel de la pratique psychanalytique.

Comment travaille le rêve ?

Contenu manifeste et contenu latent...

La façon dont le rêveur raconte son rêve est appelé contenu manifeste.

C'est le scénario tel qu'il apparaît au dans le souvenir que le rêveur en garde. L'interprétation du rêve consiste à remonter du contenu manifeste vers le contenu latent qui donne le sens du rêve.

Ce contenu latent, est un ensemble de matériau refoulé, de pensées, des désirs parfois inavouables dont le rêveur n'a pas conscience. Il est restitué à partir du contenu manifeste grâce à l'association libre mais ils subissent la censure du refoulement et sont donc souvent transformés pour apparaître sous la forme du contenu manifeste.

Freud décrit le rêve comme une précieuse source d'information quant à la névrose.

Cependant, la technique de l'association libre amènera les psychanalystes par la suite à formuler différentes théories qui viendront enrichir la compréhension du rêve.

Si le symbolisme sexuel est largement utilisé par les psychanalystes, il s'agit de demeurer fidèle au discours du patient et à la façon dont il va raconter son rêve, plutôt que de l'interpréter pour lui.

Le travail d'élaboration du rêve

Il s'agit de définir pour ainsi dire le secret de fabrication qui vaut pour tout rêve.

Par le travestissement, les désirs revêtent une sorte de masque qui fait qu'ils peuvent franchir sans se faire arrêter le barrage de la censure.

C'est le processus par lequel le contenu latent va se transformer en contenu manifeste .

Le rêve va se construire de cette façon et par la censure et le refoulement, les images constituant le souvenir du rêve portent les pensées, désirs constituant le contenu latent de façon voilé.

La condensation consiste à associer des images et/ ou des mots (dont les contradictions ne gênent pas) pour ne donner qu'une seule représentation psychique.

Le processus de condensation peut, par exemple, composer un seul personnage à partir de différents éléments empruntés à plusieurs personnes.

Les différentes significations se combinent entre elles. C'est d'ailleurs l'une des particularités de la métapsychologie qui envisage un même élément sous plusieurs angles.

Il peut arriver que plusieurs éléments du contenu manifeste renvoient au même élément du contenu latent.

Le déplacement est l'opération qui masque ce qui a vraiment de l'intérêt.

Le déplacement fait également partie du travail du rêve, en ce que les parts importantes du contenu manifeste du rêve s'avèrent en réalité insignifiantes quant au contenu latent, et réciproquement.

Le père qu' inconsciemment, nous souhaitons tuer apparaît sous les traits d'un agent de police, d'un quidam anonyme représentant la loi : cette tactique de camouflage est le déplacement, l'excitation liée à un corps nu va être déplacée sur un beau paysage.

## Le rêve chez Jung

Avant d'être dissident, Jung a été un admirateur de Freud. « Freud fut pour moi essentiel, surtout par ses recherches fondamentales sur la psychologie de l'hystérie et du rêve » (« Ma vie » p. 140),

A partir de 1911, Jung prend de la distance avec les théories de Freud sur l'interprétation des rêves.

Pour lui les rêves ne sont pas que réalisation de désir ; il se réfère au symbolisme, aux mythes, à l'histoire de l'humanité.

A côté de l'Inconscient personnel (ensemble des contenus de l'expérience acquise, oubliée ou refoulée), il définit l'Inconscient collectif qui contient la mémoire de l'humanité (instincts et archétypes).

C'est avec son étude « Sur la signification des rêves de nombres » en 1910 que Jung commence à se démarquer de la pensée freudienne, séparation qui culminera en 1912, après leur rupture officielle.

La même année il publie un dernier plaidoyer, « Sur la critique de la psychanalyse » D 18, avant de présenter et développer peu à peu sa propre théorie.

Jung commence en effet à élaborer ses propres conceptions sur la signification des rêves peu après sa rupture avec Freud, en 1912 et 1913 .

En 1913, Carl Gustav Jung (1875-1961) parle pour la première fois en public de sa psychologie analytique, une approche qui étudie les manifestations de l'inconscient.

