
La lettre de S.O.S. PSYCHOLOGUE

Numéro 197

revue quadrimestrielle

juin 2025

FAITES CIRCULER CETTE LETTRE AUTOUR DE VOUS !

SOMMAIRE

- 1 La citation de Jung
- 1 La pensée du moi...s (C. Lelouch)

DOSSIER :

« Le hasard »

- 1 Editorial
- 2 La synchronicité (G. Pion-Cimetti de Maleville)
- 4 Le hasard (H. Bernard)
- 6 Propos sur le hasard (M-C. Noir)
- 7 Le hasard (J. de Pierrefeu)

« El casualidad »

- 8 Editorial
- 8 Sincronicidad (G. Pion-Cimetti de Maleville)

Hommage à Graciela

- 10 Hommage à Graciela (M-C. Noir)

A propos de Jung

« Les rêves »

- 10 L'interprétation des rêves (G. Pion-Cimetti de Maleville)
- 14 Le groupe d'analyse de rêves (H. Bernard)

Psychanalyse

- 15 Séance d'analyse de rêves de (janvier 2025 équipe de SOS)

A lire

- 27 Ouvrages de la présidente et du vice-président

Rubriques

- 30 Structures, but, activités de l'Association – Agenda



Où suis-je maintenant ?

EDITORIAL

Le « **hasard** » est le premier thème, qui n'a pas été choisi, par E. Graciela Pion-Cimetti de Maleville, présidente de SOS Psychologue. Elle nous a malheureusement quitté le 31 janvier 2023, mais souhaitait que son œuvre, notamment au

travers de l'association, continue : faire connaître au plus grand nombre la psychologie et ce qu'elle peut apporter pour une meilleure compréhension de soi-même ou en terme de soutien psychologique, et notamment la psychologie analytique de Jung. Pour illustrer le thème du hasard, l'équipe de SOS Psychologue a choisi un écrit de Graciela sur la synchronicité, car c'est un concept novateur de C. G. Jung, qui répond à la notion de « hasard ».

Pour Freud, mais surtout pour Jung, l'interprétation des rêves est la « voie royale » d'accès à l'inconscient, le thème choisi pour la rubrique « à propos de Jung » est tout naturellement :

« Les rêves »

Equipe de SOS PSYCHOLOGUE

LA CITATION DE JUNG/LA CITA DE JUNG

« Je ne suis pas ce qui m'est arrivé, je suis ce que je choisis d'être. »

“No soy lo que me sucedió, soy lo que elijo ser.”

LA PENSEE DU MOI... S/LA PIENSA DEL ME...S

« On ne marchand pas avec les rêves, les hasards et les coïncidences ».

“Con sueños, casualidades y coincidencias no se negocia.”

[Claude Lelouch]



**Graciela
PÍTON-CIMETTI
de MALEVILLE**
Psychanalyste

LA SYNCHRONICITÉ

Publié dans « *Aspects psychosociaux de Carl Gustav Jung* » (ch. « *Investigations dans les limites* »)

Ceci est l'une des conceptualisations les plus difficiles de Jung. Il s'agit de la coïncidence a-causale de deux séries de faits significatifs intimement reliés entre eux. D'où que Jung observât de telles coïncidences significatives dans la vie d'une personne, comme le révélaient ses rêves, il semblait avoir un archétype activé dans l'inconscient. Il paraissait que l'archétype sous-jacent se manifesterait simultanément dans les faits internes et externes. Le dénominateur commun était un message inespéré.

De l'alchimie, Jung tira le concept selon lequel, si le Soi s'exprimait à travers une forme crûment minérale – la pierre –, elle pourrait être un chemin d'investigation des relations encore inexplicables entre la psyché inconsciente et la matière, un mystère que la médecine psychosomatique s'attache à résoudre par un effort constant et ininterrompu. En créant le concept de synchronicité, Jung ébauche un chemin nous permettant de pénétrer plus profondément dans les interrelations entre la psyché et la matière.

Et cette relation semble précisément pointer vers le symbole de la pierre. Mais ce n'est pas encore un domaine totalement ouvert ou exploré. Les futures générations de psychologues devront s'occuper de lui.

La synchronicité est avant tout un facteur « formel », un « concept empirique » qui postule un principe nécessaire pour une connaissance qui embrasse la totalité des phénomènes et qui rejoint, en tant que

quatrième élément, la triade connue de l'espace, du temps et de la cause. Jung explique l'émergence de tels phénomènes synchronisés par :

« Un savoir a priori, existant et agissant dans l'inconscient. »

Ce savoir s'appuie sur une ordonnance coordonnée, soustraite à notre volonté, du microcosme avec le macrocosme et où les archétypes ont le rôle d'agents actifs dans cette mise en accord entre le microcosme et le macrocosme. C'est la coïncidence pleine de sens d'une image intérieure avec un succès extérieur qui constitue l'essence du phénomène de synchronicité. Cela apparaît l'évidence, ici, aussi bien de l'aspect spirituel que du *corpomateria* de l'archétype. L'archétype est ce qui, par sa charge énergétique élevée ou son action minutieuse, provoque, chez celui qui le vit, cette émotion produisant une chute relative du niveau mental, condition préalable pour que puissent surgir et être expérimentés de tels phénomènes de synchronicité. On peut aussi dire avec Jung que *l'archétype est le fait reconnaissable par introspection de se trouver psychiquement, a priori, disponible.*

Jung a déduit ce concept de synchronicité de plusieurs éléments. L'un d'eux, très important, est sa fréquentation assidue de la pensée chinoise, que montrent ses études avec Wilhelm sur *Le secret de la fleur d'or*, *Le livre des morts tibétain* et le *Yi king*. Sur le *Yi king*, Jung écrit dans le prologue du *Secret de la fleur d'or* :

« À l'occasion de sa première conférence sur le *Yi king* au club psychologique de Zurich, Wilhelm démontra, à ma demande, la méthode pour consulter l'oracle et il établit un pronostic qui, en moins de deux ans, s'accomplit au pied de la lettre, et avec toute la clarté désirée. Ce fait pourra être confirmé par beaucoup d'expériences parallèles. »

La pensée qui se révèle dans le principe de synchronicité et qui atteint son sommet dans le *Yi king* est en somme l'expression la plus pure de la pensée chinoise. Entre nous, cette pensée a disparu de l'histoire de la philosophie depuis Héraclite, jusqu'à ce que nous en percevions à nouveau avec Leibniz un lointain écho. Mais elle ne s'était pas éteinte durant l'intervalle qui se déroula à l'ombre de la spéculation astrologique et elle demeure encore à ce niveau.

« Toute la spéculation tourne autour du concept de Tao que Wilhelm a traduit par *sens, chemin* et que les Jésuites ont traduit par *Dieu*. Le Tao peut se traduire aussi comme *signifié*. Lao-Tseu l'appelle le *rien* pour insister sur son opposition au concept de *réalités*. Le concept de Tao domine la philosophie chinoise et remplace le critère occidental de causalité. »

« Wilhelm le découvre comme un concept au-delà du monde des phénomènes. Ici, les contraires s'annulent, mais ils continuent à exister potentiellement. Wilhelm continue : maintenant ces germes insinuent quelque chose qui, en premier lieu, correspond au visible, un peu comme une image ; en second lieu, quelque chose qui correspond à l'audible, à la manière de la parole ; en troisième lieu, quelque chose qui correspond d'une certaine façon à l'extension de l'espace, à la manière de la forme. Mais cette trinité n'est pas clairement définie, c'est une unité qui n'est pas spatiale : il n'y a ni haut, ni bas, ni temporalité. Il n'y a pas d'avant ni d'après. »

D'autres sources conceptuelles de Jung sur la synchronicité se trouvent dans les études sur les phénomènes parapsychologiques, réalisées par Rhine et la télépathie, la prescience, la prémonition, etc. qui, soumises à une sévère critique, laissent ouvert le concept de relativisa-

tion du temps et de l'espace.

« De nouvelles stimulations, venant de Kemmerer, avec sa théorie mathématique des *séries* et les nouvelles conceptualisations de la physique contemporaine, font revenir aux conceptions de Leibniz sur *l'harmonie préétablie* et de Schopenhauer sur la *simultanéité de ce qui n'est pas connexe causalement*. »

Jung trouve des précurseurs de sa synchronicité dans Théophraste (371-287 av. J.-C.), dans Filon (25 av. J.-C. -42 apr. J.-C.), dans Pic de la Mirandole (1463-1494), dans Zoroastre, mais fondamentalement chez les alchimistes : Agrippa, Paracelse et aussi Keder.

Jung souligne que le concept de synchronicité entraîne une relativisation des concepts d'espace et de temps.

« Ils sont, pour ainsi dire, élastiques en ce qu'ils peuvent se réduire à volonté. »

Dans la disposition spatiale, ce qui est expérimenté est l'espace dans le temporel et le temps, qui se réduisent pratiquement à zéro. En d'autres termes, il paraît que l'espace et le temps dépendent de conditions psychiques et qu'ils n'existent pas en soi, mais qu'ils ont été « mis » par la conscience. Dans les conceptions du monde de l'homme primitif, l'espace et le temps sont des questions hautement douteuses.

Seulement dans le cours de l'évolution intellectuelle ils sont parvenus à être des concepts « achevés » et, comme tels, à l'origine de la nécessité de mesurer. En soi, l'espace et le temps ne consistent en « rien ». Ce sont des concepts hypostasiés provenant de l'activité consciente et ils forment les coordonnées indispensables à la description de la conduite des corps en mouvement. Par conséquent, ils sont essentiellement d'origine psychique. C'est pourquoi :

« La possibilité se présente

quand la psyché n'observe pas des objets extérieurs, mais s'observe elle-même comme objet. »

« Les événements synchroniques se basent sur la simultanéité de deux états psychiques différents. L'un d'eux est le normal et le probable, causalement explicable ; l'autre, l'expérience critique, c'est le stade qu'il ne convient pas de déduire du premier. »

C'est pour cela que Jung définit, ainsi, la synchronicité :

« Un contenu inespéré qui se lie immédiatement ou médiatement avec un événement objectif externe et coïncide avec l'état psychique ordinaire. »

« Ces images, qu'elles soient ou non enracinées avec des fondements existants se trouvent dans une relation d'analogie ou d'équivalence ; c'est-à-dire de signifié avec des événements objectifs qui n'ont avec elle aucune relation causale reconnaissable ou même concevable. »

« Le phénomène de la synchronicité comprend, en conséquence, deux facteurs : 1) Une image inconsciente qui entre dans le conscient directement, littéralement, ou indirectement, symbolisée ou insinuée, comme rêve, occurrence ou prémonition ; 2) Une situation objective qui coïncide avec ce contenu. »

Sir James Jeans compte, parmi les succès sans cause, la désintégration radioactive. Il dit ainsi :

La désintégration radioactive s'est présentée comme un effet sans cause suggérant l'idée que les lois ultimes de la nature ne sont peut-être pas causales.

Jung insiste :

« La synchronicité n'est pas une opinion philosophique, mais un concept empirique qui postule un principe nécessaire pour la connaissance. Cela ne peut pas être appelé matérialisme, ni non plus métaphysique. Aucun

homme de science sérieux n'affirmera que la nature de ce qui s'observe ou la nature de l'observateur, c'est-à-dire la psyché, soient des choses connues et reconnues. Si les ultimes conclusions des sciences naturelles se rapprochent d'un concept unitaire de l'être, qui se caractérise d'une part par l'espace et le temps, et d'autre part par la causalité et la synchronicité, cela n'a rien à voir avec le matérialisme. Auparavant, il semble se présenter, ici, l'opportunité d'éliminer l'impossibilité de mesure entre l'observateur et l'observé. Dans un tel cas, le résultat serait une unité de l'être qui nécessiterait pour s'exprimer un nouveau langage conceptuel, à savoir un *langage neutre*, comme l'a appelé en certaines occasions Wolfgang Pauli.

L'espace, le temps et la causalité, la triade de l'image physique classique du monde, se complémenteraient avec le facteur synchronicité et se convertirait en un ensemble à quatre éléments qui rendrait possible un jugement intégral. »

Les schémas n^{os} 22 et 23 (voir chapitre Illustrations) appartiennent à Jung. Déjà octogénaire, il consacre de longues méditations au problème des soucoupes volantes, les OVNI, du point de vue psychologique. Comme résultat il publie *Un mythe moderne* et il avertit en tout état de cause :

« Il serait ridicule de ma part de dissimuler au lecteur que ce type de réflexion n'est pas seulement extrêmement impopulaire, mais encore très mal vu, étant donné qu'elles rappellent d'une façon inquiétante ces nuages fantasmagoriques qui obscurcissent le cerveau des augures et des faux prophètes. »

† **Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE**

Docteur en psychologie clinique et sociale

Psychanalyste, sociologue,
sophrologue
Chevalier de la Légion d'honneur



Hervé BERNARD

Ingénieur

LE HASARD

Qu'est-ce que le hasard ?

Il serait judicieux de s'intéresser à sa définition certes, et le sens qui a pu y être donné au travers des civilisations, de l'histoire, des courants de pensée, de la psychologie, en particulier de la psychanalyse.

Étudions d'abord le hasard dans le monde physique, avant de nous intéresser à l'espace psychologique, dans la mesure où ces deux territoires seraient bien séparés et sans lien entre eux. Mais n'oublions pas que pour l'homme rationnel, tout postulat a priori peut être discuté, remis en question, renversé par l'expérience, par une analyse plus fine des phénomènes. Toute théorie ne pourra être toujours qu'une approximation de la réalité, ne durera qu'un temps jusqu'au développement d'une théorie plus adaptée. L'homme par la volonté peut agir sur le monde physique, donc à la base ils ne sont pas totalement séparables.

Le hasard me semble initialement lié à la notion d'événement imprévu, fortuit, inattendu. Il s'agit d'un fait, d'un événement que la raison, les connaissances, la culture ne peuvent expliquer. Une définition courante propose : « Cas, événement fortuit, concours de circonstances inattendu et inexplicable ». Dans les temps anciens, le hasard était la plupart du temps relié au religieux, à des forces suprahumaines, à des éléments qui nous dépassent, ou simplement à la fatalité (cela se passe ainsi, sans explication aucune, comme un fait de la réalité sur lequel l'homme n'a pas de prise : c'est le « fatum » romain).

Au fur et à mesure de l'histoire

humaine, les techniques, les connaissances, les savoir-faire se sont développées et se sont perfectionnées, en général à côté du religieux, avec parfois des tensions, probablement en raison de guerres et de conflits de pouvoir. Par exemple Copernic et Galilée ont soutenu avec difficulté contre le catholicisme que la terre tournait autour du soleil, en contradiction avec le traditionnel géocentrisme d'Aristote). Mais progressivement la science a acquis ses lettres de noblesse, son propre territoire et a permis d'expliquer de nombreux phénomènes et si elle ne pouvait pas le faire, c'est parce qu'elle n'était pas assez avancée. Notons qu'en général elle a cantonné le religieux à la sphère des esprits, du spirituel, mais parfois la coexistence est plus complexe.

C'est pourquoi l'homme de la rue a tendance à penser que le hasard est dû au fait qu'il ne dispose pas de toutes les informations pour expliquer l'occurrence d'un événement ou qu'un phénomène inconnu de la science est en jeu.

Mais que penser de la théorie des probabilités ? Les scientifiques ont tendance à prétendre que les probabilités correspondent à une méconnaissance des forces en présence, d'autres peuvent y voir la main de Dieu, l'homme de la rue n'y prête pas trop attention et considère qu'il n'y peut rien.

Si les sciences physiques et les techniques se sont développées depuis des siècles et même des millénaires, permettant à l'homme à mieux maîtriser son environnement, améliorer sa qualité de vie et sa longévité, l'étude de la psychologie n'a véritablement démarré, par des méthodes scientifiques, qu'au 19^{ème} siècle, notamment avec Freud. Les grands maîtres de la psychologie se sont appuyés sur leur pratique clinique pour comprendre les faits psychiques, tout particulièrement ses dysfonctionnements et les pathologies. Les fous d'hier sont devenus des pa-

tients, atteints de différents types de névrose ou de psychose, à des niveaux variables, accessibles à différents types de thérapies :

- la névrose désigne un ensemble de troubles psychiques sans lésion organique apparente, se manifestant notamment par de l'anxiété, des phobies, des obsessions, ou encore des dépressions,
- les troubles psychotiques (ou psychoses) affectent le fonctionnement du cerveau en modifiant les pensées, les croyances ou les perceptions. La psychose est en général corrélative d'une détérioration, voire d'une coupure du lien social (notion de dissociation).

Mais que devient le hasard dans la sphère psychique ?

Le hasard est souvent perçu comme un phénomène perturbateur dans son environnement quotidien, qu'on a tendance à esquiver, contourner, surmonter afin de poursuivre l'action en cours, avant d'y voir la main d'une quelconque intelligence.

Tout être développe sa vie, au-delà de ses besoins vitaux (se nourrir, se protéger, se socialiser) autour de projets, qu'ils soient professionnels, personnels, affectifs ou d'affinités, parfois sous le coup du hasard, mais en général d'une manière construite, en fonction de ses propres capacités (cognitives, physiques, sensitives caractérielles) et des possibilités offertes par l'environnement. L'homme apprend à force d'expérience, de travail, de réflexion à anticiper le hasard et à le minimiser autant que possible, afin de mieux préserver son équilibre psychologique, ce qui signifie qu'il doit apprendre à comprendre sa psychologie et à en minimiser ses aspects négatifs, parfois au prix de conflits laborieux et de souffrances. Il peut nécessiter toute une vie pour identifier un trait de caractère qui nuit à notre évolution et à réussir en limiter les effets

avant de le maîtriser autant que possible.

Mais chacun observe qu'il est difficile, voire impossible de maîtriser parfaitement la trajectoire qu'on s'est donné pour atteindre ses objectifs, entre fonder une famille, monter dans la hiérarchie sociale (« réussir »), réaliser un projet, simplement asseoir son équilibre personnel sur la réalisation d'une passion (artistique, humanitaire, spirituelle...)... Doit-on accepter l'occurrence du hasard, a priori ni négative, ni positive, mais plutôt vue comme négative, car créant des difficultés et nécessitant des efforts et une perte de temps pour retrouver une position précédente, rassurante, comme une fatalité sur laquelle on n'a pas de prise?

