

LE RÊVE ET SES INTERPRÉTATIONS

À travers cette étude vous trouverez quelques éclaircissements et quelques éléments d'approche du rêve. J'essaierai de vous montrer l'intérêt d'un travail sur le souvenir de votre vie nocturne.

Sous l'Antiquité, puis pendant tout le Moyen-âge, en Europe et dans de nombreux pays, les approches du phénomène du rêve ont été trop subjectives. Le rêve était considéré comme un message transmis à l'homme par les dieux ou un dieu, parfois par des personnages favorables ou hostiles. Il était important pour le rêveur d'y voir l'annonce d'un avenir le concernant ou concernant son entourage. Même chez Artémidore d'Éphèse qui nous a légué un commentaire remarquable dans son Onirocriticon, nous ne trouvons pas de recherche suffisamment rigoureuse.

Il a fallu attendre FREUD et son livre Die Traumdeutung («L'interprétation des rêves») pour approcher la science des rêves avec des explications plus concrètes, plus logiques, cherchant à éclairer plus objectivement l'inconscient de l'homme.

En fait les deux approches sont nécessaires et tant que les philosophes ne manipulent pas le paradoxe entre rationalisme et perception subtile ils passeront à côté d'une prise de conscience.

Tous les mythes paradisiaques de toutes les voies initiatiques du monde entier reposent sur des pratiques ayant pour traits communs la «conciliation des contraires» ou *coincidentia oppositorum*. À l'heure actuelle le terme de «paradoxe» émerge dans tous les propos sur les diverses sciences humaines. Or, la lecture de rêves ne peut se faire qu'à l'intérieure de cette dialectique où l'on tente d'allier les opposés.

UN ET DEUX

Inévitablement, l'évolution de la pensée humaine rejoint le mythe de l'unité qu'il ne faut entendre suivant la formulation psychanalytique par le terme de fusion, en tant que confusion originaire dans la relation privilégiée entre l'enfant et sa mère, mais plutôt comme recherche de l'unité parfaite, androgyne, inconcevable intellectuellement. Le Zen tente d'en approcher le concept:

«Si vous voulez réaliser le un
Cela n'est possible que dans le non-deux.
Comme cela est non-deux
Toutes choses sont identiques, semblables,
Tolérants les contradictions.»

puis :

«Le deux dépend de l'un
ne vous attachez pas à l'un.»

Aussi, déceler les contraires et utiliser avec souplesse l'interprétation paradoxale permet de comprendre les sens d'un ou de plusieurs rêves. Mais c'est l'ensemble des rêves eux-mêmes et leur rapport avec la vie du rêveur qui permet de vérifier l'authenticité de ces deux approches. Celui qui ne lit dans le rêve qu'une prédiction de l'avenir oublie le passé et le présent du rêveur inscrit dans le rêve, c'est-à-dire son histoire mais aussi son caractère, son tempérament, sa personnalité, ses désirs,

sa santé, etc... Celui qui ne lit dans les rêves qu'une science psychologique rejette entre autres l'explication des rêves prémonitoires. Ainsi celui qui ne relie pas à l'intérieur de la science du rêve le psychologique du sacré, oublie le vieil adage regroupant les deux théories : «Connais-toi toi-même» ; et de toute façon celui qui refuse l'une des voies de travail sur le rêve rejette une prise de conscience. Chaque école de pensée ne détient qu'une parcelle de la vérité ; essayer de les regrouper peut conduire à une plus grande conscience et la mise en pratique de cette théorie mène progressivement à l'équilibre, à un mieux-être, à un plus grand bonheur, c'est-à-dire au Soi, que nous découvrirons par l'étude de nos rêves.