Il propose de nouveaux concepts, comme les archétypes, qu'il a découverts à l'occasion d'un rêve, ou l'inconscient collectif,  
Autre notion fondamentale de sa psychologie des profondeurs

Dès 1916 Carl Gustav Jung publie la première ébauche de sa propre façon d'interpréter le rêve dans une revue anglaise  
The Psychology of Dreams.

Par la suite, il développe sa conception et sa théorie du rêve dans deux ouvrages,

L'Homme à la découverte de son âme et Sur l'interprétation des rêves.

En 1916 Carl Gustav Jung publie Allgemeine Gesichtspunkte zur Psychologie des Traumes (Points de vue généraux de la psychologie du rêve) où il développe sa propre compréhension des rêves qui diffère beaucoup de celle de Freud.

Dès lors, les rêves deviennent des matériaux d'étude comparative permettant à Jung d'avancer d'autres concepts et hypothèses comme l'inconscient collectif, dans Métamorphose et symboles de la libido et les archétypes.

Plus tard, lorsqu'il prendra l'alchimie et ses allégories comme matériel de travail, il ne cessera néanmoins d'en éclairer les motifs en les mettant en parallèle avec les rêves de patients.

Tout au long de sa carrière, Jung a donc amassé un nombre considérable de rêves qui lui permettent de déclarer sa méthode comme étant empirique.

En 1928, il en formule les grandes lignes dans son article intitulé « Du rêve », repris dans L'Homme à la découverte de son âme (1948) et qui constitue son introduction la plus synthétique à sa conception du processus onirique.

Pour lui, le rêve est aussi une porte ouverte sur l'inconscient, mais il élargit sa fonction par rapport à Freud.

Son interprétation et son rôle dans la psyché diffèrent de la perspective freudienne.

Jung explique en effet que « la fonction générale des rêves est d'essayer de rétablir notre équilibre psychologique à l'aide d'un matériel onirique qui, d'une façon subtile, reconstitue l'équilibre total de notre psychisme tout entier.

C'est ce qu'il appelle la fonction compensatrice (ou complémentaire) des rêves dans notre constitution psychique ».

En ce sens, le rêve participe du développement de la personnalité, en même temps qu'il lie le sujet au vaste réservoir imaginaire qu'est l'inconscient collectif.

Le rêve est par conséquent au cœur de la psychothérapie jungienne qui vise, par son étude et par la méthode de l'amplification, à rapporter chacun des motifs oniriques à l'imaginaire humain, et ainsi à en développer le sens pour le rêveur.

Pour Jung, le rêve ne peut s'expliquer, dans la plupart des cas, qu'à partir de lui-même, sans être réduit à des présupposés théoriques, qui lui feraient dire autre chose que ce qu'il dit réellement.

A partir de là, le rêve, expression de l'inconscient le plus profond qui cherche à se dévoiler, ne se comprend qu'à travers l'effort de l'âme à être reconnue.

« ... lorsque nous voulons explorer cette faculté qu'à l'homme de produire des symboles, les rêves constituent le matériau le plus fondamental et le plus accessible à notre examen.

Il faut ici tenir compte de deux points absolument essentiels : D'une part, le rêve doit être traité comme un fait, à propos duquel on ne doit pas avoir d'idée préconçue, sinon qu'il a d'une manière ou d'une autre un sens, une expression spécifique de l'inconscient. » C.G. Jung « L'homme et ses symboles », Robert Laffont, 1964 p 32.

Virginie FERRARA

<http://www.virginieferrara.com/>

## LE RÊVE ET LE SOI

<http://www.serge-evequoz.org>

### Serge Évéquoz

---

#### Nature du SOI Et chemin pour y accéder...

Serge est un livre de connaissances, un érudit dérangeant un spirituel en Santiags, le Guy Gilbert de la spiritualité. Un grand cœur sous une tonne de savoir. La générosité incarnée. - Steves D.