La psychologie et la psychanalyse ont largement montré qu'un travail sur soi, seul ou avec un psychothérapeute, permettait de mieux gérer ses traits névrotiques, son équilibre intérieur et ainsi de mieux affronter la vie et que l'inconscient jouait un rôle fondamental dans l'équilibre psychologique et sa dynamique, l'homme étant perpétuellement exposé à des aléas imprévus.

La première topique freudienne donne une bonne représentation de la structure psychique d'un individu, en trois parties :

- un moi, proche de l'activité consciente,
- l'inconscient, qui échappe par définition à la conscience et qui se manifeste par des processus particuliers, comme les lapsus, les actes manqués, les projections, l'activité onirique,
- le surmoi, qui est la conscience morale, qui s'est construite par l'éducation, par l'intégration des interdits et par l'école de la vie, qui surtout veille à l'équilibre psychique.

Donnons quelques exemples du hasard dans l'espace psychologique :

- j'ai accompli un acte prononcé des mots, au-delà de mon comportement habituel : le hasard est comme une brèche, une erreur vis-à-vis de sa soi-disante normalité psychologique,
- je rencontre plusieurs fois de suite la même personne, la même situation, alors que les lois de probabilité semblent montrer que l'occurrence est quasi nulle.
- je me trouve face à une situation, par exemple avec une ou plusieurs personnes, sans savoir comment réagir, comme si mon logiciel n'avait pas prévu cette éventualité.

La psychologie analytique de Jung a défini la notion d'inconscient collectif, partagé par tous les êtres vivants et constitué de toute l'histoire philo-ontogénétique de l'humanité. Le hasard pourrait ainsi être vu comme un élément vivant et dynamique d'une fonction spécifique de l'inconscient, relié au monde physique, avec ses lois propres :

- le hasard serait alors potentiellement une opportunité qui nous est offerte pour réfléchir, peut-être faire un nouveau choix, prendre une nouvelle direction, en tout reconsidérer notre topographie et notre boussole psychologique,
- comme un avertissement vis-à-vis d'un danger à plus ou moins long terme : quelque chose ne fonctionne pas correctement dans notre psychisme,
- comme le langage naturel d'un dialogue entre la conscience et l'inconscient.

Ce qu'il faut retenir, c'est qu'il est possible de donner un sens au hasard.

Cette posture psychologique, cette écoute de soi-même et de son environnement nécessitent une certaine maturité d'évolution, ou parfois peut émerger à l'occasion

d'accidents et chocs dans la vie, car écouter et comprendre l'éventuel message du hasard nécessite un effort, de la volonté, de la persévérance face à des forces intérieures (conscience, inconscient personnel) naturellement conservatrices (l'homme a besoin de points de repère stable).

Parfois l'explication n'est pas immédiate et il faut simplement prendre conscience d'un message possible et l'intégrer dans son schéma psychique et mémoriel pour qu'un sens apparaisse ultérieurement, voire beaucoup plus tard. C'est un peu comme un puzzle où la mémoire peut jouer un rôle essentiel.

La plupart du temps le hasard est vu comme un événement inattendu, qui focalise notre attention, mais auquel la conscience n'envisage aucun sens particulier dans l'immédiat mais qui interpelle. Notre instinct nous incite à faire un stop de la conscience. Notre humeur peut l'écarter de notre champ de conscience, sans ménagement, parfois tout cela plus ou consciemment.

Tout dépend aussi du degré de conscience de la personne, de l'importance qu'elle accorde aux événements de sa vie, de sa volonté de vouloir progresser, de l'image que se représente la personne de son environnement physique et psychique, notamment sa conception du monde. Tout cela interagit avec la tension du moment et le degré d'absorption de la conscience à la réalisation d'autres tâches : le niveau de conscience et la capacité de prendre de la distance par rapport à soi, fluctuent dans la journée, au cours des séquences de sa vie. Cela dépend également du type psychique de la personnalité : intravertie ou extravertie.

Jung nous a proposé plusieurs concepts où le hasard peut faire sens (cf. définitions en fin de l'article) :

- la fonction transcendante de l'inconscient,

- la notion de synchronicité,
- le chemin d'individuation.

Il n'est pas question de considérer que toute chose, tout événement ont un sens, car je pense qu'il faut faire confiance en la vie, en notre psychisme, croire en la force et la sagesse de l'inconscient pour voir émerger certains faits psychiques ou physique non comme le simple jeu du hasard, mais comme de véritables messages ou lanceurs d'alerte, qui fonctionnent comme des déclencheurs d'un travail de conscience, dont le but est de nous aider dans le chemin de la vie, de voir ce que nous voyons : la réalité d'une constellation psychique, l'existence de nouveaux chemins et terrains à explorer.

Je vous propose ainsi une nouvelle lecture de votre vie, en regardant le hasard comme porteur de sens. C'est un chemin souvent difficile, mais qui offre la possibilité de donner un sens à sa vie, car il ouvre à la découverte de la capacité, que je pense, infinie de l'esprit.

C'est toujours l'ouverture du champ des possibles, qu'a voulu nous montrer Jung dans sa pensée, dans sa pratique et dans la définition de différents concepts.

Hervé BERNARD

Quelques définitions de la psychologie de Jung :

Fonction transcendante : C.G. Jung a conçu la fonction transcendante comme étant un moyen de passage et d'échanges entre le conscient et l'inconscient. La fonction transcendante est issue de l'union des contenus conscients et inconscients, et résulte du fait que : « [...] l'inconscient se comporte, face à la conscience, dans un mode de compensation et de complémentarité. » Le conscient a besoin de stabilité et s'appuie sur l'expérience acquise pour exercer sa faculté de jugement. L'inconscient, en tant que polarité opposée, a du mal à s'exprimer de manière intelligible. Jung propose d'ouvrir la frontière conscient/inconscient, tout en conservant la stabilité du Moi. L'énergie nécessaire pour que s'exerce la fonction trans-

cendante est générée par la tension entre les contraires. Les échanges entre les opposés se font par l'intermédiaire des symboles, en particulier ceux des rêves. L'analyse, grâce à l'interprétation des contenus symboliques de l'inconscient, est un lieu de passage de la fonction transcendante. Il faut faire preuve de courage pour accéder à soi-même ! N'oublions pas que nous abritons un étranger que nous devons accueillir pour devenir un être complet. [Espace francophone jungien]

Synchronicité : Occurrence simultanée d'au moins deux événements qui ne présentent pas de lien de causalité, mais dont l'association prend un sens pour la personne qui les perçoit.

Chemin d'individuation : Carl Jung parle de "processus d'individuation" pour désigner le chemin par lequel une personne devient pleinement elle-même, en intégrant toutes les parties de sa personnalité, même celles qu'elle ignore ou rejette.



**Marie-Christine
NOIR**

PROPOS SUR LE HASARD

Le hasard ? C'est un mot, une qualification qui m'interpelle, me séduit. Je précise de suite, aux lecteurs, que ma vie a vraiment changé « par hasard ». Ainsi, l'intuition et le hasard m'emmènent ici ou là, et je me sens sereine, car en lien avec mon âme. Bien sûr, je n'ai aucune volonté de vous convaincre que c'est le modèle à suivre, c'est une voie possible, qui vous incite à vivre le présent, sans grande considération pour le passé, ni le futur si incertain. Il convient de considérer mes propos sur le sujet en sachant qu'ils sont sincères et appliqués au quotidien, une façon de vivre et d'avancer sans trop de direction, si ce n'est accepter et savourer le quotidien. Une expérience de vie réalisée par hasard mais pleinement choisie.

Une enfance heureuse, insouciance, choyée par des parents aimants,

peu à l'écoute car préoccupés par la réussite sociale. Née dans un milieu catholique où une vague tradition était maintenue sans réelle conviction, grande a toujours été ma curiosité, une multitude de pourquoi et quand on est jeune on cherche une réponse, une certitude ! Aujourd'hui, je les fuis et n'en ai guère. J'ai profité de la vie facile qui m'était proposée, une façon d'être rationnelle et traditionnelle en que je comprenais et j'ai foncé dans la vie active, beaucoup « bossé » : c'était la valeur phare de notre famille. J'ai suivi le chemin, classique : adolescence, études, mariage, « bosser », grimper les échelons. Je reconnais avoir toujours osé, c'est un atout précieux. Puis une enfant, un divorce, une nouvelle vie, une nouvelle union. Je faisais mais je n'étais plus moi, pas d'introspection.

Le tourbillon de la vie plutôt satisfaisant m'a envoyé, alors, des maux physiques que je soignais plus ou moins, devenaient de plus en plus douloureux, me pourrissaient la vie. Des migraines incessantes, violentes me détruisaient. J'ai tout tenté : allopathie, méditation, chirurgie, gynécologie, je n'en sortais pas. J'ai finalement terminé avec un cancer qui, dès que son nom fut prononcé, m'a alerté sur la gravité de ces maux successifs. J'avais l'impression d'être dans un tunnel et de ne pas trouver la sortie et étais prête à tout pour ne plus souffrir, j'avais mes écouteurs grandes ouvertes et étais devenue très perplexe envers les médicaments et soins traditionnels. C'est là que le hasard a changé ma vie. J'ai poussé la porte du cabinet d'un podologue, j'avais 48 ans, avec l'espoir de faire cesser ces incessantes migraines.

Il m'a dit : « déshabillez-vous » !

Hyper surprise, j'ai toujours su répliquer oser, je lui dis : « Pour des semelles ? je ne comprends pas ».

Il m'a répondu : « J'ai tous les diplômes de médecin français, mais j'ai aussi étudié en Chine et je sais

très bien décrypter le langage du corps. Faites-moi confiance ». Je lui ai fait confiance.

Après m'avoir m'a rapidement examiné, il m'a dit sans aucune hésitation : « vous vivez, décidez de façon rationnelle et vous êtes une intuitive depuis toujours. Votre moi profond est oublié, il vous envoie des signaux. Par ailleurs vous avez un grave problème féminin et les rapports avec votre Maman sont nuls, désastreux. Si vous décidez un jour d'avancer en suivant votre intuition, je peux vous aider. ». 2 à 3 semaines plus tard, un cancer du sein a été diagnostiqué et ma Maman est morte. J'ai eu la chance d'être opérée immédiatement et pendant mon séjour à l'hôpital j'ai décidé de suivre le chemin que cet inconnu m'avait recommandé : développer mon intuition, et avancer dorénavant, intuitivement.

Ce hasard nécessite une réelle écoute un réel questionnement un décryptage comme l'analyse du rêve à laquelle vous êtes tous rompus, ce n'est pas une question rationnelle, c'est un symbole, une image qui surgit sans lien apparent avec votre réalité. Plusieurs issues à ce hasard, à vous de décider.

Quand on développe son intuition, et qu'on apprend bien sûr à ne pas la confondre avec le désir, on s'aperçoit que ce hasard que l'on remarque, est probablement l'expression de votre inconscient qui s'exprime, se libère, veut être entendu, comme les lapsus par exemple. Si votre intuition est active, il y a résonance en vous, forte, comme une évidence. Ce hasard que l'on remarque, nécessite une réelle « écoute », presque un questionnement, un décryptage comme l'analyse du rêve à laquelle vous êtes tous habitués maintenant. Ce n'est pas vraiment rationnel, C. G. Jung n'a aucun préjugé là-dessus, il accepte et utilise l'irrationnel dans ses analyses. C'est un symbole une image qui surgit sans lien apparent avec votre réalité. *Le hasard est un*

art de vivre. Très souvent quand j'ai eu une décision à prendre et que mes hésitations étaient nombreuses, le choix, s'est fait par hasard, une solution inédite va apparaître, énoncée même, parfois par un inconnu. Alors, personnellement, je fonce et je suis très confiante, sereine, car en paix avec mon âme, Moi. En ce qui me concerne, c'est toujours ainsi que ça se passe depuis que j'ai pris le chemin de l'intuition, en fait cela ressemble étrangement à une synchronicité, que je devine, que je ressens et j'ai la réponse rationnelle qui ne vient pas mais qui apparaît avec ce hasard.

On nomme hasard, une rencontre, un événement étonnant, incongru qui surgit par surprise et qui va avoir en vous une résonance forte. Premier constat, le hasard interpelle. C'est si évident qu'on peut s'interroger sur un lien avec votre inconscient qui sait l'identifier, ne l'ignore pas et du coup le reconnait immédiatement ? Pourquoi pas ? Ce « hasard » pourrait être votre inconscient qui surgit, s'exprime, bouscule vos habitudes. Ce fait serait en fait l'expression de votre moi : une alerte, une piste, une demande, tout ne peut pas être qu'extérieur à vous, il y a un concours de circonstances pour que vous preniez conscience qu'il y a un hasard.

Pour moi, le hasard est un art de vivre. Très souvent quand j'ai eu une décision à prendre et que mes « possibles » étaient nombreux, me rendant hésitante, le choix au final s'est fait par hasard, mais toujours en accord avec mon âme, cela signifie que je peux être dans un bar, parler à un inconnu ou une solution va être énoncée, parfois même les mots énoncés ne sont pas dits à mon intention mais ils vont résonner fort et me montrer le chemin que je dois suivre, ouvrir la voie que je cherchais. Le simple fait de les entendre va m'apparaître comme une évidence. Rien de rationnel mais pas si farfelu qu'il y paraît. C. G. Jung a basé l'analyse

d'un patient, pour le soigner, lui apprendre à connaître quelque peu son inconscient, sur l'analyse de ses rêves.

Par ailleurs, quand il y a hasard, une synchronicité surgit.

Cette réponse existait donc en nous, mais elle ne se formulait pas et curieusement elle apparaît. Pourquoi pas ?

Vive le hasard !

Marie-Christine NOIR



Jacqueline

de PIERREFEU

LE HASARD

Avec l'aide de Chat GPT...

Dès que j'ai vu le mot HASARD j'ai pensé à synchronicité ; mot que nous utilisons/discussions souvent avec Graciela. J'ai demandé à Chat GPT quel était le lien entre ces deux mots. Voici la réponse :

Le **hasard** et la **synchronicité** sont deux concepts qui semblent proches parce qu'ils impliquent des événements inattendus ou non planifiés, mais ils ont des significations très différentes, surtout selon les perspectives philosophiques ou psychologiques.

◆ Le Hasard

Le hasard désigne des événements qui surviennent sans cause apparente, de manière aléatoire, sans intention ou signification particulière. C'est l'idée d'un **événement fortuit**, imprévisible, sans lien de causalité évident.

Exemple : Tu croises un ancien ami en voyage à l'autre bout du monde. D'un point de vue rationnel, c'est un pur hasard.

◆ La Synchronicité (selon Jung)

La synchronicité est un concept développé par le psychanalyste **Carl Gustav Jung**. Elle désigne la **coïncidence significative** de deux

événements sans lien de cause à effet, mais qui prennent **un sens particulier pour la personne qui les vit**.

Ce n'est pas seulement une coïncidence, c'est une coïncidence **pleine de sens**.

Exemple : Tu rêves d'un papillon toute la nuit, et au réveil, un papillon se pose sur ta fenêtre. Tu ressens un lien fort entre les deux événements — pas causal, mais symbolique.

⇒ Le lien entre hasard et synchronicité

- **Origine commune apparente** : Les deux impliquent des événements imprévus et non planifiés.

- **Différence principale** : Le **hasard** est **vide de sens** (pur aléa), tandis que la **synchronicité** est **chargée de sens subjectif**.

- **Perspective intérieure** : La synchronicité dépend de la **conscience et de l'interprétation** du sujet. C'est une manière de donner du sens à ce qui semble aléatoire.

- **Dans une vision matérialiste**, la synchronicité n'est qu'un habillage psychologique du hasard.

- **Dans une vision spirituelle ou jungienne**, la synchronicité révèle une forme de connexion entre la psyché et le monde extérieur, parfois vue comme une « coïncidence dirigée ».

Jacqueline de PIERREFEU

EDITORIAL

“La casualidad” es el primer tema que no fue elegido por E. Graciela Píton-Cimetti de Maleville, presidenta de SOS Psicóloga. Nos dejó tristemente el 31 de enero de 2023, pero deseaba que su labor, especialmente a través de la asociación, continuara : dar a conocer la psicología y lo que ésta puede aportar a una mejor comprensión de uno mismo o por un apoyo psicológico, y en particular la psicología analítica de Jung. Para ilustrar

la temática de Jung, el equipo de SOS Psicóloga eligió un escrito de Graciela sobre sincronicidad, porque es un concepto innovador de C. G. Jung, que responde a la noción de “casualidad”.

Para Freud, pero especialmente para Jung, la interpretación de los sueños es la “vía real” hacia el inconsciente, es por eso que el tema elegido para la sección “sobre Jung” es:

“Los sueños”

Equipo de SOS PSICOLOGO



**Graciela
PÍTON-CIMETTI
de MALEVILLE**
Psicoanalista

SINCRONICIDAD

Es este una de las más difíciles conceptualizaciones de Jung. Se trata de la coincidencia acausal de dos series de hechos significativos íntimamente relacionados entre sí. Dondequiera que Jung observaba tales coincidencias significativas en la vida de una persona, como revelaban sus sueños, parecía haber un arquetipo activado en el inconsciente. Parecía como si el arquetipo subyacente se manifestara simultáneamente en los hechos internos y externos. El denominador común era un mensaje inesperado.

De la alquimia extrajo Jung el concepto de que si el « sí mismo » se expresaba a través de una forma crudamente mineral – la piedra –, podría ser un camino para investigar las relaciones aún inexplicadas entre la psiquis inconsciente y la materia, un misterio que la medicina psicosomática se empeña en resolver con esfuerzo constante e ininterrumpido. Al crear el concepto de sincronicidad, Jung esboza un camino por el cual podemos penetrar más profundamente en la interrelación de la psiquis y de la materia. Y precisamente tal relación parece apuntar al símbolo de la piedra. Pero este no es todavía un campo totalmente abierto ni

inexplorado. De él se tendrán que ocupar las futuras generaciones de psicólogos.