SE CONNAÎTRE

Celui qui se penche sérieusement sur ses rêves, en fait celui qui note régulièrement l'histoire de ses nuits et essaie d'en déchiffrer les significations les plus obscures, parvient peu à peu à se connaître et à comprendre le secret de l'harmonie entre l'homme et l'univers. La voie de l'individuation se dessine si l'on ne néglige pas les jeux avec le merveilleux, l'utilisation des sens subtils de l'inconscient qui ouvrent à des conceptions où la psychologie devient transcendante ; dès lors la psychologie tend à ne faire plus qu'un avec la voie mystique. Le rêve apparaît alors comme le message des dieux ou le message de Soi-même, en fait cette communication est Une si l'on fait l'effort de la comprendre à partir de la multiplicité interprétative.

Voici quelques données qui vous permettront de travailler sur vos rêves ; si la théorie exposée vous est difficilement acceptable, sachez quelle repose sur un travail dont la confirmation ne se gagne que par une longue et lente pratique, par une vérification sur le contenu de ses propres rêves bien avant de se permettre de passer à l'étude de ceux des autres. Interpréter le rêve des autres demande non seulement l'étude de la psychologie, mais également d'avoir effectué un certain cheminement initiatique.

En première analyse tout ce qui apparaît dans le rêve (personnages connus ou inconnus, animal, plante, objet, édifice, paysage...) est la manifestation d'une partie (plus ou moins importante) de notre totalité psychique. Tout ce qui apparaît dans le rêve est donc une partie de soi-même. L'intensité de la manifestation d'une parcelle de notre personnalité ou de notre tempérament est caricaturale ; il nous appartient d'en évaluer au mieux la densité, ou la résonance intérieure.

Ex : Si nous voyons un bombardier dans le rêve, cela ne veut pas dire obligatoirement que nous avons tendance à détruire tout ce qui se trouve au-dessous de nous. Cet avion lâchant des bombes peut indiquer que, dans la journée, nous avons bombardé quelqu'un avec des mots ou des pensées, ou bien que nous avons détruit une idée ou fait du tort à une personne. Bien sûr, ce rêve répété ainsi ou sous une autre forme ou dans un certain contexte peut indiquer une violence importante dirigée (même si c'est envers quelqu'un d'autre) contre soi-même (d'autres interprétations sont possibles).

En seconde analyse, un rêve contenant un personnage connu (ou existant) nous révèle quelque chose qui le concerne. Ce renseignement nous est transmis personnellement (sinon il aurait été adressé au sujet lui-même) parce qu'il représente non seulement une partie de nous-même (voir précédemment) mais parce qu'il indique quelque chose que nous avons perçu ou senti (plus ou moins consciemment) de cette personne. Il peut aussi s'agir d'un signe, d'un avertissement, d'une prémonition ou d'une information qui nous est adressé concernant ce sujet. À nous de savoir discerner en toute conscience si nous devons révéler ou pas à cette personne le contenu de cette information (problème toujours délicat à résoudre de savoir si nous devons dire ou ne pas dire à l'autre le contenu d'une révélation ; d'autant plus que la dimension prémonitoire apparente sera peut-être infirmée pas la suite). Donc si une prémonition n'est pas confirmée par la suite des événements, elle nous renvoie à l'interprétation faite en première analyse, c'est-à-dire à nous-même, l'information

était pour nous et elle est censurée par l'image d'un autre. Le rêve n'était pas prémonitoire et nous renvoie alors à une explication de type psychologique. De ce fait nous devons nous poser la question : «Que représente pour moi cette personne?» et encore «En quoi me représente-t-elle dans le rêve?».

Ex : Si vous voyez dans un rêve l'un de vos enfants. Celui-ci représente l'enfant lui-même et votre relation avec lui : mais il symbolise aussi la partie jeune de vous-même que vous êtes en train d'éduquer, de faire grandir, d'aider à devenir mature... même si vous êtes plus âgé et si votre enfant est adulte il constitue la partie jeune de vous-même qui continue à progresser (on n'a jamais fini d'être adulte). D'autres interprétations de l'enfant sont possibles.