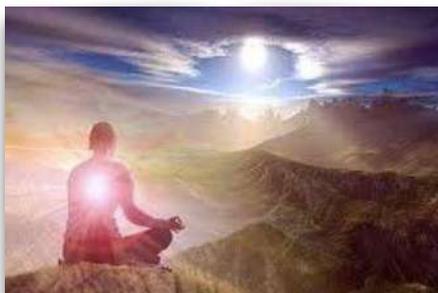


« Il était une fois un yogi qui se leva un matin préoccupé et en profonde réflexion. Lorsqu'il s'assit à table avec sa compagne, il resta plongé dans le monde de ses pensées. Le voyant préoccupé, elle lui demanda : " Mon bon ami, tu me sembles fort préoccupé, que t'arrive-t-il ? Alors, le yogi se mit à lui raconter son rêve. Il était devenu un papillon. Il avait voyagé dans les airs, butiné de fleur en fleur, vécu intensément chacune des sensations de cette vie de papillon. Ce matin au réveil, il se demande si c'est l'homme qui a rêvé d'être un papillon ou un papillon qui rêve d'être un homme. »

Le monde du rêve est un monde à part entière, il est fascinant et nous révèle de nombreux aspects de notre conscience. Non seulement pour nous permettre de



**SERGE ÉVÉQUOZ**  
#Evol&Santiags



"ranger et classer les dossiers du jour", ou les souvenirs des derniers jours que nous traitons, mais également au travers de sa symbolique très riche. C'est un univers qui fascine de nombreuses sciences et beaucoup se sont essayés à offrir des moyens de les interpréter. C'est une vraie science, un vrai soutien à la connaissance de Soi et des symboles qui s'écoulent dans notre mental.... Pour les mystiques c'est une voie d'enseignement sur le Soi.

Beaucoup de personnes ne se rappellent pas de leurs rêves, ils n'en n'ont aucun souvenir. Savez-vous que se rappeler de ses rêves est quelque chose qui s'apprend et s'entraîne par de la pratique simple et facile ?

- Prenez l'habitude de ne pas passer votre temps devant des écrans avant de vous endormir, au minimum 1 heure sans, car cette mauvaise habitude influe directement sur la qualité de votre sommeil à bien des niveaux.
- Couchez-vous avant de tomber de fatigue et entrer dans le sommeil de manière consciente. Souvent, nous passons d'un état de conscience à un autre sans nous en rendre compte. Prenez le temps d'entrer dans le sommeil de manière consciente en dirigeant vos pensées là où vous le souhaitez.



- Prenez une plume et un carnet près de vous. Dès votre réveil, en toute première action, écrivez votre rêve. Peut-être que vous pensez ne pas pouvoir vous en rappeler, mais avec un peu d'effort et de réflexion, cela viendra.
- Vous pouvez également apprendre à vous réveiller plusieurs fois durant la nuit pour écrire ce que votre mental vous dicte, ou bien tout simplement le rêve dans lequel vous êtes. Cette manière de faire est d'ailleurs très utile pour entrer dans les rêves lucides.

Cette pratique vous permettra de vous familiariser avec votre monde onirique. Si vous n'avez pas d'expérience, elle est la première étape à mettre en place.

Le monde des rêves est aussi le temps où la conscience bascule vers un autre état, dans le yoga, nous parlons de l'état astral, du monde astral. Nous pouvons nous y rendre consciemment durant notre sommeil. C'est un moyen de progresser dans la connaissance de soi et travailler sur la nature de notre Karma. C'est une pratique assez simple qui peut prendre du temps en fonction de chacun, à faire tous les soirs avec patience.

Lorsque nous dormons, pour la plupart des êtres humains, le corps astral reste simplement à quelques centimètres du corps physique, allongé et inconscient. Si vous souhaitez éveiller votre corps astral, alors vous devez apprendre à en devenir conscient.

Comment ? Me direz-vous. Eh bien, en vous endormant, vous visualisez ce corps en dessus de vous. Vous vous visualisez vous assoir avec ce corps puis vous lever et en devenir pleinement conscient. C'est comme si vous quittez votre véhicule physique. Vous changez de voiture. N'oubliez pas, ceci est un apprentissage qui demande patience et persévérance. Ne doutez pas, vous finirez par y arriver. Vous deviendrez conscient par votre propre expérience de cet autre monde et vous y découvrirez toute une richesse. N'oubliez cependant c'est comme lorsque vous visitez une grande ville ou un nouveau pays, il est des endroits où il vaut mieux ne pas aller.