Es la sincronicidad, ante todo, tan sólo un factor « formal », un « concepto empírico » que postula un principio necesario para un conocimiento que abarca la totalidad de los fenómenos y se agrega como cuarto a la reconocida tríada espacio, tiempo y causa. El surgimiento de tales fenómenos sincrónicos lo explica Jung por :

« Un saber apriorístico, existente y actuante en el inconsciente. »

Que se apoya en una ordenación coordinada, sustraída a nuestra voluntad, del microcosmos con el macrocosmos y en el que a los arquetipos les corresponde el papel de operadores ordenadores. Es la coincidencia plena de sentido de una imagen interior con un suceso exterior que constituye la esencia del fenómeno sincrónico. Se evidencia, allí, tanto el aspecto espiritual como el corpomateria del arquetipo. El arquetipo es el que por su elevado carga energética o su actuación minuciosa provoca en el viviente aquella emocionalidad que le produce un relativo descenso del nivel mental que es la condición previa para que puedan surgir y ser experimentados tales fenómenos sincrónicos. Incluso puede decirse, con Jung que el arquetipo es la forma reconocible por introspección de hallarse psíquicamente, a priori, dispuesto.

Jung dedujo este concepto de sincronicidad de varios elementos. Uno de ellos y muy importante, es su asidua frecuentación del pensamiento chino, de lo cual son buenas pruebas sus estudios con Wilhelm acerca de El secreto de la flor de oro, El libro de los muertos tibetano y sobre el I Ching. Sobre el I Ching escribe Jung en el prólogo del Secreto de la flor de oro.

« En ocasiones de su primera conferencia sobre el I Ching en el club psicológico de Zurich,

Wilhelm demostró, a mi pedido, el método para consultar el oráculo e hizo así un pronóstico que, en menos de dos años, se cumplió al pie de la letra, y con toda la claridad deseable. Este hecho podrá ser confirmado por muchas experiencias paralelas. »

El pensamiento que se indica sobre el principio de sincronicidad y que alcanza su máxima cima en el I Ching es en suma la expresión más pura del pensamiento chino. Entre nosotros, este pensamiento desapareció de la Historia de la filosofía desde Heráclito, hasta que percibimos de nuevo con Leibniz un lejano eco. Pero, no estuvo extinguido durante el intervalo que pervivió en la penumbra de la especulación astrológica y todavía aún permanece en ese nivel.

« Toda la especulación gira alrededor del concepto de Tao que Wilhelm tradujo por sentido, camino y que los jesuitas tradujeron en Dios. El Tao puede traducirse, también, como significado. Lao-Tse lo denomina la nada para insistir sobre su oposición al concepto de realidades. El concepto de Tao domina la filosofía china y reemplaza al criterio occidental de causalidad. »

« Wilhelm lo describe como un concepto más allá del mundo de los fenómenos. Allí los opuestos se anulan, pero continúan existiendo potencialmente. Continúa Wilhelm : ahora bien esos gérmenes insinúan algo que, en primer lugar, corresponde a lo visible, algo a manera de imagen ; en segundo lugar, algo que corresponde a lo audible, algo a manera de palabra ; en tercer lugar, algo que corresponde de algún modo a la extensión en el espacio, algo a manera de forma. Pero esa triplicidad no está claramente definida, es una unidad no espacial : no hay ni arriba, ni abajo, ni temporal. No hay

antes ni después. »

Otras de las fuentes conceptuales de Jung acerca de la sincronicidad está dada por los estudios acerca de los fenómenos parapsicológicos, realizados por Rhine y la telepatía, precognición, premonición, etc. que sometidos a una severa crítica dejan abierto el concepto de relativizar el tiempo y el espacio.

« Nuevos estímulos provenientes de Kemmerer con su teoría matemática de las series y las nuevas conceptualizaciones de la física contemporánea, llevaron a volver a las concepciones de Leibniz sobre la armonía preestablecida y de Schopenhauer sobre la simultaneidad de lo causalmente no conexo. »

Encuentra Jung precursores de su sincronicidad en Teofrasto (371-287 a. C.), en Filón (25 a. C.-42 d. C.), en Pico de la Mirándola (1463-1494), en Zoroastro, pero fundamentalmente en los alquimistas : Agrippa, Paracelso y, también, Keder.

Apunta Jung que el concepto de sincronicidad entraña una relativización de los conceptos de espacio y de tiempo.

« Son, por así decirlo, elásticos por cuanto pueden reducirse a voluntad. »

En la disposición espacial, el experimento es el espacio en lo temporal y el tiempo, los que se reducen prácticamente a cero. Vale decir, parece como si el espacio y el tiempo dependieran de condiciones psíquicas y no existieran en sí mismos, sino que solo fuesen « puestos » por la conciencia. En las concepciones del mundo del hombre primitivo, el espacio y el tiempo son asuntos sumamente dudosos.

Solo en el curso de la evolución intelectual llegaron a ser conceptos « fijos » sobre todo causa de la introducción de la medición. En sí mismos, espacio y tiempo consis-

ten de « nada ». Son conceptos hipotasiados provenientes de la actividad consciente y forman las coordenadas indispensables para la descripción de la conducta de los cuerpos en movimiento. Por lo tanto, son esencialmente de origen psíquico por ello :

« La posibilidad se presenta cuando la psiquis observa no cuerpos externos sino a sí misma. »

« Los acontecimientos sincrónicos se basan en la simultaneidad de dos diferentes estados psíquicos. Uno de ellos es el normal y probable, causalmente explicable ; el otro, la vivencia crítica, es el estado que no cabe deducir causalmente del primero. »

Por ello, define la sincronicidad como :

« Un contenido inesperado que se vincula inmediata o mediatamente con un acontecimiento objetivo externo y coincide con el estado psíquico ordinario. »

« Esas imágenes estén o no enraizadas con fundamentos existentes hallanse en una relación de analogía o equivalente ; es decir de significado con acontecimientos objetivos que no tienen con aquella ninguna relación causal reconocible ni siquiera concebible. »

« El fenómeno de la sincronización consiste, por lo tanto, en dos factores : 1) Una imagen inconsciente entra en lo consciente directamente, literalmente, o indirectamente, simbolizada o insinuada, como sueño, ocurrencia o premonición ; 2) Una situación objetiva coincide con ese contenido. »

Sir James Jeans cuenta entre los sucesos sin causa la desintegración radioactiva. Dice así :

La desintegración radioactiva se ha presentado como un efecto sin causa sugiriendo la idea de que las leyes últimas de la naturaleza tal

vez no sean causales.

Insiste Jung :

« La sincronicidad no es una opinión filosófica sino un concepto empírico que postula un principio necesario para el conocimiento. Esto no puede ser llamado materialismo, ni tampoco metafísica. Ningún hombre de ciencia serio afirmará que la naturaleza de lo que se observa existir, o la naturaleza del observador ; es decir la psiquis, sean cosas conocidas y reconocidas. Si las últimas conclusiones de las ciencias naturales se van aproximando a un concepto unitario del ser, al cual caracterizan el espacio y el tiempo por una parte, la causalidad y la sincronicidad por la otra, nada tiene que ver esto con el materialismo. Antes bien, parece vislumbrarse aquí la posibilidad de eliminar la inconmensurabilidad entre el observador y el observado. En tal caso, el resultado sería una unidad del ser que para expresarse necesitaría de un nuevo lenguaje conceptual a saber, un lenguaje neutral, como en cierta ocasión, lo llamó acertadamente Wolfgang Pauli.

Espacio, tiempo y causalidad, la tríada de la clásica imagen física del mundo se complementarían con el factor sincronicidad y se convertiría en una cuaternidad que haría posible un juicio integral. »

Los esquemas n°s 22 y 23 (ver capítulo Ilustraciones) pertenecen a Jung.

Ya octogenario, dedica Jung largas meditaciones al problema de los

platos voladores, OVNI, desde el punto de vista psicológico. Como resultado publica Un mito moderno y advierte con todo valor :

« Sería ridículo si pretendiera disimular al lector que este tipo de reflexión es, no solamente impopular en extremo, sino probablemente además muy mal vista, ya que esas recuerdan de un modo inquietante esas nieblas fantasmagóricas que oscurecen los cerebros de los augures y de los falsos profetas. »

Graciela PION-CIMETTI de MALEVILLE

Doctora en psicología clínica y social
Psicoanalista, socióloga et sofrologa
Caballero de la Legión de Honor

HOMMAGE A GRACIELA



**Marie-Christine
NOIR**

HOMMAGE A GRAZIELLA

Je me suis précipitée pour voir le film « Freud », motivée par le sujet mais aussi par le désir de partager avec Graziella qui ne pouvait pas manquer ce rendez-vous, car fan de Anthony Hopkins.

Le dernier film que nous avons partagé, 15/20 jours avant son départ, dans notre cinéma à Rueil Malmaison était "Une VIE" avec ce talentueux acteur A. Hopkins. Je la revois bien calée dans le fauteuil

du premier rang, si attentive pour suivre le déroulé du film, toute petite, si puissante, très émouvante. Nous arrivions le plus que possible 20 mn avant la séance pour échanger dans nos deux fauteuils installés dans le hall sur le cours de nos chemins, ce sont des souvenirs riches, précieux à mon cœur, un partage avec cette grande Dame qui avait si peu de disponibilité.

Beau cadeau, merci ma Graziella. Ces instants sont gravés, surgissent ici où là.

Ce film raconte la fin de vie de ce très grand Monsieur. Réfugié à Londres jusqu'au bout il travaillera, continuera ses écrits, ses échanges en accaparant sa fille, la dépossédant de sa vie. Freud y est authentique, antipathique mais vrai, profond, entêté dans ses démonstrations. L'entretien avec le Docteur Lewis est passionnant, Dieu était au cœur du débat, toi d'une ferveur chrétienne si grande, je t'ai sentie prête à répondre mais la psychanalyste immense, que tu es, a su patienter. Tu aurais aimé ton Hopkins, magistral, digne, vrai, inaccessible.

Nous serions sorties un peu es-tourbées et tu m'aurais dit : « pourvu que Hopkins nous en joue encore un ou deux de ses films. »

Merci Graziella d'avoir été si grande, si puissante, toi, devenue toute petite, fragile. Je t'imagine heureuse et te remercie du partage.

Vive le hasard !

Marie-Christine NOIR

A PROPOS DE JUNG



**Graciela
PION-CIMETTI
de MALEVILLE**
Psicoanalista

L'INTERPRETATION DES REVES

Partie I

Le rêve est pour Jung la « voie

royale » menant à l'inconscient. Jung professe le plus grand respect à l'égard du songe et de son message. Il révèle à ses yeux l'existence d'un psychisme objectif, d'une sagesse naturelle qui tend à l'autorégulation de la psyché et dont il est la voix.

E. Graciela Píoton-Cimetti de Maleville, présidente de l'association SOS Psychologue, nous explique les méthodes de l'interprétation jungienne des rêves et leur spécificité par rapport à l'approche freudienne.

Freud fut le premier à étudier les rêves avec des critères scientifiques : il dut, pour ce faire, se démarquer des deux dogmes alors tout-puissants en ce domaine.

Le premier propre au sentiment populaire – puissant sans doute dans une pensée archaïque – faisait l'hypothèse que le rêve est une manifestation bénéfique ou hostile émanant de pouvoirs supraterrrestres, démoniaques ou divins ; le second, dont se réclamait l'immense majorité des médecins et des profanes cultivés, prétendait que les rêves étaient provoqués exclusivement par des stimuli sensoriels ou physiques, agissant de l'extérieur sur le rêveur ou surgissant par hasard au niveau des organes internes.

Selon ce point de vue, le rêve est considéré comme dépourvu de sens et de signification, comparable à une série de sons que les doigts d'un profane arracheraient au piano en parcourant le clavier au hasard ; les rêves constituent alors un processus physique totalement inutile et bien souvent pathologique et toutes les particularités de la vie onirique s'expliquent par le travail incohérent que des organes isolés ou des groupes de cellules cérébrales réaliseraient en obéissant à des stimuli physiologique.

Freud réagit contre ces interprétations et ouvrit le chemin de son étude psychologique et clinique.

Le rêve est un phénomène psy-

chique qui, par opposition aux autres faits de la conscience, par sa forme et son contenu significatif, se situe en marge du constant devenir des faits conscients. En tout état de cause, le rêve, en général, semble faire partie intégrante de la vie consciente de l'âme ou plutôt en constitue une expérience externe et apparemment occasionnelle.

Les circonstances particulières de la formation du rêve conditionnent sa situation exceptionnelle ; en d'autres termes, le rêve ne provient pas, comme d'autres contenus de la conscience, d'une continuité totalement logique ou purement exceptionnelle des événements de la vie, mais constitue le résidu d'une étrange activité psychique développée pendant le sommeil.

Cette origine donne sa particularité propre au contenu du rêve, lequel contraste étonnamment avec la pensée consciente.

LES REVES ET L'EQUILIBRE

La fonction générale des rêves consiste à tenter de rétablir notre équilibre psychologique en produisant un matériel onirique qui rétablisse, de manière subtile, tout l'équilibre psychique... Le rêve compense les déficiences de la personnalité et, en même temps, avertit le sujet des dangers de sa vie présente. Celui qui néglige les avertissements contenus dans les rêves peut ainsi faire l'objet de réels accidents.

La plupart des crises de notre vie possèdent une longue histoire inconsciente. Nous avançons vers elles pas à pas, sans nous rendre compte des dangers qui s'accumulent. Ce que nous ne parvenons pas à voir consciemment, notre inconscient le perçoit et nous en transmet l'information au moyen des rêves. Rappelons un cas typique : une femme mariée rêve que son mari la voit sortir d'un hôtel avec un homme. Elle ne fait pas cas de l'avertissement. Les faits se produisent quelque temps après : le

mari de la dame ne la voit pas sortir, mais entrer dans un hôtel où un ami abusant de sa confiance l'avait emmenée, ce qui provoque, comme il est logique, une véritable crise au sein du ménage et de terribles complexes de culpabilité chez la femme.

Si les rêves peuvent constituer, très souvent, un signal d'alarme, il s'avère également qu'il n'en est pas toujours ainsi. Ils agissent souvent comme l'oracle de Delphes qui prédit au roi Crésus que s'il traversait le fleuve Halis, il détruirait un grand royaume. Ce n'est que lorsqu'il se trouva totalement vaincu, qu'il comprit que le royaume en question était le sien.

Nous ne pouvons pas nous permettre de traiter les rêves à la légère. Ils ne naissent pas d'un esprit complètement « humain », mais plutôt d'une nature totalement déchaînée peuplée de belles déesses généreuses, cruelles aussi, plus proche de l'esprit des mythologies antiques ou des fables des forêts primitives que de la conscience de l'homme moderne. Bien que la méthode d'exposition des rêves conduit à présenter certains événements, il est presque indispensable de commencer par Freud lorsque l'on étudie les théories et les pratiques jungiennes, car, à notre sens, Jung prolonge, approfondit et donne un caractère universel à la psychanalyse freudienne en la faisant passer d'une technique de traitement des névroses à une voie de construction de la personnalité.

DE FREUD A JUNG

Freud avait observé que le rêve était une « voie royale » pour percer les secrets de l'inconscient. Jung, à son tour, privilégia cette méthode d'analyse des rêves, selon lui, irremplaçable, en y adjoignant, toutefois, les « illusions » constituées par les « fantasmes » et les « visions », pour leur valeur sémiologique. Freud et de ses disciples tirèrent leurs conclusions sur le matériel onirique à partir de la seule mé-

thode des « libres associations » qui constitue, principalement, à laisser parler le patient sur le contenu de son rêve. D'abord, l'analyste divise le rêve en autant de parties que nécessaire pour ensuite amener le patient à préciser ce que lui suggèrent ces différentes parties.

Jung adopte la même technique tout en préférant, toutefois, des associations moins libres, moins souples dans tous les sens du terme, et davantage axées sur le contenu du rêve. Jung parle ainsi du contexte du rêve et de la « méthode d'amplification » de celui-ci. Jung estime que si la méthode freudienne des « libres associations » débouche certes sur des complexes, le monologue du patient ne peut jamais garantir qu'il s'agit précisément du complexe même qui éclairer le sens du rêve.

Ainsi, Jung est amené à intervenir dans le libre jeu des associations du patient, lesquelles acquièrent une signification réelle lorsqu'elles sont reliées à l'inconscient collectif. En effet, lorsque le sujet reçoit en rêve des images collectives, l'analyste jungien se sent alors en terrain commun et s'attribue le droit d'enchaîner. En réalité, il s'agit moins pour l'analyste de s'associer que de fournir au patient le matériel qu'il a rassemblé dans sa recherche de l'inconscient collectif et de pratiquer ainsi des rapprochements objectifs.

Cet aspect du traitement jungien peut être dangereux, comme le souligne un des propres disciples de Jung, le Docteur Roland Cahen qui ne le recommande qu'en dernier recours.

A l'inverse, le silence extrême que s'imposent les analystes freudiens n'est pas non plus exempt de danger car la pratique d'un long monologue peut décourager le patient.

Partie II

L'apport de Jung dans l'étude des rêves est décisif, par sa disinction, à partir d'un principe heuristique fécond et original de deux niveaux

d'interprétation aussi valables et possibles l'un que l'autre pour un même matériel : l'un appartenant au « plan de l'objet », l'autre « au plan du sujet ». En voici un exemple : Une patiente désire traverser une rivière lorsqu'elle se voit retenue par le pied par un crabe. Cette malade vit une relation homosexuelle avec une amie et, par association, en vient à penser que les pinces du crabe représentent l'affection accaparante de son amie. Il s'agit là de l'interprétation depuis le plan de l'objet, mais cette interprétation n'épuise pas le matériel par rapport au sujet lui-même, car le crabe est un animal qui avance à reculons – preuve d'une disposition régressive – et qui est associé au cancer, ce qui donne à penser que la racine de l'homosexualité est terriblement dangereuse.

La différence d'interprétation entre Freud et Jung est capitale ; cependant, une observation attentive permet de déceler de nombreux points de convergence. En ce qui concerne Freud, nous avons :

1 – le « contenu manifeste » constitué par les images oniriques dont nous nous souvenons au réveil ;

2 – le « contenu latent » formé par les pensées qui tentent d'accéder à la conscience et qui constituent le véritable motif du rêve ;

3 – la « censure », action du « sur-moi », qui interdit l'accès au plan de la conscience du contenu latent et le transforme en images anodines.