PLUSIEURS INTERPRÉTATIONS

L'art de l'interprétation multiple d'un rêve ou d'un enchaînement de rêves nous entraîne vers un savoir tendant vers la conscience totale de ce rêve (ou d'un ensemble de rêves). Presque tous les rêves contiennent une superposition de sens nous conduisant à plusieurs interprétations complémentaires (jamais contradictoires mais plutôt conciliables).

Corollaire : il est extrêmement rare qu'un rêve ne contienne qu'une seule interprétation surtout si l'on tient compte des rêves qui le précèdent et qui le suivent.

Il y aura toujours une ou plusieurs interprétations qui vous échapperont et que vous découvrirez plus tard. Il vous est conseillé de lire, relire et d'interpréter vos rêves par la suite. En relisant l'ensemble de vos rêves vous en verrez plus facilement les fils conducteurs et leur complexité. Vous découvrirez que l'enchaînement des rêves forme une seule et même histoire.

Interpréter les rêves d'un sujet sans de solides connaissances psychologiques, sans refuser de porter un jugement, sans rester neutre en interprétant, est extrêmement dangereux. Enfermer une personne dans une interprétation limitée de son rêve est un acte nuisible. Si l'on s'autorise à donner une signification possible d'un rêve il faudra avoir l'objectivité de dire au rêveur que d'autres interprétations sont possibles et qu'il lui est recommandé de les chercher. Si vous vous en tenez à l'auto-analyse, il est indispensable de remettre en cause vos propres interprétations. Une prise en charge personnelle guidée par un investissement sincère est le but de toute analyse et de tout itinéraire initiatique. Pour celui qui s'engage plus sérieusement dans cette démarche la relation avec un analyste, interprète de rêves, devient nécessaire. La fin d'une psychothérapie entraîne une séparation d'avec l'analyste comme le disciple se détache du maître au terme d'un cheminement ou d'une voie initiatique.

PAS DE CLEF UNIVERSELLE

Les clefs des songes sont généralement fausses. Pour le vérifier, comparer plusieurs livres sur ce thème. Pourtant il existe une clef des songes universelle très stricte et structurée se limitant aux seuls archétypes. Parallèlement, chacun de nous possède la clef des songes qui lui est propre ; celle-ci est muable selon l'évolution psychologique et (ou) spirituelle d'un rêve. La clef des songes d'un sujet est caractéristique de sa personnalité.

Pour chaque être on peut définir trois niveaux de conscience principaux : le conscient, l'inconscient et le supraconscient ; nous ne retiendrons que deux plans : le conscient et le supraconscient (car le supraconscient contient l'inconscient freudien) ; ce qui veut dire que tout rêve quelque soit le plan plus ou moins subtil auquel il appartient est interprétable psychologiquement à condition d'en comprendre toute la subtilité supraconsciente.

Le supraconscient est composé de six plans principaux ; ce qui nous donne sept plans avec le niveau conscient. Ces 7 états ou 7 plans subtils de prise de conscience correspondent dans la physiologie énergétique aux 7 chakras essentiels ou dans la hiérarchie céleste aux 7 cieux ou 7 sphères. Cette symbolique du chiffre 7 est à mettre en rapport avec les 7 notes de la gamme, les 7 couleurs de l'arc-en-ciel et les 7 jours de la semaine, les 7 planètes rapides ou semi-rapides et la semaine des semaines ou semaine de la création.

Le rêve est constitué non seulement d'images mais aussi d'impressions, de sensations olfactives, gustatives, tactiles, auditives. Ce qui intéresse l'analyste c'est à la fois le contenu manifeste et le contenu latent. Le contenu manifeste c'est essentiellement le récit du rêve, le langage utilisé pour le raconter (fruits aussi de notre inconscient). Le contenu latent est rapporté par toutes les associations libres que le rêveur fait entre sa propre histoire, son rêve et les autres indications constituant le processus d'élaboration.

(à suivre)

Bernard MIRANDE