## Rêve et symbolique

Le monde des rêves est profondément symbolique. Tout comme la vie « éveillée ». Pour le comprendre, une bonne connaissance du langage symbolique est un vrai plus. Bien que la symbolique soit une science à part entière, dans le monde du mysticisme, nous utilisons une pratique assez simple dont l'astrologie a sa place à part entière. Rassurez-vous, il n'est pas utile de devenir astrologue, ni de croire à cette science. Il suffit simplement de comprendre et connaître les symboles associés aux signes astrologiques.

Je peux vous conseiller le livre de Goswami Kriyananda « Astrologie. Voie de sagesse ». Il vous apportera tout ce dont vous avez besoin.

Pourquoi cela ? Pour pouvoir ranger et trier les symboles de nos rêves avec le plus de pragmatisme possible. Dans le monde mystique nous parlons de 6 chakras. Ils sont les aspects de notre conscience. Ceux-ci sont constitués d'un côté droit et d'un gauche, ce qui nous fait 12 aspects de la conscience, ce que nous appelons également les 12 manoirs de Dieu.

Est-ce que jusque-là vous me suivez ? J'en suis sûr.... Il y a un manoir de la conscience qui est bélier, un qui est gémeaux, un qui est vierge.... et tous sont en relation avec chacun de nos chakras.

Voici comment les mystiques les accordent ensembles :

Le premier chakra : Planète Saturne, segment Capricorne et Verseau

Le deuxième chakra : Planète Jupiter, segment Sagittaire et Poisson

Le troisième chakra : Planète Mars, segment Scorpion et Bélier

Le quatrième chakra : Planète Venus, segment Balance et Taureau

Le cinquième chakra : Planète Mercure, segment Vierge et Gémeaux

Le Sixième chakra : Planète Soleil-Lune, segment Lion et Cancer.

En connaissant la symbolique des planètes vous aurez la possibilité de comprendre la nature de chacun des chakras ainsi que leurs correspondances et fonctionnements. Vous passerez d'une connaissance livresque à une connaissance directe.

En connaissant la symbolique liée à chaque signe, vous pourrez comprendre quel segment de votre conscience s'exprime dans votre rêve, quel morceau de karma est en train de se manifester dans votre vie. Vous pourrez alors comprendre dans quel chakra ce morceau de karma se manifeste. Vous pourrez, de ce fait, anticiper et agir pour contrebalancer le karma le plus restrictif.

Cette approche est simple à utiliser, elle ne demande que peu de chose, connaître les champs de forces, la symbolique des planètes et celle des différents segments représentés par les signes.

Pour apprendre, tenez un journal personnel. Sur votre page de droite écrivez les principaux événements de votre journée, sur celle de gauche vos rêves avec la manière dont vous les classez. En revenant régulièrement sur vos pages, vous trouverez rapidement des réponses claires. Vous trouverez également un moyen de définir quelles sont les expériences qui jalonnent le plus votre vie éveillée en utilisant le même procédé.

C'est une approche de la science mystique, quelques éléments que je souhaitais porter à votre réflexion. J'espère que ceux-ci vous ouvrent des portes, vous conduisent à l'intérieur de votre conscience et vous apportent des clés pour votre conscience. Une dernière question avant de vous laisser dans votre méditation 😊

Quel rêve vous guide sur le chemin de la « connaissance de Soi » ?