Les artifices utilisés par les contenus oniriques pour détourner la censure sont les suivants :

1 – la dramatisation : dans le rêve ne figure aucune idée abstraite, mais des images concrètes sans souci de traduction logique ;

2 – la condensation : elle apparaît dans le « contenu manifeste » et consiste à réunir dans une seule personne plusieurs personnages ou éléments lui appartenant ;

3 – le dédoublement ou multiplica-

tion : il s'agit d'un phénomène inverse de celui de la condensation ; ici, par exemple le caractère d'un ami se retrouve chez un autre sa voix dans une troisième, ses occupations dans une quatrième, etc.

4 – le déplacement : c'est le processus le plus important de la déformation du rêve qui consiste à substituer une image du contenu manifeste par une image du contenu latent. Par exemple, si une personne hait profondément une autre, par déplacement celle qui haïra ne sera plus le rêveur, mais une tierce personne, sans rapport avec lui ;

5 – l'inversion chronologique : présentation sans ordre temporel réel ;

6 – la représentation de l'opposé qui apparaît lorsqu'une personne, désirant par exemple être aimée, rêve que la personne aimée lui est indifférente ;

7 – la représentation par le détail : dans ce cas, un acte intensément désiré, comme par exemple de déshabiller une femme, est substitué dans le rêve par celui de lui enlever une boucle d'oreille ;

8 – la représentation symbolique : nous abordons là une des différences essentielles entre Freud et Jung. Pour Freud, le symbole est, selon Angel Garma, « une forme spéciale du déplacement, c'est-à-dire qu'un objet ou un acte n'apparaît pas dans le contenu manifeste comme tel, mais représenté au moyen d'un symbole. » Le symbole ne serait, alors, pour Freud, qu'un « signe » ou un symptôme.

Cette interprétation nous conduit à considérer les rêves sous l'angle d'un système à deux piles ; un signifiant et un signifié, et l'essentiel de l'interprétation consiste à remplacer l'un par l'autre. Cependant, les choses ne sont pas aussi simples et Freud, lui-même, a été le premier à signaler la complexité du problème ; notamment au sujet du phénomène de la « condensation » selon lequel les images sont, en général, composées à partir d'éléments divers et mélangés.

Freud progressa dans sa compréhension du problème en révélant le principe psychologique général de la « surdétermination » où il reconnut implicitement que le symbole n'était pas simplement un système fondé sur deux termes, mais sur plusieurs et dont la signification n'est pas univoque, mais polyphonique. C'est à ce niveau d'analyse que débuta le travail d'approfondissement de Jung. Ce dernier développa le phénomène de la « surdétermination » et le fit progresser considérablement en explorant des zones totalement inconnues pour Freud

L'INTERPRETATION JUNGienne

Les différences essentielles entre Freud et Jung concernant les rêves sont les suivantes :

1 – Jung nie que le rêve ne soit qu'une « façade », comme le prétend Freud et se plaît à répéter qu'il constitue une « construction parfaitement achevée ».

2 – Jung, par ailleurs, insiste sur le fait qu'un rêve tout seul est peu significatif et qu'il convient d'analyser une série de rêves.

3 – loin de considérer que le rêve est le « gardien du sommeil », comme l'affirme Freud, Jung estime que son action est fondamentalement « compensatrice » de l'activité consciente. L'inconscient manifeste par le rêve son activité régulatrice et compensatrice de l'attitude consciente. Parce que le rêve apparaît comme un phénomène d'équilibre, il est en même temps correcteur.

Les contenus inconscients ne peuvent pas être « standardisés » dans leur contenu symbolique, parce que ces contenus peuvent recevoir des significations multiples et personnelles en fonction d'abord de la situation vitale et spirituelle du sujet.

Dans son ouvrage *Psychologie et alchimie*, Jung affirme : « La conscience se laisse domestiquer comme un perroquet tandis que

l'inconscient s'y refuse ; si l'analyste et le patient concordent sur une même interprétation, mais se trompent ensemble ; ils seront dans le temps corrigés rigoureusement et inexorablement par l'inconscient qui agit continuellement de manière autonome sur le processus. »

Les rêves ont leurs racines à la fois dans les contenus conscients et inconscients et peuvent avoir une origine somatique. Les rêves ne se répètent jamais sauf en ce qui concerne les rêves « choc » ou les rêves « réaction », qui se reproduisent jusqu'à épuisement du stimulus traumatique qui les a produits et ensuite cessent.

Dans les rêves, il peut arriver :

a/ qu'une situation consciente succède à un rêve en réaction ou compensation, ce qui n'aurait pas eu lieu si le fait n'était pas remonté à la conscience

b/ que le rêve ne corresponde pas à un événement conscient, mais plutôt à une spontanéité inconsciente – le rêve aurait alors une fonction d'équilibre – ou que le rapport du matériel inconscient soit plus important que le conscient.

Dans ces cas, les rêves significatifs peuvent modifier et infléchir le comportement conscient ;

c/ que tout le matériel et toute l'activité oniriques aient une origine inconscientes et provoquent des rêves particuliers et difficiles, mais importants par leur caractère dominant, leur condition archétypique et leur particularité à se manifester avant l'apparition de maladies mentales.

LES ETAPES DE L'INTERPRETATION

Il est indispensable de connaître l'ambiance et la psychologie du rêveur. Le rêve possède à la fois une fonction compensatrice et prospective. La première régule, la seconde anticipe les possibilités.

L'analyse conduit généralement « au pays de l'enfance » où la conscience rationnelle ne s'est pas encore séparée de l'âme historique et de l'inconscient collectif. Ces incursions répugnent à la conscience et l'invitent à la répression, laquelle accroît l'isolement de la psyché primitive et provoque dans des cas extrêmes le manque d'instinct.

La technique de l'interprétation comporte plusieurs étapes :

a/ description de la situation actuelle de la conscience

b/ description des événements antérieurs ;

c/ réception du contexte subjectif :

d/ recherche des parallèles mythologiques dans les motivations archaïques ;

e/ dans les cas complexes, information par un tiers.

Les contenus de l'inconscient parviennent à la conscience en effectuant le chemin suivant :

a/ abaissement du seuil de la conscience pour que s'évadent les contenus inconscients ;

b/ remontée de ces contenus à travers rêves et visions ;

c/ perception et fixation par la conscience de ces contenus ;

d/ recherche sur la signification de ces contenus ;

e/ insertion du résultat obtenu dans la psyché du patient ;

f/ incorporation et élaboration de la signification trouvée par l'individu ;

g/ intégration de la signification pour la transformer en connaissances instinctives.

LE RÊVE ET SA STRUCTURATION DRAMATIQUE

Jung perçoit dans le rêve la structure du drame antique avec les éléments suivants :

a/ lieu, temps, personnes ;

b/ exposition thématique ;

c/ péripéties (moelle épinière du rêve) ;

d/ solution. Tout rêve doit comporter une solution.

A défaut, il exprime une évolution négative du rêveur.

Rappelons-nous que Jung utilise, au niveau de l'interprétation, le concept et la méthodologie de l'amplification et non celle de la réduction.

La dynamique des rêves fait ressortir sa finalité en soulignant des faits que le sujet ignore ou désire ignorer et qui sont, par conséquent, alégoriques, c'est-à-dire référentiels.

L'amplification personnelle apporte la signification individuelle et subjective tandis que l'amplification objective transmet par le matériel symbolique la signification collective.

Les rêves où abondent détails et éléments divers expriment avant tout des problèmes individuels ; ceux qui mettent en scène des détails laissent soupçonner l'emprise d'un inconscient non encore différencié, alors que, dans le second cas, il s'agit d'une conscience superdifférenciée qui a acquis son autonomie.

Il existe deux niveaux d'interprétation, l'un subjectif, l'autre objectif.

Dans le premier, l'interprétation est symbolique et s'effectue à partir des données internes auxquelles le rêve fait allusion ; dans le second, l'interprétation est concrète et recueille les images telles qu'elles sont, en considérant qu'elles représentent les configurations de l'attitude du rêveur vers l'extérieur.

Sans son ouvrage, *Psychologie et alchimie*, Junf affirme en se référant au mécanisme de la projection, particulièrement révélateur : « La projection ne se produit jamais, elle survient ».

Dans *Types psychologiques*, il la définit comme « la transformation d'un phénomène subjectif dans un

objet ». il s'agit du phénomène inverse de l'introjection que Jung décrit également dans cette même étude comme « l'assimilation de l'objet au sujet » ; il rejoint, en cela, les concepts et la nomenclature de Freud et considère que les images du rêve constituent des modalités de l'énergie psychique.

† **Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE**

Docteur en psychologie clinique et sociale
Psychanalyste, sociologue,
sophrologue
Chevalier de la Légion d'honneur



Hervé BERNARD

Ingénieur

LE GROUPE D'ANALYSE DE REVES

E. Graciela Pion-Cimetti de Maleville a créé le concept d'analyse de rêves en groupe il y a plus de 30 ans. A sa connaissance cette pratique de groupe de paroles n'était pas connue dans la communauté des psys (psychothérapeutes, psychologues, psychanalystes). Elle a commencé à mettre en pratique ce groupe de paroles dans le cadre de l'association SOS Psychologue, dont elle était présidente et fondatrice (depuis 1989), en 1994.

Depuis cette date, et surtout récemment depuis environ une dizaine d'années, une simple recherche sur Internet montre que plusieurs psychothérapeutes pratiquent ce groupe de paroles. Il s'agit en général d'un groupe limité en présentiel animé par une psychanalyste jungienne (si Freud a été précurseur dans l'interprétation des rêves avec une méthode scientifique, Jung lui a donné une place essentielle, voire centrale dans sa pratique psychothérapeutique). Mais elle peut aussi être pratiquée en visio ou sur un réseau social.

Graciela a toujours veillé à ce que

ce groupe soit ouvert à tous, car le rêve est universel et ne constitue en rien l'indice d'un fonctionnement pathologique, mais fait partie du fonctionnement psychique normal de tout être humain. Elle tenait à ce qu'il n'y ait pas de hiérarchie dans le groupe, chaque participant est au même niveau, pour raconter son rêve, poser des questions à un autre rêveur, proposer une interprétation. Traditionnellement la soirée d'analyse de rêves se tenait chaque mois le dernier mercredi de chaque mois de 20h30 à 22h30.

Bien sûr la présence de Graciela était essentielle, en tant que garante du bon fonctionnement du groupe, mais surtout compte tenu de son expérience professionnelle de thérapeute et son sens clinique très aigu, car elle trouvait toujours pour chaque rêve une interprétation. Son interprétation après l'intervention d'autres participants faisait naturellement autorité.

Mais il m'arrivait de la remplacer en tant que secrétaire et élève de Graciela, quand elle partait en vacances (souvent en Argentine, son pays d'origine), afin de garder le rythme mensuel du groupe. La pause estivale était en général réduite au mois d'août, si bien que chaque année se tenaient 11 soirées de groupe, soit environ plus de 330 soirées de groupe jusqu'à maintenant.

Initié avec un de ses élèves, Paul Rutu, elle avait entrepris d'enregistrer la soirée de groupes, afin de retranscrire les échanges, ce qui permettait de garder une trace pour les participants, mais surtout d'entreprendre une analyse de la série de rêves d'un même rêveur, car si pour Jung, interpréter un rêve en particulier était « la voie royale » d'accès à l'inconscient, l'analyse de séquence de rêves représentait un travail très riche sur l'évolution dans le temps du dialogue entre conscience et inconscient. Ce travail est publié régulièrement dans chaque numéro de la revue de SOS

Psychologue, mais en rendant les participants anonymes, car la revue est diffusée à la communauté de nos lecteurs, sous forme papier, et sur Internet.

Son objectif a toujours été de permettre au plus grand monde d'accéder à la psychologie et aux bienfaits de qu'elle peut apporter, en terme de connaissance de soi-même ou de soutien psychologique (par exemple une psychothérapie). Donc il n'était pas nécessaire de payer sa cotisation pour participer aux soirées d'analyse de rêves. Une somme modique était demandée pour couvrir les frais d'une collation servie et les frais de fonctionnement de l'association, composée uniquement de bénévoles.

Sans ordre particulier, chaque participant est invité à raconter un rêve. Graciela a remplacé le travail du rêve entre un patient et un analyste, par un échange entre un rêveur/participant et les autres membres du groupe, qui peuvent proposer une interprétation, poser des questions... En dernier ressort c'est au rêveur de valider une interprétation ou de repartir avec un questionnaire pour avancer dans la compréhension de son rêve et de lui-même.

Il s'agit d'un groupe de paroles avec des principes communs à tous les groupes de parole :

- la confidentialité des échanges, afin de libérer la parole,
- chacun peut s'exprimer ou choisir de garder le silence comme observateur,
- il ne faut pas aborder de sujets orientés, ou faire du prosélytisme, en tout cas tout ce qui peut être sujet à polémique (politique, religions...),
- pas de hiérarchie dans le groupe, chacun vient avec son expérience, son intuition, ses connaissances : tout le monde est au même niveau, en tant que représentant de

l'association le coordinateur (Graciela, son secrétaire ou une psychothérapeute expérimentée) garantit le bon fonctionnement du groupe.

- Une seule personne parle à la fois, pour respecter la parole de chacun et permettre à tout le groupe d'entendre le locuteur. Donc les bavardages ne sont pas acceptés.

Jusqu'à fin 2022

Graciela nous a malheureusement quitté le 31 janvier 2023, après plus de 50 ans de carrière professionnelle comme psychothérapeute, sociologue, mais aussi sophrologue...

Elle a assuré avec régularité et discipline, mais toujours avec bienveillance, la coordination du groupe. Sa dernière soirée s'est tenue en décembre 2022 et a coïncidé avec son anniversaire, puisqu'elle était née un 18 décembre.

Depuis mars 2023

Après son départ, il m'est apparu comme une évidence qu'il était important de continuer son groupe, même si elle ne me l'a jamais demandé explicitement. Mais elle a toujours veillé à communiquer sa foi et son expérience dans le domaine de la psychologie, au travers de nombreuses ouvrages qu'elle a publiés, de conférences radiophoniques ou télévisées et du fonctionnement de l'association SOS Psychologue.

L'expérience que j'ai acquise auprès d'elle en participant comme secrétaire, rêveur et élève à toutes les soirées de groupe qu'elle a présidées, me conduisait naturellement à reprendre, avec modestie mais confiance, le flambeau. J'avoue que je n'étais pas sûr que cela fonctionne et que j'ai avancé au début avec beaucoup de modestie et d'inquiétude (cela a été une épreuve, au début dans la solitude, tout en gérant un travail de deuil, celui du départ de Graciela, qui

m'avait accompagné depuis 1987. Mais les participants reviennent et me font confiance. Je pense que le groupe fonctionne et attire au-delà de la simple interprétation des rêves, il offre aux participants un espace de paroles où chacun peut s'exprimer en pleine liberté et en confiance. Il est devenu une communauté.

Avec l'aide de la supervision de Graciela, j'ai pu rencontrer une psychanalyste jungienne d'expérience, qui assure depuis octobre 2023 la supervision de ce groupe.

Le nombre de participants à chaque soirée, environ une douzaine (c'est une limite symbolique pour la tenue d'un groupe de paroles dans de bonnes conditions), parfois plus, se partage entre participants très réguliers, occasionnels et à chaque fois des nouveaux participants. J'ai un peu adapté à mes capacités et à ma sensibilité le fonctionnement du groupe, en ajoutant par exemple une mini conférence au début, dans un esprit pédagogique, et, d'un point de vue plus pratique, amener le groupe au silence pour démarrer les interprétations.

Je remercie pour leur soutien et leur participation, tout particulièrement :

- Marie-Christine Noir, qui a participé à de nombreuses soirées avec Graciela et continue dans ce groupe, armée de son expérience d'analyse de rêves, son énergie et son sens intuitif,
- Danièle Roussel Graignic, psychanalyste, qui m'a ouvert son réseau,
- Sylvie Schafir, psychothérapeute,
- et d'autres psys, qui ont aussi participé à ce groupe

Hervé BERNARD

PSYCHANALYSE

SEANCE D'ANALYSE DE REVES DE JANVIER 2025

* * *

Conventions

♀ désigne une femme, ♂ désigne un homme. Le rêve est dans l'encadré, le rêveur parle en caractères droits. *Les intervenants en italique.*

* * *

REPONSES AUX QUESTIONS

H♂ : J'ai préparé une mini conférence pour les nouveaux, pour comprendre pour quoi vous êtes ici et comment ces soirées ont commencé. Pour les anciens c'est toujours bien de faire un rappel. J'ai remarqué qu'il faut souvent répéter les mêmes choses, pour que cela rentre. Ce n'est pas que les gens n'écoutent pas, mais l'esprit humain a une certaine lenteur pour intégrer, c'est ce qu'on appelle le temps psychologique. C'est pour cela qu'une analyse met un certain temps, l'analysant est supposé apprendre des choses sur lui-même, mais les intégrer prend du temps. Tout commence avec Graciela Píton-Cimetti de Maleville, qui a fait une grande partie de sa carrière de psychanalyste en France et qui a fondé l'association SOS Psychologue. C'est dans ce cadre qu'elle a créé ce groupe de paroles, nouveau concept qui n'existait pas avant. Cela consiste à travailler le rêve non pas entre son analyste et son patient, mais entre un rêveur et un groupe. Cela existe peut-être maintenant ailleurs. Graciela nous a malheureusement quitté il y a deux ans. C'était une psychanalyste d'origine argentine, qui est venue en France en 1978 pour étudier Jung en France et faire un doctorat. Jung est un psychanalyste d'origine suisse. C'était une grande

clinicienne. Elle a surtout voulu passer des messages. Elle a d'abord été psychiatre dans la marine argentine. Elle était psychanalyste de l'ambassade d'Argentine en France, elle a fait tout un travail de publications, notamment pour faire connaître Jung en France et passer ses messages. Elle a aussi participé à des émissions télévisées et radio-phoniques. Il faut savoir qu'en psychologie il y a eu des maîtres qui ont ouvert la voie sur les plans théorique et clinique, comme Freud, Jung, Lacan. Mais chaque praticien adapte sa méthode selon sa sensibilité, ses possibilités. Je vais donner quelques notions de psychologie. Elle est née au 19^{ème} siècle de manière scientifique avec Freud et certains de ses disciples, plutôt dans des pays germaniques. Le développement de la théorie souvent se fonde sur l'expérience dans la pratique clinique. Pour simplifier, il faut citer l'existence de l'inconscient, c'est tout la part de notre psychisme qui échappe à notre conscience. C'est donc difficile d'y avoir accès directement. Si on veut décrire le psychisme, il y a trois parties, le moi, c'est plus ou moins l'activité consciente. Il y a l'inconscient, qui se manifeste à la conscience par différents mécanismes psychiques, comme les rêves. Il y a aussi le surmoi, ce sont toutes les règles que la personne a intégré pendant son éducation, de la part de la société, qui fait qu'il ne peut pas faire n'importe quoi. Il intègre par exemple les dix commandements de Dieu. C'est un peu l'instance morale qui contrôle en fait le moi. C'est important de parler du surmoi à propos des rêves, car les rêves se passent la nuit, viennent de l'inconscient et parviennent à la conscience en devant passer sous les fourches caudines du surmoi. Tout le monde rêve toutes les nuits, mais parfois on ne s'en rappelle pas, c'est l'effet du surmoi. On a parfois l'impression d'avoir rêvé, mais aux premières secondes du réveil, le surmoi peut bloquer les contenus psychiques. On peut