Shanti & Prem

Serge ÉVÉQUOZ

<http://www.serge-evequoz.org>

## LE TEMPS DU RÊVE

<http://betty.villeminot.free.fr>

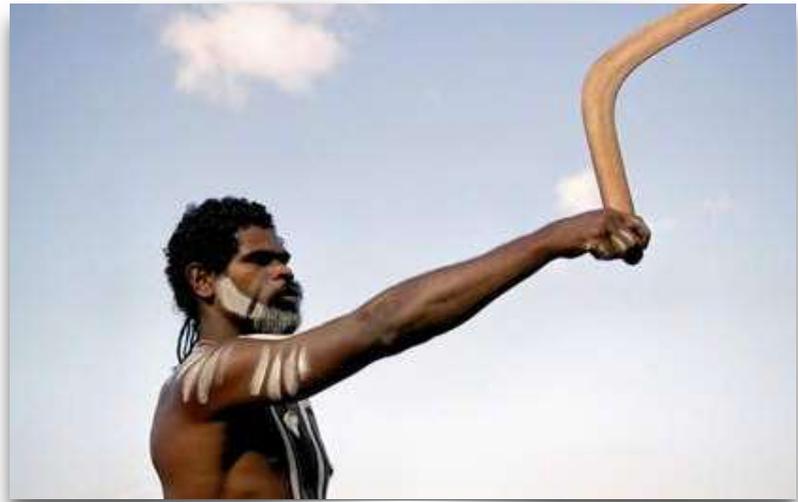
### Betty Villemot

Le rêve, c'est l'autre en soi. Il a toujours interrogé, fasciné, inquiété le moi conscient. Les traditions religieuses en faisaient l'émissaire des dieux, des esprits ou du diable... Il avait une fonction de révélation. L'Occident rationaliste et scientiste l'a exclu de son champ de préoccupation, reléguant les images de la nuit au placard des superstitions, jusqu'à ce que Freud et ses successeurs en fassent à nouveau un sujet très digne d'intérêt.

Pourtant d'autres cultures, dans le monde, ont continué de considérer que les rêves ouvraient les portes d'une connaissance véritable du cosmos et de soi-même. Aujourd'hui, après un siècle de psychanalyse, et ayant à notre disposition les grands textes de l'Orient ainsi que de nombreux documents sur les sociétés indigènes, notre regard sur le rêve s'est considérablement enrichi.

Nous avons voulu faire ici le point, sans chercher à démontrer la supériorité d'une théorie sur une autre, sans ambitionner de « tout dire », et surtout en se démarquant de tous ceux qui manipulent les rêves, quelles que soient leurs motivations.

L'expérience transformante, l'Orient, la dimension symbolique, l'écoute, l'intériorité sont les maîtres mots de cette réflexion sur le rêve, à laquelle se sont associés critiques littéraires et poètes, orientalistes, psychologues et psychanalystes, ethnologues.



### Le temps du rêve chez les Aborigènes d'Australie.

Chez les Aborigènes d'Australie, le « temps du rêve » est le mythe fondateur de la société humaine et en même temps sa référence, son idéal.

Le rêve, lui, est un contact établi entre les hommes et le monde divin, et l'interprétation des rêves, une tâche noble et difficile qui permet de cheminer vers le divin.

### LE MONDE EST NE D'UN REVE

« Chez les Aborigènes d'Australie, (...) avec quelques variantes suivant le peuple concerné, l'activité onirique





s'intègre dans le réel où elle joue un rôle actif.

Comme elle l'a fait au début des temps.

Car c'est d'un rêve que le monde est né.

D'un rêve de Balamé , le Grand Esprit, l'Intelligence suprême, qui envoya sur terre une pluie de parcelles de cette intelligence afin qu'elles matérialisent les images reçues pendant son sommeil.

Le rêve des humains est donc lui aussi important et, à sa manière, créateur.

Il est l'un des liens qui relie les hommes avec le Temps du Rêve, référence à un monde parallèle exemplaire qui corrige et régularise sans cesse le monde des hommes. »

La Genèse aborigène

« Le rêve étant indissociable de ce Temps primordial, il nous faut définir ce dernier pour mieux faire comprendre le premier.

Le Temps du Rêve représente un ordre cosmologique,



l'Essence qui anime l'univers.

C'est un passé qui n'a jamais commencé, qui est le présent et déjà le futur, un exemple de vie, et dont la perpétuelle mouvance doit se refléter sur terre. »

Les premiers écologistes

« Le devoir de maintenir vivant le Temps primordial par des rites menant d'un site sacré à un autre imposait aux Aborigènes une vie d'éternels pèlerins.

Ils allaient, tout au long de l'année, séparés par petits groupes, certains de trouver leur nourriture en quelques heures grâce à la générosité de la Terre-mère.

Leur origine commune avec les autres formes de vie, empreintes comme eux de l'Energie vitale sacrée des Entités premières, avait créé entre eux et ces dernières une parenté parfois plus forte qu'une parenté de sang. »

Un paradis accessible aux humains

« Ce passé fabuleux continue d'exister.