évoquer aussi parmi les manifestations de l'inconscient, les lapsus, les actes manqués. Les rêves sont universels, de tout temps et dans toutes les cultures. Le rêve a interpellé les hommes depuis longtemps, mais ce n'est que depuis le 19^{ème} qu'on leur a donné un sens. Graciela a créé SOS Psychologue et ce groupe pour faire connaître au plus grand nombre la psychologie. C'est une association de bénévoles. Elle voulait que ce groupe continue après sa mort, c'est pour cela que j'ai continué son groupe qui fonctionne chaque mois. Ce groupe est ouvert à tous, pas uniquement aux patients ou aux personnes ayant des problèmes psychologiques. Les rêves sont des éléments constitutifs de la vie psychique de toute personne. Sans doute les animaux rêvent. Cela permet de toucher à un travail sur soi, car les rêves sont des messages de l'inconscient, ils sont là pour avertir le rêveur de quelque chose. Cela peut être prémonitoire, cela peut être des questionnements. Cela peut être des rêves de compensation, quand on ne parvient pas à exprimer consciemment des émotions, le rêve joue le rôle de régulation. Le rêve utilise des messages symboliques afin de mieux déjouer le filtrage, voire le blocage du surmoi, car les messages envoyés ne rencontrent pas toujours un moi conscient coopératif, on n'a pas toujours envie d'entendre certaines choses qui peuvent déranger. On parle du contenu manifeste du rêve, qui est l'histoire racontée par le rêve tel qu'il se présente le matin et le contenant latent, qui exprime le message du rêve. Dans la construction du rêve il peut y avoir des processus de condensation, un même symbole peut signifier des choses différentes. En clair un rêve peut avoir plusieurs interprétations. C'est au rêveur de valider ou non une interprétation, quand cela l'aura interpellé. Chacun peut intervenir et proposer des interprétations. Il n'est pas nécessaire de connaître toute l'histoire du rêveur. Graciela parlait aussi de

l'interprétation au plan du sujet et au plan de l'objet. L'objet, c'est le quotidien du rêveur, son entourage, son contexte. Le plan du sujet, c'est l'intérieur de la personne. Vous pouvez bien sûr poser des questions. Tout cela est un peu théorique, mais c'est quand le groupe fonctionne qu'on comprend mieux comment cela marche. Un point important, c'est qu'il s'agit d'un groupe de paroles avec la confidentialité des échanges, afin de libérer la parole, ne pas aborder des thèmes sensibles, des sujets polémiques, politiques, de prosélytisme religieux, la non obligation de parler, on peut être observateur, mais souvent les nouveaux jouent le jeu. Mais le rêve peut comporter des éléments religieux. Jung a développé des concepts nouveaux, comme l'inconscient collectif, et a établi des ponts avec le religieux et le spirituel. Pas de hiérarchie dans le groupe. Je demande une chose fondamentale, une seule personne parle à la fois, pas de bavardages entre voisins, ceci afin de respecter la parole du locuteur, c'est fondamental pour la qualité des échanges. Certains ici sont des psys, peuvent peut-être apporter des réponses plus pertinentes, mais chacun peut apporter une interprétation à partir de sa propre expérience. Qui veut raconter son premier rêve ?

* * *

ANALYSE DES REVES

V♀ :

J'ai un rêve, mais il est peut-être un peu long.

H♂ : *Pour que chacun puisse s'exprimer, je demande à chacun d'être concis et éviter d'aborder des thèmes hors sujet. Le but c'est de travailler ses rêves, de travailler sur nous-mêmes.*

M♀ : *Vous êtes tous professionnels ?*

H♂ : *Non, pas du tout. Certains viennent régulièrement, d'autres de temps en temps et il peut y avoir des nouveaux. C'est ouvert à tout le monde.*

J'en ai trouvé un plus court.

H♂ : *En attendant que le dernier s'installe, quelques conseils. Il faut voir que pour travailler ses rêves, il faut mettre en marche son esprit. Notamment il faut bien prendre le temps de les noter le matin. Peu à peu on va mieux s'en rappeler. L'inconscient envoie des messages. On peut découvrir des chaînes de rêves, qui sont liés entre eux. Si on arrive à peu près à interpréter son rêve, l'inconscient va envoyer d'autres messages. Un bon moyen de se rappeler de ses rêves, c'est avoir un petit carnet au bord de son lit ou son téléphone pour un enregistrement audio. Dès le réveil, il faut noter tout ce dont on se rappelle, cela peut être quelques mots. Le travail des rêves, c'est comme une pelote de laine, on va tirer des éléments du rêve en travaillant avec la méthode des associations libres. G♂, pour toi qui es venu il y a longtemps, je vais refaire une présentation très courte. C'est un groupe de paroles, donc pas de bavardage, confidentialité des échanges, le principe c'est que chacun raconte son rêve à tour de rôle, mais on n'est pas obligé.*

G♂ : *Je fais des cauchemars.*

H♂ : *Ce sont également des rêves. Une seule personne parle à la fois.*

Mon rêve a l'air un peu décousu. Dans mon rêve, il y a trois scènes, un animal, qui est un bébé chien, et un tout petit animal de 2 cm de long. Les deux vivent ensemble. Je crois que la veille j'avais dû faire un rêve où mon père était mort. Mon père n'est pas mort finalement. Il a été mis rapidement dans un cercueil après sa mort. Dans ce rêve il n'était pas ressuscité, mais il n'était pas réellement mort. C'est maintenant la troisième scène, je dois rechercher ma moto. Et pour cela je dois récupérer tout mon équipement. Tout est éparpillé. Je dois partir en we avec deux amis, je cherche mon pull, mon blouson, mes clés, mes bottes et d'autres choses encore. Chez moi je ne retrouve plus rien. Mon frère a mis sur le trottoir à jeter la boîte du jeu de billard, qui était une très grande boîte de la taille d'un billard. Je la vois sur le trottoir. Je vais demander des explications. Le temps que

je revienne, elle n'est plus là. Les deux animaux sont séparés. Le chiot n'est plus avec le petit animal. Pourtant il faut qu'ils soient ensemble. Je les retrouve et je les mets ensemble. Il faut préparer la litière et le bac pour les emmener. Comme je ne retrouve pas tout ce dont j'ai besoin pour la moto, je mets un pull que j'ai trouvé, gris, avec un beau jacard, irlandais, que j'ai tricoté moi-même. Et je n'ai pas retrouvé mes bottes et mon blouson. Tant pis je pars comme ça en pantoufles.

S♀ : *Ton père est mort récemment ?*

V♀ : *Non, mais il n'est pas dans une situation familiale pas très facile. Il a fait un cancer où il aurait pu mourir, il a fait une septicémie. Et ensuite il a fait un AVC. Et en ce moment il perd tout doucement la mémoire. Il vit avec une femme très rude, très dure, avec lui, avec moi. Et cela me fait beaucoup souffrir.*

X♂ : *C'est un travail autour du deuil. C'est un deuil de ce qu'il était.*

Il n'est pas mort, mais sa tête explose, c'est un peu bizarre.

X♂ : *Il a perdu la tête.*

Rapidement on le met dans un cercueil, mais il n'était pas réellement mort. Autrement dit, on l'a enterré vivant. Il est à la maison. Il peut se lever, mais il a besoin de quelqu'un quotidiennement pour sa toilette. Il n'a plus le contrôle de lui-même, car c'est sa femme qui le contrôle. Elle lui coupe progressivement ses aides. C'est un homme estimé dans son monde professionnel. Elle vient plutôt d'un monde différent. Et c'est elle qui coupe les aides de mon père et qui le contrôle.

S♀ : *C'est ta belle-mère ?*

Ma mère est décédée et mon père s'est remarié avec elle en 2008.

X♂ : *Dans le rêve tu essaies de réunir les animaux. Et tu essaies de t'habiller. Tu perds tous tes repères, c'est le deuil, c'est le choc, tu es un peu perdue. Mais tu essaies de rassembler.*

Je ne trouve pas mes affaires.

X♂ : Mais à un moment tu les trouves. Tu mets un pull jacard.

Oui, mais ce n'est pas celui que je pensais mettre.

X♂ : L'Irlande est en lien avec l'histoire familiale ?

Non, c'est juste moi qui ait tricoté ce pull jacard.

X♂ : Donc tu t'es fait une personnalité à partir de morceaux.

Je l'ai tricoté il y a très longtemps.

X♂ : Il y a un schéma positif de reconstruction. Et les animaux se remettent ensemble. Ce n'est pas un rêve négatif. Regarde les principes actifs : je réunis, je réhabilite, je recompose.

H♂ : Ton rêve est comme un tableau, on ressent derrière de l'émotion et de l'inquiétude. Le déclencheur, c'est la perte de ton père, au sens propre et au sens figuré. Il est en train de partir petit à petit.

Je veux le retenir.

H♂ : Oui, cela te met dans un état d'inquiétude très fort. Mais tu essaies d'utiliser des éléments à ta disposition pour te recomposer toi-même, face à cette situation de ton père, qui partira un jour. On peut le ralentir, l'accompagner, mais l'important c'est toi. C'est toi qui dois rester solide par rapport à tout cela, tu dois te préserver. Tu es dans une situation de transition. Pour moi le billard, c'est un jeu où il faut être adroit. Donc il va falloir que tu sois très adroite avec les éléments à ta disposition. Il faut que tu joues finement. Il ne faut pas te laisser aller au désespoir. Dans ton rêve il y a un message d'espoir.

C'est mon frère qui jette la boîte du jeu de billard. C'est quelque chose que je veux rassembler. Je ne veux pas que mon frère fasse cela.

E♀ : Elle existait cette boîte de billard ?

Non. Quand on a vendu la maison de famille, il a mis à Emmaüs les jeux qu'on n'aurait peut-être pas voulu prendre.

S♀ : C'est un conflit avec ton frère. Et comme par hasard, cela sort sur le billard.

X♂ : Il y a une notion de reconstruction.

Mon père a vendu la maison pour aller vivre chez cette femme. Mon père n'a pas pu garder ses livres de grec et de latin.

X♂ : Quelle est la position de ton frère relativement à la dépendance de ton père avec son épouse ?

Il est assez froid, assez factuel, cela le touche.

X♂ : Donc il est capable de gérer sans émotion.

Oui, tandis que moi je n'ai plus la force. Je vais juste faire un petit ajout. J'ai fait ce rêve le 5 décembre. Et la semaine dernière je suis allée chez mon père. Ma belle-mère a été hospitalisée. Ma mission était d'être auprès de mon père. Avant qu'elle ne s'en aille, cela a été dur avec elle, car n'était pas capable de prendre ses médicaments. Et quand elle est partie, j'ai essayé avec mon père de le faire reprendre contrôle de lui-même, car elle le rabaisait. Et chaque journée avec lui, j'ai fait des choses avec lui.

E♀ : Oui, il a récupéré.

Exactement. Mais ma belle-mère a peine rentrée, elle me cassait ainsi que mon père.

S♀ : C'est un mariage d'amour ?

Comment savoir ? Apparemment, oui. Ma belle-mère a 85 ans et mon père 92 ans. C'était un homme avec des femmes qui l'ont contrôlé. Ma mère était autoritaire, mais on n'a jamais assisté à des scènes comme cela.

X♂ : Apparemment il s'est effondré et il aimait les dominantes. Et là la dominante domine.

Et c'est vraiment une méchante femme.

E♀ : Et tes frères et sœurs, quelles attitudes ont-ils vis-à-vis de cette femme-là ?

Ils arrivent à mieux gérer la situation. Mais je suis la plus exposée, car l'aînée. En plus je suis célibataire. J'ai fait beaucoup d'allers et retours. Mon frère est veuf et s'est occupé de ses quatre enfants. Ma sœur est divorcée. L'autre sœur est

à Châteauroux, cheffe d'entreprise, elle est loin. Moi je ne suis pas du tout protégée et je prends tout de plein fouet.

H♂ : V♀, tu dois t'occuper de toi, tu dois te protéger. Tu es en train de te protéger. Tu passes une épreuve difficile. Il ne faut pas que tu cèdes à la dramatisation. Ce que tu as appris de toi, il ne faut pas céder à la confusion. Il faut que tu réfléchisses, faire la part des choses entre ce que tu peux faire et ce qui t'échappe. La relation entre ton père et ta belle-mère, tu ne peux pas faire grand-chose.

S♀ : Elle a des enfants ?

Oui, mais ils ne viennent pas la voir, car elle est toxique. Elle crie tout le temps.

S♀ : Ils sont restés dans la même région ?

Non, ils sont allés vivre dans une vieille maison de 1746. Il a dû se séparer de tous ses livres, de ses papiers. Mon père est complètement pétrifié, sidéré par les injonctions de cette femme.

X♂ : Dans un AVC il y a un abaissement du QI, donc des performances. Le dominant s'attaque toujours au plus faible.

Mais elle est aussi en train de lui prendre son argent, elle est en train de lui faire signer une assurance vie.

E♀ : Mais tu peux contacter son médecin traitant et faire constater un abus de faiblesse.

J'ai contacté son médecin traitant et il n'a rien voulu me dire. Mes frères et mes sœurs ne m'ont pas cru.

S♀ : Dans le rêve il y a cette affaire de moto, est-ce que vous avez envie d'aller quelque part ? Tu dois déménager dans le Nord ?

J'ai choisi ma région d'origine car je ne savais pas très bien où aller. J'irai à Dunkerque.

H♂ : V♀, je vais en profiter pour faire une petite présentation de la pensée de Jung. Jung a défini 4 fonctions psychiques : la rationalité, le sentiment, les

sensations, l'intuition. Une personnalité en bon santé psychique doit avoir un équilibre entre ses quatre fonctions. Toi, tu dois développer la fonction rationnelle. Il ne faut pas que tu te laisses aller à la fonction sentiment. Tu ne peux pas refaire l'histoire de ton père. Ce qui est important dans le rêve, c'est toi pour éviter que comme dans le rêve tu partes dans la confusion. Sinon tu peux faire des bêtises, prendre des décisions irrationnelles. Tu perds beaucoup de ton énergie.

Je fais attention à ce que je fais.

H♂ : *Privilegie ta fonction rationnelle. Tu as le droit d'avoir des fonctions rationnelles. Et on va en rester là. Qui veut raconter un autre rêve ?*

* * *

S♀

J'ai un rêve un peu décousue.

H♂ : *C'est un rêve de couturière ? S♀ est très organisée, elle a son petit carnet de rêves.*

J'ai peut-être eu ce rêve il y a deux mois. On est en septembre. La plage est déserte. Je rentre dans l'eau, elle est très chaude et je nage. Et il y a mon fils de dix ans et une dame qui pleure un peu plus loin. Je vais la voir. Elle est dans une bouée et je lui demande pourquoi elle pleure. Elle me dit que c'est parce que son doigt est gonflé et qu'elle ne peut plus retirer sa bague. Je lui dis que ce n'est pas grave. J'ai deux amis qui sont bijoutiers et ils vont vous la scier. Je sors de l'eau. Je la pousse sur le rivage et on va dans une pièce. Je lui dis d'attendre ici, je vais voir un des deux bijoutiers, voir celui qui est disponible. Je raconte l'histoire au bijoutier et il me dit « je viens la voir ». Nous arrivons dans la pièce, mais la dame n'est plus là. Je demande à mon fils où est partie la dame. Il me dit qu'un homme est venu la chercher et je la vois par la fenêtre partir et elle a l'air désespérée. Et le bijoutier s'est déplacé pour rien. Comme par hasard, le doigt est gonflé et c'est une alliance. Evidemment elle est en train de se noyer dans ses histoires.

Toi tu viens la voir. Tu trouves la situation pour faire sauter la bague avec un coupe-bague et la sortir de son mariage. Sauf que quand tu arrives, le mari ou le compagnon est venu la chercher, elle est peut-être partie sous emprise, elle a été obligée de partir.

E♀ : *Qui est cette femme ?*

H♂ : *Je dirais que la femme de la bouée, c'est toi. Les personnes qui apparaissent dans un rêve, sont des parties de soi.*

Je suis divorcée.

H♂ : *Visiblement tu es dans une situation difficile. Il y a quelque chose lié à une union qu'il faut réparer, une situation bloquée ou qui te gêne. La bouée fait penser qu'on a besoin qu'on te porte secours. Je dirais que tu es dans une situation de danger.*

E♀ : *Ou peut-être que vous avez eu des problèmes conjugaux quand ton fils avait dix ans.*

V♀ : *Elle s'est peut-être sauvée pour ne pas qu'on lui coupe son alliance, pour ne pas couper le lien.*

H♂ : *C'est une affaire du fils. Il s'est passé quelque chose quand ton fils avait 10 ans ?*

Rien de spécial. C'est l'époque où j'ai dû divorcer, effectivement. Mais c'est moi qui ai demandé le divorce.

E♀ : *Parce que vous n'étiez pas bien, forcément.*

C'est moi qui ai divorcé, donc j'aurais voulu qu'on scie mon alliance.

X♂ : *Des souvenirs personnels peuvent être réactivés, si vous avez assisté à un spectacle de groupe. Il y a trois mois est-ce que vous avez vu des couples qui se sont séparés ?*

Non, j'ai été à un mariage d'une très bonne amie.