Sans lui, le présent ne pourrait être puisque « le présent EST le passé latent qui existe toujours en puissance ». (7)

C'est un Espace-temps exemplaire qui permet de critiquer la vie temporelle pour remédier à ses défaillances ; ceci en trouvant dans la succession des événements qui créèrent le monde, (événements répertoriés dans les mythes), la manière d'accorder la transformation du monde temporel à celle du Temps du Rêve.

Il maintient les individus dans le droit chemin car, s'il sécurise, il punit aussi tout comportement contraire à ses règles morales. Il représente la Loi. Une loi souple quant à la forme, implacable quant au fond. (...)

Aujourd'hui, chaque homme est certain d'avoir séjourné, lors de sa préexistence, dans l'une des réserves d'esprits laissées sur son territoire par un Héros des Temps mythiques, son « Rêve » ou totem ; chaque homme est certain d'avoir été autrefois ce Héros.

Pour le redevenir fugitivement, pour retrouver en partie Sa mémoire il lui faudra de longues années d'initiation.

Il lui faut tout d'abord subir une deuxième naissance, celle de son corps spirituel, son yowie (8) invisible.

Les Aborigènes pensent en effet que l'humain est formé de deux corps. »

## PLACE ET FONCTIONS DU REVE

Le rêve, assistant de la loi.

« Les Aborigènes ignorent ou se moquent de nos hypothèses, de notre méconnaissance des expériences oniriques.

Pour eux, le rêve représente « la mémoire du passé et la source des métamorphoses de la société ». »

Le rêve, révélateur de l'inconscient collectif?

« Les rêves sont classés suivant les messages qu'ils transmettent.

On peut citer les rêves anodins, oubliés dès le réveil, les rêves amusants, les rêves médiateurs, et les rêves révélateurs/innovateurs.

Tous jouent un rôle dans de multiples domaines de la vie temporelle. »

« Les rêves-médiateurs interviennent lors de décisions politiques ou de toute autre action qui s'avère litigieuse.

Par exemple, le changement de personnages importants, comme celui d'un maître de cérémonie, peut se faire lorsque un tel changement a été vécu en songe.

Ne peut-on voir l'origine de ce rêve dans un désir collectif inconscient d'un tel changement ; désir tout aussi inconsciemment capté par un individu qui, un jour ou l'autre, l'extériorise par un songe.

Quoi qu'il en soit, la « modification » se fait avec l'accord de tous, même de celui du dépossédé: on ne discute pas la Loi venue du monde des songes. »

L'art: le thème onirique le plus fréquent

« Quant aux rêves-révélateurs-innovateurs, ils font connaître un événement du passé, du présent ou de l'avenir.

Certains de ces rêves sont très importants car ils concernent le maintien de la force d'action transcendante de toutes les formes d'art et d'objets sacrés qui participent aux rites ; ils concernent également le maintien du pouvoir des armes.

C'est un songe qui révélera à un homme ou à une femme quelle « technique » doit être utilisée.

Le rêveur recevra l'image du nouveau symbole à graver sur le tjuringa (...) »

Le rêve, facteur d'immortalité d'une civilisation

« En imposant une perpétuelle transformation des formes du rite, le rêve est sans doute l'un des facteurs qui contribue à maintenir intacte la foi des Aborigènes depuis des dizaines de milliers d'années.

En effet, en réactualisant leur liturgie, c'est-à-dire en « modernisant » les « techniques » de leurs parents, ces hommes surent éviter la lassitude pour des pratiques rituelles trop anciennes.

Transformées un tant soit peu, elles deviennent autres ; ils les perçoivent alors comme leur Création. »

Le rêve, un monde où vivants et morts dialoguent '

« C'est également pendant le séjour dans le monde du rêve que les vivants rencontrent les morts. »

L'assistant des poètes

« D'autres rêves, les rêves-totems, souvent rêves-poésie, sont perçus comme les assistants des « songmen » et des Grands Sages.