X♂ : *Et le fils actuellement n'a pas de problème de ménage ?*

Il est divorcé, mais ce n'est pas récent.

E♀ : *...Tu as été obligée de reconduire*

tes petits enfants à Genève. C'était peut-être un rêve prémonitoire. Tu as rencontré ta belle-fille que tu n'avais pas vue depuis plusieurs années. Quand j'ai pensé au ???, je ne pouvais pas te le dire.

X♂ : *Cela peut être lié à un événement extérieur qui ravive une mémoire, toujours active.*

H♂ : *Ton divorce est-il bien liquidé ? Est-ce que les choses sont claires ?*

Oui. Mon mari est même parti sans laisser d'adresse. Mon fils et moi ne savons où il est. Mon fils est divorcé, son ex-femme est à Genève et lui est à Paris.

H♂ : *Tu aimes ta belle fille ?*

Je trouve que ce n'est pas sympa qu'elle soit partie à Genève. C'est un peu compliqué pour aller chaque trois semaines pour mon fils là-bas. Il faut prendre des trains junior, car ils sont jeunes.

R♀ : *Est-ce qu'on ne peut pas dire que le divorce de ton fils a réactivé quelque chose qui n'a pas été complètement dépassé ou accepté ? Car souvent les enfants essaient de dépasser les problèmes des parents.*

H♂ : *Y a-t-il un lien entre le divorce de ton fils et ton divorce à toi ?*

C'est moi qui ai demandé le divorce et c'est ma belle-fille qui a demandé le divorce.

X♂ : *Dans le rêve on voit deux anneaux, la bouée et la bague au doigt.*

H♂ : *C'est un rêve très symbolique, l'anneau, la bouée. C'est un rêve assez fort.*

C'est vrai.

R♀ : *Le doigt est gonflé comme la bouée.*

E♀ : *Et il fallait absolument s'en échapper.*

X♂ : *Et la dame dans la bouée, c'est celle qui a le doigt gonflé.*

C'est pour cela qu'elle pleure.

H♂ : *Je pense que tu as les éléments en toi pour comprendre le rêve. On t'a donné pas mal d'éléments. Pour moi la bouée c'est le secours. Cette dame s'en va. Peut-être qu'une partie de toi voulait aider et*

qu'une autre est partie. On peut se poser des questions autour du rêve.

E♀ : Je pensais que c'était lié à l'histoire du divorce de ton fils.

H♂ : Est-ce que l'apparition de ton fils dans le rêve correspond à un moment particulier ? Est-ce que ton fils pose problème ?

Disons qu'il a des problèmes de santé.

V♀ : Est-ce qu'il a essayé de joindre ce père ?

Il a essayé de le joindre à plusieurs reprises. Il a réussi à l'avoir une fois au téléphone, il lui a raccroché au nez. Il avait 21 ans. Pour son mariage il n'avait déjà pas de père.

E♀ : En fait à dix ans il n'a plus vu son père.

Son père ne s'est pas intéressé à lui. Il lui a dit qu'il s'intéresserait à lui quand il sera plus grand. Et on n'a plus eu de nouvelles, il a quitté Paris.

H♂ : Cela marque à la fois, ton fils et toi.

E♀ : Et ensuite ton fils n'a été élevé que par des femmes, sa grand-mère, ta grand-mère, ta mère. Il y avait juste ton frère qui était le seul homme. Et ton frère a été célibataire sans enfant. Donc il a été dans un univers très féminin.

X♂ : Le bijoutier pourrait être une image du père qui n'arrive pas à couper le lien. Le rôle du père est de couper le lien entre le fils et la mère.

Mais là il s'est déplacé pour rien.

X♂ : Mais ils sont deux..., je pensais aux bijoux de famille.

E♀ : Quand tu t'es réveillée, tu étais angoissée ?

Non, je ne me réveille jamais angoissée.

H♂ : Très bien, qui a un autre rêve ?

* * *

O♀

J'ai envie de partager aussi cette remarque, si vous vous réveillez

angoissée ou pas. Car moi très souvent je ne vois pas les détails. Je sens une angoisse ou la paix. Dans le rêve j'ai ce sentiment d'angoisse qui me poursuit. Quand je me réveille, c'est vraiment avec l'angoisse. Je ne comprends pas d'où elle vient. Je regarde à gauche, à droite, tout est bien, il n'y a pas de quoi s'angoisser. Mais dans mon rêve, cela ne m'arrive pas tous les jours, mais c'est récurrent.

X♂ : Tu es assez forte en maths ?

Oui, assez bien.

X♂ : Valeur absolue, il n'y a que des quantités d'émotions. Elles peuvent être mises de manière positive ou négative, ce n'est pas le sujet. C'est l'émotion. Là tu te réveilles avec une forte émotion. Le rêve est chargé d'émotion. C'est le récit qui va permettre de comprendre si le rêve est positif ou négatif. Si tu veux retenir, tu notes tes rêves.

Je ne vois pas les détails, pourquoi je cours.

H♂ : C'est une sensation ?

Oui.

X♂ : Il y a un ennemi ?

Je ne peux pas dire que j'ai des ennemis.

H♂ : Qu'est-ce que tu associes à l'anxiété, à l'angoisse ?

Quand j'ai rêvé, je vois que rien n'est changé dans ma vie et tout est bien.

H♂ : En général, quand la même tonalité d'un rêve revient, c'est que l'inconscient envoie toujours un même message.

Peut-être qu'il faut courir quelque part.

H♂ : Courir ou fuir ?

Fuir, oui.

X♂ : Est-ce que tu es consciente maintenant de revivre ton angoisse ?

Non.

X♂ : Si tu pouvais le faire, tu pourrais associer. Y a-t-il d'autres moments dans ta vie où tu as eu des angoisses sem-

blables ?

Non.

X♂ : Est-ce que tu as eu à fuir dans ta vie ? Il y a un travail à faire.

C'est vrai. Remonter dans ses sensations.

H♂ : Le travail du rêve, c'est une question de méthode aussi. Il faut entraîner le psychisme à avancer, le simple fait de venir ici, d'exposer ton rêve, peut-être qu'un matin, quelque chose va venir à ton esprit. Et tu le notes, mais cela peut être juste un mot. Ce qui t'angoisse c'est peut-être l'extérieur ou l'intérieur. Cela peut aussi venir de ta famille, que tu portes en toi. Tout est ouvert, mais cela revient.

R♀ : Cela peut être un traumatisme, qui essaie de percer jusqu'à la conscience. Et qui est tellement éjecté de la conscience, car c'est trop douloureux. Donc il y a deux sens contraires qui agissent, le besoin de l'extérioriser pour se libérer et en même temps la défense c'est de réprimer tout cela. On a l'image de courir, cela peut être échapper à un danger imminent.

E♀ : Tes parents sont-ils angoissés ?

Actuellement ils sont très loin. Je ne suis tous les jours avec eux. Mais avec l'âge avancé, il y a des soucis évidemment.

X♂ : Où vivent-ils ?

En Russie. C'est une sensation assez constante. Cela peut être juste plusieurs fois par an.

H♂ : C'est depuis longtemps ?

Assez longtemps. C'est une sensation assez forte. Je peux me réveiller, en transpiration, avec de l'angoisse.

H♂ : Visiblement tu es une personne rangée. Il ne faut pas s'inquiéter, cela va finir par sortir. Il faut le temps. Si tu es venue, cela prouve que tu as envie de comprendre. C'est un premier pas. Merci, O♀.

Merci à vous !

* * *

M♀

Comme je suis nouvelle aussi, je

vais présenter en deux mots, pour-quoi je suis là. Parce que j'ai eu du mal à comprendre. Pour moi les rêves, c'est ma deuxième vie. Depuis que je suis petite, je rêve toutes les nuits et je me rappelle très bien de mes rêves. Je rêve en couleur, avec les odeurs.

H♂ : *Tu es une championne du monde.*

Parfois, c'est comme si à la fin il y avait des titres, je ne mens pas. Quelque fois je me recouche en me disant que je m'étais arrêtée à tel endroit. J'ai mis du temps à comprendre que les autres n'étaient pas comme ça. Une collègue m'a demandé si je fumais, je n'ai jamais touché aux stupéfiants. C'est, je pense, une grande chance. Pour les explications, je ne me suis jamais posé de questions. Pour moi c'est un divertissement. Parfois je fais des cauchemars, comme tout le monde, je fais des rêves récurrents, mais ce sont des vraies histoires. Parfois je me dis que je devrais les noter, car cela pourrait être des scénarios pour les séries télévisées. La prochaine fois je vais peut-être raconter le dernier rêve.

X♂ : *L'idéal, c'est de noter juste après le rêve. L'état d'esprit. Quelque chose est passée à travers la conscience. Quand tu écris, tu essaies de faire des associations. J'ai eu les mêmes émotions dans ma vie. C'est cela qui va t'aider. Le travail, c'est le gardien du sommeil. Si tu as échoué, tu rêves. Mais après le rêve, pendant trois jours on peut faire ce travail associatif.*

Je me disais que peut-être que je n'étais pas normale.

X♂ : *Tu as quoi comme métier.*

Avant je travaillais dans de grosses boîtes, je faisais de l'administratif et du commercial. Parfois je parle pendant les rêves, mon conjoint me dit qu'est-ce que c'était. Je ne raconte pas tout, pas toujours.

X♂ : *Est-ce que tu as beaucoup d'imaginaire ?*

Oui. Ce n'est pas la peine de me soigner ?

X♂ : *Non.*

E♀ : *Quelle est ta nationalité ?*

Je suis russe... et mon conjoint est français.

E♀ : *Ce qui m'intéresse chez les étrangers, c'est dans quelle langue ils rêvent.*

Cela m'arrive parfois de rêver en français ou en russe. Ou en anglais car je parle au travail en anglais. Quand je suis avec mes enfants, c'est en russe.

E♀ : *C'est un allemand qui était interprète dans la société de mon père, où on parlait en anglais. Il parlait le russe et le néerlandais. Et on lui avait demandé dans quelle langue il rêvait. Il nous avait fait une réponse très simple. Il rêvait dans la langue où il a le plus parlé aujourd'hui.*

J'ai une amie qui est partie au Japon. Quelle veinarde ! La nuit je rêvais que j'étais au Japon. Et il y avait des japonais que je comprenais. Moi je ne parlais pas.

H♂ : *On peut le comprendre d'un point de vue communication. Souvent quand on construit les rêves, qui sont un langage symbolique, on va emprunter des éléments du quotidien. Ton amie part au Japon, tu comprends le japonais. Je vois que tu as une facilité de communication, de manière générale. Déjà tu as une bonne communication avec ton inconscient, car tu te rappelles facilement de tes rêves. Je pourrais te demander pourquoi tu es venue. Est-ce qu'il y a des rêves qui t'interpellent et que tu voudrais comprendre.*

C'est vrai que cela m'interpelle, car je ne comprends pas comme la plupart des gens autour de moi. Par exemple quand j'en parle à mon mari, j'ai rêvé, je ne m'en rappelle pas. Donc j'ai vu que c'est quelque chose que j'ai en particulier. Quand j'ai entendu parler de cette association, je voulais voir les gens qui étaient autour. C'est aussi la curiosité. Je n'ai pas pensé à amener un rêve.

E♀ : *Est-ce que tu comprends tes rêves ?*

J'essaie de trouver des explications. Mon amie dit qu'elle va au Japon et la nuit même je rêve de Japon. C'est important pour moi de com-

prendre les symboles, les interprétations. Cela me permettrait de comprendre des choses dans ma vie quotidienne.

X♂ : *Quelque chose s'est passée dans la journée qui t'ont marqué dans la journée, est passé dans l'inconscient. Et le mécanisme du rêve te tricote un truc génial.*

Cette nuit par exemple j'ai rêvé d'H♂. Dans le rêve tu t'occupais des militaires ou des familles de militaires qui ont perdu leurs proches. Toi, tu étais un psychologue qui s'occupait de ces familles. Car je savais que tu étais un ancien militaire. Donc, dans ma tête, cela a fait une connexion avec la soirée de ce soir.

X♂ : *Tu avais des militaires dans ta famille ?*

Aussi. Pour moi, H♂ : psychologie, militaire.

H♂ : *Je peux dire que j'ai discuté avec ton compagnon, il est militaire de réserve. Tout se rejoint.*

Si je vous ai mis ensemble, c'est pour avoir des sujets de conversation.

H♂ : *Peut-être que tu es venue là pour donner une valeur particulière à tes rêves, voir comment ils peuvent être utiles au sens général. Pour Jung, le rêve, c'est la voie royale d'accès à l'inconscient. Car 80% de notre activité psychique est inconsciente. Je pense que sans trahir de secrets nous avons tous nos problèmes. On a des choses à résoudre, des choses qu'on voudrait faire, des blessures à refermer. Le rêve peut être un moyen de travailler ces choses-là. Surtout si tu as la chance, comme toi, de rêver aussi facilement. C'est formidable.*

S♀ : *Le plus difficile, c'est de s'en souvenir. Je sais que je rêve énormément, mais je ne m'en souviens pas.*

H♂ : *Peut-être que tu es venue pour donner une valeur à tes rêves !*

X♂ : *Il n'est d'imaginaire que ce qui est dans ma mémoire.*

S♀ : *Tu peux développer ?*

X♂ : *On a affaire à quelqu'un qui a de l'imaginaire, de toute évidence. De quoi se*

nourrit cet imaginaire ? De ce qui s'est passé dans les jours précédents. Ce qui arrivé dans ta mémoire, a entraîné une réaction.

E♀ : Moi, j'ai un compagnon qui rêve beaucoup. Il me raconte ses rêves. A chaque fois il me demande ce que j'en pense. Et toujours il y a un lien avec ce qu'on a vécu, dans la journée. Il ne part pas de rien. Il y a toujours quelque chose. Lui a toujours un cheminement dans ses rêves, alors que moi je ne rêve pas. Je rêve forcément, mais je ne m'en souviens pas. Donc je n'ai pas grand-chose à raconter. Il a un traitement antidépresseur. Il prétend que sous traitement il rêve beaucoup qu'il ne rêvait avant.

X♂ : Une caractéristique de la dépression, c'est une augmentation de la vie psychique, donc du rêve. Ce ne sont pas les médicaments qui font rêver, mais la dépression. Quand on rêve moins souvent, cela va mieux.

E♀ : Il m'a dit qu'il a toujours rêvé. Il a eu une carrière compliquée, au niveau hiérarchique. Et c'est récurrent. Tu n'as pas dû être heureux dans ta vie professionnelle, car cela tourne en boucle.

X♂ : Et son père ?

E♀ : Son père était agrégé de pédiatrie. Et lui a été médecin, il a fait radiologue, dans une spécialité où il ne pouvait pas être en concurrence avec son père. On l'a mis à la Croix Rouge comme chef de service. Son père était chef de service dans les hôpitaux de Paris. Sa vie professionnelle le travaille encore. Il ne s'entendait pas avec son directeur administratif. A chaque fois, c'est récurrent. Il ne peut pas s'en sortir.

H♂ : Le quotidien est souvent le déclencheur du rêve.

X♂ : Si tu as cinq éléments déclencheurs, tu as un vrai cinéma.

E♀ : Je lui demande pourquoi il a associé tel élément avec tel autre.

H♂ : Merci, M♀ pour ton intervention. J'espère que nous aurons une suite.

Chez moi, si vous cherchez, je vous accueille.

H♂ : J'en profite pour passer à E♀.

* * *

E♀

Moi, je ne rêve pas.

H♂ : Est-ce que tu ne pourrais pas parler de tes rêves ? Au lieu de parler de ceux de tes proches.

Je pense que je rêve, mais je ne m'en souviens pas. J'ai beau chercher dans tous les sens.

S♀ : Prends un petit carnet au bord de ton lit.

Il vaut mieux ne pas s'en souvenir. Mais je ne suis pas spécialement angoissé.

R♀ : Comme tu ne te souviens pas de tes rêves, tu n'as aucune raison d'être angoissée.

Rien ne me perturbe dans mon sommeil.

R♀ : On peut réactiver quelque chose dont on n'a pas forcément envie de se rappeler. Parfois on angoisse. Quand on ne se rappelle pas de ses rêves, on est protégé. Et quand on ne travaille pas sur ses rêves, on n'a pas de raison de s'en rappeler non plus. C'est peut-être un peu caricatural ce que je dis ! Quand on utilise les rêves des autres, ce n'est pas par hasard.

H♂ : Je dirais que parler de quelqu'un d'autre, c'est une manière de ne pas parler de soi.

Mais j'aimerais bien vous raconter mes rêves. Je vous en ai raconté deux fois, l'un dans le train. Quand j'étais très jeune, quand je me retournais dans mon lit, j'avais l'impression de tomber dans un précipice. X♂ avait donné une interprétation, mais je n'étais pas d'accord. X♂ m'avait parlé d'IVG. A l'âge, je n'avais pas de notion d'être enceinte et d'avoir une IVG, donc ce n'est pas ça. J'avais la sensation du cœur de se soulever, je chutais dans le vide... Ma mère ne voulait pas.... C'est pour ça que je suis la ratée de la famille. J'étais la dernière. Quand je suis arrivée, ma mère avait presque 40 ans. On était quatre enfants. Moi je viens surtout d'un retour d'une période militaire.

H♂ : Ecoute S♀ ! Mais je suis sûr que si tu as eu un rêve, tu en auras un deuxième. Il faut être patient et méthodique. Au réveil, tu notes, même qu'un seul mot. J'ai l'impression que tu as un sur-moi qui bloque tout, c'est mon impression.

J'ai peut-être simplement un manque d'imagination. J'aimerais bien rêver comme mon copain, il a plein de choses à raconter.

M♀ : Je vais raconter un rêve très court. J'étais très jeune et il y avait les jeux de lotos. J'ai fait sortir les numéros et ils n'étaient pas bons. Je les ai noté et je les ai joué.

R♀ : Le fait de raconter les rêves des autres et ne pas se souvenir de ses rêves, n'est-ce pas une manière de se mettre au service de l'autre ? Tu as été infirmière.

Je suis toujours infirmière.

R♀ : Tu es au service de l'autre. Tu n'as pas de place pour te raconter un rêve. Tu ne t'autorises pas à raconter un rêve.

Je ne pense pas, car il s'agit de rêves conflictuels par rapport à sa vie professionnelle. Lui ne comprend pas ses rêves, je lui donne mon interprétation. Quand je lui explique, il me dit que cela lui convient, que cela lui paraît logique. Je ne dis pas que j'interprète bien, je n'en sais rien.

S♀ : Il ne peut pas venir.

Non, le mercredi et le jeudi, il a école. Il travaille. On est ensemble, mais il préfère qu'on ait nos activités séparées.

H♂ : Donc le prochaine fois, on aura un rêve de ta part.

J'aimerais bien.

H♂ : Une bonne manière d'avoir des rêves, c'est de s'endormir avec des pensées agréables.

Quand il s'endort, il se met dans un rêve déjà. Moi j'essaie de vider son cerveau, lui remplit son cerveau. Moi j'essaie de dégager tout ce qui n'a pas été bien dans la journée, pour dormir paisiblement.

H♂ : Graciela, dès qu'elle rêvait, se ré-

veillait et notait son rêve, même sans allumer la lumière. Et elle se rendormait. Qui a un autre rêve à raconter ? Michel ?

* * *

M♂

Je ne sais pas si c'est un rêve qui va déboucher sur quelque chose. J'étais dans un autobus avec des gens que je ne connais pas. J'allais vers une destination qui n'était pas une ville, j'étais dans la nature. Je savais où j'allais, mais j'étais incapable de dire ce que cela représentait. D'un seul coup le bus tourne à droite et va dans la forêt. Il se retrouve dans une grande place de 100 mètres de large, toute neuve, où aucune voiture n'a roulé. C'est du goudron qui brille, très plat. C'est entouré d'arbres très serrés. Ils sont tous de la même hauteur. Et l'obscurité commence à tomber. Ce n'est pas la nuit, mais c'est un manque de lumière, ce n'est pas très agréable. Je demande ce qui se passe. Les gens descendent et disparaissent. Et le chauffeur n'indique pas la destination comme habituellement. Et je me retrouve là tout seul. Ce qui m'étonne, c'est que tout paraît neuf, la place est propre, on pourrait s'asseoir et faire la dinette. Les arbres entourent la place, une route entre, cela fait un cercle. Pas beaucoup de lumière. Ce rêve date de trois mois, je n'ai peut-être pas tout noté.

E♀ : Un bus, c'est un transport en commun.

H♂ : Il y a un mouvement, ton moi dynamique fonctionne. Tu ne sais pas où tu vas, mais tu vas quelque part.

Je me demande si ce n'est pas un rêve prémonitoire.

H♂ : De quoi ?

De la mort de quelqu'un.

V♀ : Je trouve plutôt que tout est propre et rectiligne.

X♂ : Cela fait penser à un tableau de...

H♂ : Qu'est-ce qui te fait penser à la mort de quelqu'un ? Dans ce panorama,

on ne voit pas tellement la mort. Peut-être le côté sombre.

X♂ : C'est une route qui arrive à un rond-point sans autre issue.

On pourrait sortir de la forêt et aller je ne sais où. Mais le chauffeur dit qu'on s'arrête là. Et le bus repart.

V♀ : C'est comme un enfant qui se perd dans la forêt.

C'est vraiment net, pas une feuille d'arbre n'est tombée sur la place. C'est assez grand.

E♀ : Tu n'as pas fait de visite dans une forêt avec un rond-point, quelque chose comme ça ?

Mais les ronds-points dans les forêts, ce n'est pas comme ça.

X♂ : A la fin, c'est un isolement. Dans une place indéterminée.

H♂ : Tu sembles perdu, un peu seul. C'est toi qui est descendu de toi-même ?

J'étais obligé. Je n'ai pas choisi.

V♀ : Il me semble que tu rêves souvent de routes. Et là ce n'est pas tortueux. Quelque part il est perdu.

H♂ : La droite, selon Jung, c'est du côté père. Avec les arbres on ne peut pas communiquer, on est un peu seul.

E♀ : Certains communiquent avec les arbres, en les embrassant.

C'est un endroit tout neuf. Au début c'était clair et l'obscurité est tombée progressivement.

V♀ : C'est angoissant ?

Je ne comprends pas ce qui se passe.

H♂ : Est-ce que tu as l'impression que le monde autour de toi te détourne de ton chemin, t'emmène dans un endroit très sombre, malgré toi.

Oui, c'est possible. C'est alors inconscient. Parce qu'habituellement je vais là où j'ai envie d'aller.

H♂ : Ce n'est pas toi qui mène le bus. Tu ne sembles pas maîtriser ta vie.

X♂ : Peut-être que le chauffeur est un doublon de toi-même ? Est-ce que tu t'es

fâché avec quelqu'un récemment ?

E♀ : Tu es monté sans connaître la destination ?

J'avais l'impression de savoir où j'allais, mais incapable de quoi il s'agissait.

V♀ : Est-ce que cette place ne représente pas un enfermement pour toi ?

Peut-être, c'est possible.

V♀ : Les arbres sont comme des barreaux.

H♂ : Je sens que tu es détourné de ton chemin. Tu te retrouves tout seul.

V♀ : Par rapport aux anciens rêves de Michel, je trouve que les choses sont plus droites, moins tortueuses, même si c'est encore compliqué.

C'était compliqué, mais je pouvais le dessiner. Graciela m'avait à un moment de faire un dessin.

X♂ : Le récit du rêve est très graphique.

H♂ : Dans tes rêves il y a toujours un cheminement. Ce qui est bien dans ton rêve, c'est le côté géométrique. C'est plus structuré, donc c'est plutôt positif. La fin du chemin n'est pas drôle.

S♀ : Essaie de poursuivre ton rêve. Remonte dans le bus.

H♂ : Ou dans ta voiture.

J'irai dans ma voiture pour aller dans la Mayenne. Je vais si ce que je pense, va se réaliser ou pas.

S♀ : Tu penses que c'est un rêve prémonitoire ?

Je ne sais pas.

H♂ : Tu peux t'endormir en fantasmant des scénarios.

Je ne m'endors pas avec cela dans ma tête.

H♂ : D♀, as-tu un rêve ?

* * *

D♀

Non, je n'ai rien en magasin.

H♂ : Ou un rêve de patient.

Franchement, non.

E♀ : G♂, tu as bien un rêve ?

* * *

G♂

Ce sont des anciens rêves. Je rêve de n'importe quoi, mais je ne m'en souviens jamais quand je me réveille. Et cela m'énerve. J'ai un fantasme qui me revient en permanence. J'ai été en Australie, je suis australien. Mais pour des raisons familiales je reste ici, car sinon je serais à Sydney. Souvent je rêve que je me vois là-bas, quand j'y ai vécu. Si j'y allais demain, ce rêve deviendrait réalité. Donc je rêve de ce fantasme. Heureusement la vie ici est relativement pas désagréable, alors que pour moi la vie est paradisiaque. Ce que je dis souvent par rapport à Sydney et la France. C'est qu'à Sydney les requins sont dans la mer, alors qu'ici ils sont autour de nous.

E♀ : *Le rêve que tu avais il y a 30 trente ans, cela s'appelle la nostalgie. Il faut voir ce qu'on a vécu à trente ans, et maintenant à soixante-dix ans.*

La question n'est pas là pour moi. Quand j'avais 20 ans, j'ai voulu faire le tour du monde, j'ai visité une trentaine de pays. Car j'avais une obsession en tête. Je me disais que dans le monde il y a peut-être un pays avec le paradis sur Terre. Donc je n'ai pas voulu découvrir à 60 ans que c'était là que j'aurais voulu vivre. Donc tous les pays que je suspectais être un paradis, j'y suis allé. Et pour moi le paradis relatif, globalement l'Australie, c'est le paradis. Je serai au paradis quand je serai là-haut. Petit détail, à l'époque quand j'y étais, il n'y avait quasiment pas de français, car c'était le bout du monde. Ce ne sont pas de grands voyageurs. J'ai découvert que là-bas les français avaient une image extraordinaire. Je parlais anglais mais avec un accent français. Cela me fait penser à Pétula Clark, mais vous êtes trop jeunes pour l'avoir connu.

S♀ : *Quand même !*

Elle parlait français avec un accent

anglais et j'ai trouvé que cet accent avait beaucoup de charme. J'ai vécu six ans là-bas, j'ai adoré, je parlais anglais tous les jours. Un jour j'ai décidé de partir. Je passe par Los Angeles. Je vais dans un pub. Je sympathise avec un type à côté, on commence à discuter, il me dit que j'ai un accent australien.

E♀ : *Cela t'a fait plaisir.*

Je n'aurais jamais imaginé que mon accent français, dont je ne pouvais pas me débarrasser, avait été surmonté et était devenu un accent australien.

H♂ : *C'est un rêve de désir que tu as réalisé, le temps que tu as passé là-bas. C'est une richesse.*

Oui, c'était même mieux que je n'espérais. C'est pour cela que je suis resté. Maintenant si je n'avais pas ma famille en France, je vivrais à Sydney. Je culpabiliserais de partir.

X♂ : *Quel rêve extraordinaire !*

V♀ : *Que faisiez-vous comme métier ?*

Je suis arrivé les mains dans les poches. Je ne savais pas ce que j'allais faire. Par hasard j'ai commencé dans la finance. Cela me convenait parfaitement, donc j'ai continué. Avant c'était de la recherche pétrolière dans la jungle à Sumatra pendant un an. Vous ne vous en rendez pas compte, mais j'étais pris pour un dieu.

H♂ : *Quand tu parles de ton rêve, on sent que c'est avec nostalgie, comme un paradis perdu.*

Pour moi c'est un paradis perdu. Pour moi l'expérience de Sumatra a été extraordinaire. En arrivant, les indonésiens ne sont ni noirs, ni blancs, ils sont entre les deux. Le blanc pour eux, c'est sacré. Une fois j'étais à Java en train de bronzer, un indonésienne m'a dit de ne pas bronzer, de rester blanc. Après à Sumatra, j'ai rencontré des sauvages. L'indigène de Sumatra n'a rien à voir avec l'indigène de Java. Aucun indonésien de Java ne va à Sumatra, sauf pour un boulot pen-

dant une semaine. On était quelques expatriés français qui vivaient sur une péniche. Une de nos distractions, c'était de faire du ski nautique. Un jour j'étais avec mon équipe, on arrive au bord d'une rivière. Il y avait une tribu de 15 personnes. Et mes indonésiens m'ont dit qu'ils vous ont pris pour un dieu. Pour deux raisons, j'étais blanc et ils n'avaient jamais vu de blancs. Comme je faisais du ski nautique, j'étais le blanc qui marchait sur l'eau. Et si j'avais voulu en profiter.

S♀ : *Oui, tu avais toutes les offrandes que tu voulais.*

Je n'avais pas besoin de ça.

H♂ : G♂, tu devrais écrire un livre sur tous tes souvenirs.

A l'époque les français n'allaient pas au bout du monde. Mes copains me prenaient pour un fou. Pour moi l'Australie, c'est le paradis sur terre. J'ai gardé des contacts. Bien sûr cela évolue, mais globalement les critères sont restés bons. Si je n'avais pas de famille, demain je prendrais l'avion et c'est fini. On ne peut pas s'empêcher de comparer les qualités et les défauts de chaque pays. Quand je pense comme un australien, je me demande comment on peut se permettre ici certaines choses.

H♂ : R♀, est-ce que tu as un rêve ?

* * *

R♀

Quand je suis partie, je n'ai pas pris mon cahier. Du coup il me reste deux bribes. C'est comme une grosse perle, que les enfants utilisent pour s'accrocher. Ensuite cela devient transposé sur un écran d'ordinateur et c'est comme si ce que je vivais avec cette grosse perle, j'arrivais à le suivre. Cela se reflétait sur l'écran de l'ordinateur. Et cette grosse perle devient comme un œuf quand on fait du ski pour être transporté. La dernière image qui me reste, sur l'ordinateur il y a un périphérique

qui monte sur une montagne. Là la petite perle devient un grand téléphérique. La vision est très grossière. Cela m'a intrigué. Ce n'était pas désagréable comme rêve. C'est comme si je vivais ma vie sur un écran, c'est comme une mise à distance. C'est dommage, je ne me souviens plus bien.

V♀ : Entre la perle et l'écran d'ordinateur, que se passe-t-il ?

Je vois comme une grosse perle en plastique. Ce que je vis, est inscrit sur un écran d'ordinateur. C'est tout petit. C'est comme un plan sur un ordinateur qui grossit, on voit plein de choses. Tout est minuscule. A la fin du rêve, le téléphérique gravit la montagne.

X♂ : C'est plutôt positif cette montée.

H♂ : Impression d'une naissance avec la perle, puis l'auf. C'est une ascension.

C'est comme si l'écran traduisait ma vie. Donc je regarde et je vois ce que je vis.

V♀ : Et la perle ?

C'est un tout petit téléphérique qu'on voyait à l'écran.

V♀ : As-tu été en vacances au ski ?

Non, pas du tout. Mais tout se passe avant l'écran. J'aurais aimé y aller mais pas pour faire du ski. Je vais le relire ce soir. C'est comme si ce que je vivais, se traduisait sur un écran. Et que l'écran me renvoie les images plus explicites, plus globales.

X♂ : Est-ce que l'écran est un miroir ?

Le miroir renvoie la même chose, alors que là il y a une transformation. Ce n'est plus la même perle et cela devient un téléphérique comme sur une carte postale.

H♂ : L'ordinateur fait penser à l'écriture, comme si tu devais passer par l'écriture. Comme s'il y avait l'expression d'un travail, d'un travail psychique.

J'ai fait ce rêve il y a quelque temps.

V♀ : Une fenêtre sur le monde.

E♀ : Tu n'aurais pas un téléphérique en fond d'écran sur ton ordinateur ?

Pas du tout. Je ne vais plus à la montagne depuis bien longtemps. Il n'y a pas de neige. C'est juste un téléphérique pour découvrir le paysage.

X♂ : C'est comme la montagne en été.

Voilà, je voulais y aller en été et je n'y suis pas allé. Je n'y vais pas en hiver car je n'ai pas envie de skier... C'est une perle comme un jouet d'enfant. Dans les crèches il y en a. Ce sont des petites boules qui s'emboîtent pour faire un collier. Sur l'écran cela devient un petit œuf, comme ceux qu'on utilise pour aller skier.

X♂ : Si le rêve est un désir, c'est l'accomplissement de la perle.

V♀ : Pourquoi part-on de cette perle ?

En tout cas j'ai beaucoup travaillé dans les crèches.

H♂ : La question que je me pose, c'est pourquoi tu as oublié ton carnet.

J'étais hyper pressée. Je me suis inscrite en vitesse sur l'ordinateur pour être psychologue conventionné. Et cela m'a pris la tête. Je suis partie me faire aider. Je ne pouvais pas venir ici avec mon ordinateur, donc il a fallu que je rentre chez moi pour le déposer. Je vais prendre le bus, et du coup j'ai oublié de prendre mon cahier de rêves.

X♂ : Le fichier informatique, cela peut être l'ascenseur social.

Non, maintenant je suis reconnue, je n'ai plus besoin d'ascension sociale. Mais peut-être le fait d'être reconnue par la sécu comme étant psychologue, cela ferme la boucle. Et la sécu va m'adresser des patients.

X♂ : C'est un tricotage montagne sécu.

E♀ : C'est toujours une montagne administrative.

V♀ : Tu pars de quelque chose d'archaïque avec la boule d'enfant pour arriver à l'ordinateur qui n'est plus ar-

chaïque. C'est un rêve de transformation.

X♂ : Transformation professionnelle !

Le fait d'avoir été psychologue clinicienne et d'avoir eu des patients, je l'ai eu ma reconnaissance. Pour être conventionnée, j'ai hésité et je l'ai quand même fait. J'ai réalisé qu'il fallait attendre deux à trois ans pour avoir la réponse. Et je serai trop vieille. Je l'aurai fait pour rien. C'est un téléphérique d'été.

H♂ : C'est un peu une montagne, cette histoire.

Mais le téléphérique monte facilement.

H♂ : Donc tu vas réussir.

J'ai commencé cette démarche en septembre et quand j'ai vu tous les papiers à remplir, cela m'a découragé. Donc j'ai laissé tomber. Et j'ai eu un message comme mon brouillon allait être totalement effacé dans deux semaines. Et cela donnait envie de compléter. Et je suis curieuse de savoir quels sont les patients je vais avoir, qui seront remboursés totalement par la sécu et par la mutuelle. Et en plus on est mal payé, 50€.

H♂ : C'est une démarche importante pour toi.

C'est lutter contre la mort finalement. Je suis à la retraite depuis 2013. Je travaille depuis 2013 comme psychothérapeute. C'est faire de la prolongation.

* * *

H♂

Je vais raconter mon rêve, que j'ai fait cette nuit. Je note mes rêves au petit déjeuner, tout de suite. Ce rêve est bizarre, je ne sais pas ce qu'il veut dire. Je fais partie d'un groupe en voyage. A un moment, on m'explique qu'il faut se dépêcher pour faire ses affaires pour partir. Je ne sais plus si c'est pour prendre un train ou un avion. C'est bizarre, on ne nous a pas dit quand nous sommes partis en ville nous promener, à quelle heure nous devions rentrer. A l'hôtel je remarque

que j'ai énormément d'affaires à trier et à rassembler. Je ne sais pas par quoi commencer. Il y en a partout. Je ne sais pas comment je vais parvenir à les prendre toutes. C'est comme si nous étions plusieurs à être dans un grand appartement d'un hôtel. Quelqu'un fait couler de l'eau dans baignoire. Mais il oublie d'arrêter l'eau si bien qu'elle déborde par terre. Il y a tellement d'eau qu'il faut absolument mettre les affaires ailleurs, pour les mettre en sécurité. Je ne retrouve plus mes affaires. Elles ont été mises en vrac dans un lieu de sécurité. Je n'arrive pas à retrouver le sac noir où je mets mes médicaments. C'est un peu la pagaille, la panique.

E♀ : Est-ce que tu as vu les inondations en Bretagne ?

Il y a eu une légère inondation hier, quand j'ai fait marcher ma machine à laver. J'ai oublié de remettre en place le tuyau d'évacuation. Je voulais nettoyer derrière et j'ai oublié. Quand je suis revenu dans la cuisine, il y avait de l'eau partout. Ce n'était pas très grave ! Ce qui peut être lié à l'inondation, c'est le fait que j'ai changé les WC. Ils avaient tendance à fuir, il arrivait que, quand je revenais de la campagne après une semaine, de voir plein d'eau partout.