En effet, ils leur apprennent de nouvelles chansons, de nouveaux vers, vers masculins ou féminins suivant le sexe du dormeur : ici, la poésie joue un rôle important et ses règles sont subtiles. »

## L'INTERPRÉTATION DES REVES

Une clé des songes flexible

« Le rêveur interprète certains de ses songes lui-même.

Par exemple, si il rêve d'une dispute avec l'une de ses épouses, il traduit par une dispute à venir.

S'il rêve de l'infidélité de sa femme, c'est une dénonciation venue du monde invisible.

En ce cas l'expérience onirique joue deux rôles, celui de révélateur mais aussi de modérateur des pulsions humaines car, dans un couple, la possibilité d'un tel songe accusateur modère évidemment les aventures extra-conjugales.

Notons que certains peuples aborigènes pensent que les événements de la vie quotidienne ne peuvent exister avant d'avoir été vécus dans le monde des songes.

L'interprétation des rêves varie d'une région à l'autre.

Partout elle est fort souple, tenant compte du lieu où s'est fait le songe, des évènements des jours précédents, de la cérémonie à venir, etc.

De plus, elle peut être reconsidérée après quelques jours.

Il ne semble donc pas exister de clés des songes définitives. »

L'homme des mondes invisibles

« Cet homme, à l'intelligence supérieure, est un personnage aux pouvoirs fabuleux, respecté de tous ; un médium entre le monde des vivants et des morts.

Chez l'un des peuples du centre, son statut de Grand Sage, d'homme de Grand Savoir, lui vient d'un rêve, un rêve très particulier sur la mort, qui clôture de longues et difficiles années d'enseignement.

Mieux que tous les autres, le Grand Sage a su retrouver sa mémoire du Temps du Commencement. »

Revue Française de Yoga, N°17, « Rêver. », janvier 1998, pp.245-261.

Betty Villeminot

<http://betty.villeminot.free.fr>

## COMMENT UTILISER VOS RÊVES ?

<https://www.lesecretdelaloidattraction.com/>

### Éric Amidi

Physicien quantique

C'est au niveau quantique de la réalité que l'on peut le mieux remettre en question l'objectivité du monde, quand la réalité du monde n'est plus solide et indépendante de notre observation, mais qu'elle est le résultat de notre interaction avec l'univers.

La réalité de l'univers n'est pas très différente d'un rêve partagé, où nos perceptions participent au jeu. Les vastes possibilités qui peuvent changer notre conscience, conjuguées à la subjectivité de nos expériences dans notre monde, ouvrent la porte à de grandes possibilités de développement personnel et à des sommets de performance.



### Comment utiliser vos rêves ?

J'espère que vous appréciez votre journée et que tout va bien pour vous.

Dans cette lettre numérique, je vais vous parler un peu plus en détail de ce à quoi tout le monde fait face... Comment attirer ce que vous désirez... surtout quand il s'agit de relations...

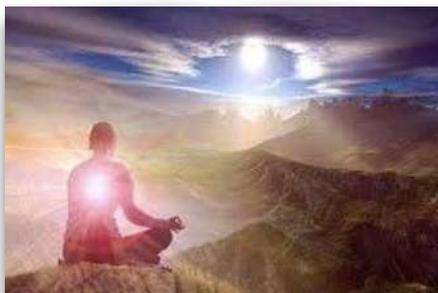
Comment vous libérer des fardeaux émotionnels... En fait, comment avoir toute la joie qui provient de relations excellentes, mais être immunisé contre toutes les blessures...

Ne serait-ce pas génial ?

Mais avant de parler de cela, j'aimerais vous poser une question sur quelque chose qui est intimement lié à cela, même s'il semble n'y avoir aucun lien entre les deux, en surface.

Que sont les rêves ? Et comment peuvent-ils vous aider à obtenir ce que vous désirez dans votre vie ?





Je parle des choses que vous voyez et sentez dans vos rêves, quand vous dormez.

Quand vous rêvez, vous croisez des gens et des endroits et des choses se produisent dans vos rêves...

Certaines ont du sens, et d'autres non...

Mais ce qui est certain, c'est qu'elles peuvent vous affecter émotionnellement... elles peuvent vous rendre heureux, joyeux, triste, ou même vous faire peur...

Elles ont l'air toutes tellement réelles, et en même temps vous savez qu'elles ne sont pas réelles quand vous vous réveillez.