E♀ : C'est un rêve qui est nourri déjà par des faits réels ?

Oui.

V♀ : Cela me faisait penser aux affaires que je dois ranger.

En effet j'ai des affaires à ranger. Oui, je dois faire le tri dans ma vie. Peut-être que c'est la valise que je traîne derrière moi et dont je dois me libérer. Il faut que je jette des choses. Il y a deux ans j'ai perdu ma psy et je me suis retrouvé à la retraite. Donc j'ai un changement de cadre personnel complet. Donc s'adapter, ce n'est pas évident. Donc il faut que je fasse le tri pour pouvoir.

E♀ : Trouver ta boîte de médicaments, c'est important.

J'ai arrêté les médicaments depuis deux mois. Cela peut-être dire que je dois laisser tomber les médicaments. Habituellement je mets mes médicaments dans un petit sac noir et là je ne le retrouvais plus. C'était une panique.

E♀ : Tu sais que tu n'en as pas besoin, mais cela te sécurise.

C'est possible.

X♂ : Cela peut être aussi que tu ne veux plus utiliser ce sac noir.

J'aimerais bien.

X♂ : Le rêve est un désir.

Cela m'est arrivé de ne pas prendre une goutte le soir et j'ai très bien dormi.

V♀ : Tu dis que tu as trop d'affaires.

J'en ai trop pour pouvoir les emmener à l'aéroport... J'essaie de faire du tri, d'emmener ce dont je ne me sers pas là, à la campagne. Et à la campagne, les affaires de ma mère, n'ont pas bougé. Je vais les donner à quelqu'un ou à Emmaüs.

V♀ : C'est dur !

J'aime bien faire du tri. Objectivement si je n'ai pas utilisé un objet depuis dix ans, je peux m'en débarrasser. Le manteau de vision de ma mère, cela m'embête de le donner, je sais que cela n'a pas de valeur.

E♀ : Cela revient à la mode.

V♀ : Tu vas avoir Brigitte Bardot sur le dos.

S♀ : Si c'est de la qualité, tu peux le mettre en dépôt vente. Il y en a qui font des couvertures pour les lits.

C'est peut-être aussi symbolique, il faut que je sois dans le lâcher-prise. J'ai tendance à garder les choses, les affaires de ma tante, de mes parents...

S♀ : C'est le syndrome de Diogène.

Par contre je ne veux pas donner ce qui a de la valeur. Il faut peut-être que j'arrête les médicaments.

E♀ : Tu peux faire un jour sur deux.

C'est ce que j'ai fait, puis un jour sur trois. Je prends une demi-goutte de Tercian le soir pour dormir. J'ai plein de chats à la campagne, à demi sauvages. J'ai noté une chose depuis que j'ai perdu Graciela. J'ai eu une chute d'air, comme vous aurez compris. Je ne me sentis pas bien pendant un moment. Cela va mieux. Je rêve beaucoup plus. Du temps de Graciela, j'avais un rêve tous les 15 jours. Elle me demandait toujours si j'avais un rêve. Là je peux regarder mon carnet, j'ai quasiment rêvé tous les deux jours.

E♀ : Du temps de Graciela, tu n'étais pas sous antidépresseurs. La dépression fait rêver énormément.

X♂ : La dépression, c'est une suractivité cervicale.

M♀ : Est-ce que Graciela vient dans tes rêves ?

Non, très peu. C'est étonnant. Cela fera deux ans vendredi qu'elle sera partie. Une messe est donnée à Sainte-Jeanne de Chantal. Je rêvais beaucoup de mon travail, maintenant moins. Je rêvais beaucoup de Sarcelles où j'ai vécu mon enfance et je rêve moins, depuis que j'ai vendu le garage. Sarcelles était très symbolique de mon enfance.

E♀ : C'est un dossier classé.

Je me disais qu'en vendant Sarcelles, j'allais liquider cette affaire-là, visiblement cela a marché.

V♀ : Parfois se séparer de certaines choses, c'est plus facile qu'on ne le pense.

Il faut faire les choses pas à pas. J'ai pris une avocate, une amie qui fait les choses gratuitement, j'ai suivi ses conseils. Le locataire ne payait plus depuis dix ans, finalement il a craché. Il a reçu une sommation à payer d'un huissier. Il a accepté d'acheter le garage et l'affaire a été faite.

E♀ : Il a eu l'impression de faire une bonne affaire, sinon il n'aurait pas fait solde de tout compte.

Il a économisé quatre ans de loyer.

E♀ : Tu as fermé le dossier litigieux.

X♂, est-ce que tu as fait un rêve cette nuit ?

* * *

X♂

Oui, j'ai fait un rêve qui m'a réveillé cette nuit. Donc un rêve d'importance. Je suis en voyage, en Russie. Je suis dans un groupe, en hôtel, il faut négocier. C'est l'ambiance de la Russie de l'époque, il y a 52 ans. Tout est faux, tout ment, les interlocuteurs. Les dés sont pipés. A la fin je m'énervé et je me réveille. C'est facile à comprendre. Hier, j'étais au restaurant et j'étais en pétard, car il y avait une ardoise à payer.

E♀ : Tout s'explique.

Problème de boulot.

H♂ : Tu as projeté tes problèmes sur la Russie, c'est un écran de projection.

Je rappelle que le boulot du rêve, c'est de dormir, il a raté.

H♂ : Peut-être que la Russie, c'était prémonitoire, avec M♀.

Cela me faisait référence à une ambiance que j'ai connue, russe. C'était rue Boissière. A l'époque soviétique, tout le monde surveillait tout le monde, personne n'était sincère. Une insincérité totale et une hypocrisie totale.

H♂ : Tu es envahi en ce moment par des gens insincères...

Ah oui, les embrouilleurs. Ma nature a horreur de l'insincérité.

H♂ : Tu peux te demander comment tu es arrivé à la situation d'hier soir ?

C'est une faute de ma part. Quand on est en colère, en général on est

en colère contre soi. C'était un endroit connu, des gens du Rallye ont peut-être oublié de payer ou c'était par malhonnêteté. Régulièrement il n'y a pas de problème là-bas. Cochet a eu le même problème. Cela m'oblige quand les gens arrivent à die : « tu paies d'abord, je te salue ensuite ».

H♂ : La confiance n'exclut pas le contrôle. Est-ce que pour terminer, on peut vous demander ce que vous pensez de la soirée ?

O♀ : Je ne peux définir aujourd'hui, il me faut revivre.

M♀ : Moi, je veux dire que depuis la guerre froide, c'est toujours la faute des russes. Donc c'est normal que cela se passe en Russie.

H♂ : Visiblement c'était un rêve compensatoire, tu étais tellement énervé hier.

Équipe de « SOS Psychologue

A LIRE

REPONSES AUX QUESTIONS (TOME 1)

de Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE

Disponible à la vente (20€) sur www.thebookedition.com (sciences humaines/psychologie)

Résumé : L'auteur propose une approche vivante et passionnée pour transmettre son expérience d'une psychologie vécue au quotidien. Elle nous offre de partager sa vision dynamique des changements des profils individuels et de la société. « Réponses aux questions » est organisé par thème. Les thèmes ont été publiés dans la lettre de SOS, le volume 1 reprend les thèmes des numéros de mars 1994 (n° 1) à août 1998 (n° 45).

REPONSES AUX QUESTIONS (TOME 2)

de Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE

Disponible à la vente (20€) sur www.thebookedition.com (sciences humaines/psychologie)

Résumé : L'auteur propose une approche vivante et passionnée pour transmettre son expérience d'une psychologie vécue au quotidien. Elle nous offre de partager sa vision dynamique des changements des profils individuels et de la société. « Réponses aux questions » est organisé par thème. Les thèmes ont été publiés dans la lettre de SOS, le volume 2 reprend les thèmes des numéros de septembre 1998 (n° 46) à octobre 2002 (n° 80).

Graciela Pionon-Cimetti
de Maleville
**REPONSES
AUX QUESTIONS**
tome 1



Graciela Pionon-Cimetti
de Maleville
**REPONSES
AUX QUESTIONS**
tome 2



REPONSES AUX QUESTIONS (TOME 3)

de Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE

Disponible à la vente (20€) sur www.thebookedition.com (sciences humaines/psychologie)

Résumé : L'auteur propose une approche vivante et passionnée pour transmettre son expérience d'une psychologie vécue au quotidien. Elle nous offre de partager sa vision dynamique des changements des profils individuels et de la société. « Réponses aux questions » est organisé par thème. Les thèmes ont été publiés dans la lettre de SOS, le volume 3 reprend les thèmes des numéros de novembre 2002 (n° 81) à août-septembre 2008 (n° 120).

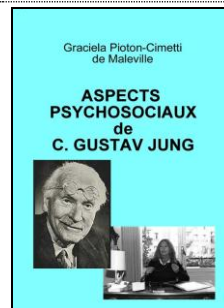


ASPECTS PSYCHOSOCIAUX DE C. GUSTAV JUNG

de Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE

Disponible à la vente (30€) sur www.thebookedition.com (sciences humaines/psychanalyse)

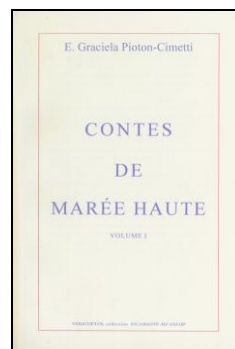
Résumé : L'auteur nous invite à la découverte vivante de la psychologie de C. Gustav Jung dans la vie actuelle. Carl Gustav Jung est un médecin, psychiatre, psychologue et essayiste suisse né le 26 juillet 1875 à Kesswil, canton de Thurgovie, mort le 6 juin 1961 à Küsnacht, canton de Zurich, en Suisse alémanique. Fondateur du courant de la psychologie analytique, Jung a profondément marqué les sciences humaines au XXe siècle.



CONTES DE MAREE HAUTE de Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE

Disponible à la vente (20€) auprès du secrétariat de l'association (06 86 93 91 83)

Résumé : Pourquoi les appeler *Contes de marée haute* ? Parce qu'ils sont nés au moment de la marée haute du désir. Ce désir qui est comme une lumière et se répète en forme de trajectoire placée entre la pulsion et le fantasme. Ce sont des contes nés de la dimension d'aimer, insérés dans des structures archétypiques, dans des paysages inconscients, toujours vivants, symboliques et inépuisables. Je ne sais pas qui est l'écrivain en moi. Toujours est-il que je suis en train de vivre ces contes. Les personnages n'ont pas envie de partir et je ne peux pas les chasser, car ce sont mes amis, mes guides, mes compagnons de route. J'écris ces lignes depuis le quatrième étage au 68 du boulevard de Courcelles tout en écoutant de la musique grégorienne. Cette histoire ne se terminera jamais. Il se trouve, régulièrement, un personnage nouveau qui émerge à l'horizon du désir et qui demande un espace, une parole. Puisse la marée haute l'engendrer...



NICANOR ou « FRAGMENTS D'UNE LONGUE HISTOIRE VERS LA MAREE HAUTE DE LA VIE » de Graciela PIOTON-CIMETTI de MALEVILLE

Disponible à la vente (26€) auprès de l'association (06 86 93 91 83) et sur www.publibook.com

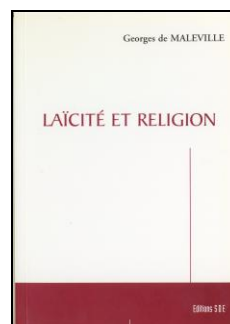
Résumé : "Les souvenirs arrivent et un goût de certitude, de compréhension effective reste en moi. Laura, Lila... La seule chose qu'elles eussent en commun était ce regard désespéré adressé aux autres afin de savoir si elles existaient. Lila à cause de sa surdité recherchait dans les regards des réponses. Laura recherchait la reconnaissance de son existence au travers d'un corps, habillé dans ses misères par les meilleurs couturiers du monde. Lila ne s'inquiéta jamais de l'impression que les autres pouvaient avoir d'elle. La seule chose qui pût l'intéresser, et qui l'intéresse encore est de garder sa dignité." Lila et Laura. "Je" et "Elle". Et, entre ces pôles, l'écriture balance, tangué, se faisant tour à tour chroniques et confessions, oscillant aussi entre le mondain et l'intime. Mouvements de va-et-vient, de ressac, qui emporte avec lui les catégories du vrai et du faux, du vécu et du fantasmé, pour créer une œuvre labyrinthique. Un roman-dédale aux sables (é)mouvants, qui relate une double destinée féminine avec, pour toile de fond, les bouleversements historiques mondiaux.



LAÏCITE ET RELIGION de Georges de MALEVILLE

Disponible à la vente (15€) auprès du secrétariat de l'association (06 86 93 91 83)

Résumé : Ce livre est né d'une constatation : celle dans le monde de l'Europe occidentale, et spécialement en France, où l'irréligion est omniprésente, et domine à ce point la culture que toute manifestation de foi religieuse apparaît comme incongrue, bizarre, voire franchement suspecte. Il n'en a pas toujours été ainsi. Le phénomène, au contraire, est relativement récent et remonte au plus à un siècle et demi. Comment en est-on arrivé là, à partir d'une « chrétienté » où les Papes déposaient rois et empereurs à leur guise ? A qui incombe la responsabilité de cet agnosticisme total ? Et surtout quel est son avenir ? Va-t-on assister durablement à l'instauration d'une nouvelle ère, où la religion comptera pour rien dans la société ? Ce livre ne prétend pas apporter de solutions tranchées, tout au plus indique-t-il des voies de recherche. Mais les questions, elles, sont franchement posées, et elles demeurent.



Bon de commande

à retourner au secrétariat de l'association SOS Psychologue
84, rue Michel-Ange 75016 Paris - Tél : 06.86.93.91.83 - 01.47.43.01.12

M. Mme, Mlle _____

Adresse _____

Téléphone _____ Email _____

Ouvrages commandés

Réponses aux questions (tome 1) de Graciela Píoton-Cimetti de Maleville _____ ☐ 20 €

Réponses aux questions (tome 2) de Graciela Píoton-Cimetti de Maleville _____ ☐ 20 €

Réponses aux questions (tome 3) de Graciela Píoton-Cimetti de Maleville _____ ☐ 20 €

Aspects Psychosociaux de C. G. Jung de Graciela Píoton-Cimetti de Maleville _____ ☐ 30 €

Contes de Marée Haute de Graciela Píoton-Cimetti de Maleville _____ ☐ 20 €

Nicanor de Graciela Píoton-Cimetti de Maleville _____ ☐ 26 €

Laïcité et religion de Georges de Maleville _____ ☐ 15 €

Mode de paiement

Montant total de la commande (€) : _____ (hors frais de port)

Espèces : ☐ par chèque : ☐

Date : _____ Signature : _____

AVIS AUX LECTEURS

L'équipe de SOS Psychologue est prête à recevoir toutes vos réactions à ce numéro ainsi que vos suggestions ou même des articles pour le thème du prochain numéro :

« à définir ultérieurement »

Vos remarques sont précieuses pour être plus à l'écoute de vos interrogations et tenter de mieux y répondre. Elles pourront être publiées ultérieurement, avec votre accord *.

Ce numéro, fidèle à l'esprit de l'association, a pour objectif de vous accompagner dans vos réflexions sous forme d'une information pratique et plus applicable que des discours théoriques. Nous espérons que vous trouverez dans la diversité des articles et des auteurs le style et le contenu auxquels vous serez le plus sensible.

L'équipe de SOS Psychologue

*: vous pouvez transmettre vos remarques et suggestions par écrit, par e-mail ou par téléphone (coordonnées ci-dessous)

STRUCTURE DE L'ASSOCIATION

Siège social :
6, rue des Tournelles
92290 Châtenay-Malabry
☎ 06 86 93 91 83

email : sospsy@sos-psychologue.com

Présidente :

† Graciela PIOTON-CIMETTI de
MALEVILLE

Docteur en psychologie clinique
Psychanalyste, sociologue et sophrologue
Chevalier de la Légion d'honneur
Site personnel : www.pioton-cimetti.com

Vice-président :

† Georges de MALEVILLE
Avocat à la cour

Secrétaire général et Trésorier

Hervé BERNARD
Ancien élève de l'École polytechnique
Psychologue en formation

Relations publiques

Marie-Christine NOIR

Réponse clinique

Hervé BERNARD

Webmaster (site Internet) :

Hervé BERNARD

Recherche et investigation

Graciela PIOTON-CIMETTI

Philippe DELAGNEAU

Traduction français/espagnol

Daniel BOSCO

Comité de rédaction :

Graciela PIOTON-CIMETTI

BUT DE L'ASSOCIATION

Créée en août 1989, S.O.S. PSYCHOLOGUE est une association régie par la loi de 1901. C'est une association bénévole animée par une équipe de spécialistes qui vise à apporter aux personnes une réponse ponctuelle à leurs difficultés d'angoisse, d'anxiété, de relation ou de comportement.

Les intéressé(e)s peuvent alors contacter l'Association lors des permanences téléphoniques pour un rendez-vous pour une consultation gratuite d'orientation.

**Demande de rendez-vous /
réponse téléphonique au :
06 86 93 91 83**



Vous pouvez consulter notre site
et la lettre quadrimestrielle
sur Internet :

<http://www.sos-psychologue.com>

ACTIVITÉS DE L'ASSOCIATION

L'Association organise des soirées à thème pour mieux faire connaître la psychologie et l'aide qu'elle peut apporter dans la connaissance et la compréhension de soi-même. Parmi les thèmes envisagés : l'analyse des rêves, la sophrologie, le psychodrame.

D'autre part, un travail analytique sur des problèmes quotidiens ou bien des questions générales peuvent être proposés et chacun apporte son témoignage. Il est également possible de définir un thème de travail en fonction de la demande de nos adhérents.

AGENDA

Prochaine réunion de groupe :

Mercredi 3 septembre 2025

Mercredi 1^{er} octobre 2025

à 20h

Réservation obligatoire par téléphone
au 06.86.93.91.83

- en indiquant le nombre et les noms des participants
- se renseigner sur le code d'accès

*Direction de la Publication :
équipe de SOS Psychologue*