Elles ont l'air toutes réelles et peuvent vous impacter, parce que quand vous êtes en train de rêver, vous ne savez pas que ce ne sont que des rêves...

Mais et si...?

Et si, quand vous êtes en train de rêver, vous preniez subitement conscience que vous êtes dans un rêve et que ce n'est pas réel ?

Est-ce que cela vous impacterait quand même émotionnellement ?

Quand vous prenez conscience que vous êtes en train de rêver pendant que vous rêvez... quand vous devenez lucide... alors vous pouvez prendre le contrôle de vos rêves...

Vous commencez à vous rendre compte que tout, dans le



rêve, les gens et les endroits, fait partie de vous... ce sont les représentations de vos espoirs et peurs... et vous pouvez les changer comme vous voulez... les rendre plus joyeuses et effacer les peurs et émotions négatives...

Si vous avez déjà fait l'expérience de rêves lucides, vous savez à quel point ils sont exaltants et fantastiques.

Dans une lettre future, j'expliquerai peut-être davantage comment avoir des rêves lucides et les utiliser pour changer votre vie éveillée...

Mais pour l'instant, la simple expérience de rêves lucides vous donne un aperçu de comment on se sent quand on est plus éveillé et conscient...

Maintenant, si vous pouvez devenir lucide dans vos rêves et vous sentir plus éveillé et conscient, pouvez-vous faire la même chose dans votre vie éveillée ?

Pouvez-vous devenir plus lucide dans votre vie quotidienne ? Pouvez-vous arriver au point de conscience que tout ce que vous ressentez à propos du monde sont les représentations des espoirs et peurs qui vous sont propres ? ... et de cette façon, vous pouvez les changer comme vous voulez.

Après tout, les rêves et la vie éveillée ont beaucoup en commun, bien plus que ce que nous croyons d'habitude.

Mais en quoi sont-ils similaires ? Et Comment utiliser cette similarité pour changer nos vies et obtenir ce que nous désirons dans nos vies ?

Restez à l'écoute... dans les prochaines lettre numériques, je partagerai plus d'informations avec vous...

Vous souhaitant la manifestation de tous vos désirs,

Dr Eric AMIDI

<https://www.lesecretdelaloidattraction.com/>

## LE RÊVE DANS L'ART

<https://almakan-france.fr>

### Almakan

---

Art fantastique et  
visionnaire

---



### Émersion

L'émergence est la réapparition d'un astre ayant été occulté... C'est aussi l'action de sortir d'un état psychique, modifié ou non, comme le rêve par exemple. Le rêve est un postulat d'avenir, une hypothèse de futur. Un futur antérieur, proche ou lointain. Qui sait interpréter ses rêves a le monde qui s'ouvre devant lui !

Nous sommes des êtres permanents dans un monde impermanent, ou bien c'est l'inverse, du moins c'est ce que l'on croit. Nous qualifions souvent le rêve d'imaginaire, d'inconscient, de farfelu ou d'inutile, de réactions électriques du cerveau (à moins d'être mort, le cerveau en a toujours !), comme si c'était quelque chose d'extérieur à nous.

Rêver, c'est augmenter notre mouvement intérieur quand tout est immobile (ou semble l'être) à





l'extérieur. « Émersion d'un état antérieur, et immersion dans un état futur, voilà notre vie. » (P. Leroux, Humanité). L'état permanent de notre être c'est justement d'être impermanent, tout change dans la durée et rien ne dure dans le changement. Tout est mouvement ! « Or la multitude des hommes, qui n'a pas réfléchi à cela, accomplit ses phases de changement et de transformation sans en avoir conscience. Elle cherche le bonheur sans jamais le rencontrer ; mais en cherchant le bonheur, elle remplit sa fin, qui est, non pas d'être heureuse, mais d'avancer. »

Le mouvement et la transformation sont partout, il n'y a jamais rien au repos, même dans notre sommeil ! Dans notre apparente immobilité, nous aspirons à avancer, à grandir, à s'émerveiller, à dormir pour mieux s'éveiller. Moins on s'agite, plus on agit... Alors rêvons en conscience et marchons vers notre futur !

