

SÉANCE D'ANALYSE DE RÊVES OCTOBRE 2018

* * *

Conventions

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

* * *

RÉPONSES AUX QUESTIONS

N♀ : Je n'ai pas de question, mais je peux raconter une histoire. Cela intéressera, je pense, Graciela. Par hasard, j'ai eu un entretien, mais pas privé, on était une vingtaine de personnes, avec un médecin psychiatre, que tu connais sûrement, Jacques Federmann, un strasbourgeois, qui est devenu un homme politique. Il a eu une attitude très particulière, dès qu'il a ouvert son cabinet. Pour des raisons politiques, il estimait qu'il devait rendre 50% de ce qu'il gagnait à d'autres. Et il considérait que ne venaient à son cabinet que des gens fortunés. Il a ouvert son cabinet aux migrants. Il les a aidés pour les papiers avec sa femme. Et, sur le plan psychiatrique il les a soignés. Des médecins psychiatres saucissonnent, avec l'esprit, le corps, etc. Il avait une méthode orientale, en traitant la totalité. Comme ils étaient migrants, son premier souci, c'était l'absence d'identité, survivre, etc. Cela crée des maux particuliers et il en a toujours tenu compte. Il parlait de l'éthique du médecin. Comme en latin cela désigne l'hospitalité, la première chose qu'il devait faire, puisque les pauvres ne pouvaient pas venir à lui, car cela ne venait pas à l'esprit comme possibilité pour s'en sortir, c'est lui qui est allé les chercher.

Cette histoire est merveilleuse. L'année prochaine, en octobre, SOS Psychologue va avoir 30 ans. J'ai fait la même chose en voulant aider tout le monde. C'est pour cela qu'on reçoit une quantité importante d'appels téléphoniques pour résoudre des questions. Par téléphone j'ai découvert comment on peut aider à résoudre des cas. J'ai vu des toxicomanes qui arrivent à se soigner. J'ai eu une patiente en Argentine par téléphone que je n'ai jamais connue, qui était en couple. Je lui ai dit que si elle ne quittait pas ce couple, la prochaine fois elle irait à l'hôpital. Je reçois un appel 4 ans après en Argentine. Elle me dit qu'elle ne m'avait pas appelé avant car elle n'était pas capable de le laisser : « Maintenant j'ai fait ce vous avez dit et je suis libre, je sens pour la première fois que la vie est en moi ». Elle a eu un certain plaisir à rester avec celui qui lui faisait du mal. En quinze jours un toxicomane est allé dans le XVIIe faire une cure, c'était un jeune homme de 27 ans. Quand il a appelé ici, il était complètement dans la drogue.

L♂ : Je voudrais parler de l'avenir de la psychiatrie en France, car elle a été vivement critiquée. On dit que la psychiatrie est le parent pauvre de la médecine. Où est-on en France actuellement ?

Actuellement les moyens en psychiatrie en France manquent. 90% de la pathologie, de la symptomatologie est psychiatrique ou psychologique. Je considère que dans une maladie, même un rhume ou une lombalgie, si on affine, on voit qu'il y a un déclencheur qui a abaissé le niveau d'immunité.

N♀ : Je suis d'accord à 100% avec ce que tu dis. Je pense à un ouvrage de Michel Odoul : « Dis-moi où tu as mal, je te dirais la nature de ton mal ! »

C'est très important de pouvoir se questionner. Quel facteur a déclenché cette situation physique en moi ? Je connais une personne, qui, au moment où son mari est décédé, a dit : « J'aimerais, comme les femmes indoues, être brûlée avec mon mari ». Elle s'est dit que cette pensée allait la détruire, un an plus tard elle avait un cancer du sein, c'était trop tard, dont elle est guérie complètement, cela s'est passé il y a douze ans. L'image peut être un déclencheur. Un rhume tout simple, c'est incroyable. Posez-vous toujours la question : quel est le déclencheur de mon symptôme ?

H♂ : J'avais une question. Cela n'est pas facile à formuler. Peut-on appliquer les rêves aux groupes sociologiques ? Peut-il y avoir des remontées de l'inconscient, des pensées latentes dans un groupe ?

Imagine toi que tu es témoin, par exemple dans les soirées SOS, un thème se répète. J'applique dans les groupes en sociologie l'étude des rêves. Ce n'est pas seulement la connotation

psychologique. Beaucoup de rêves sont le produit d'une société. Quand je parle des rêves au plan de l'objet, je fais référence au quotidien. Par exemple, dans une société qui va mal, beaucoup de rêves manifestent le mal-être et t'amènent à travailler la sociologie du travail, à la psychologie sociale. On applique l'étude des rêves à tous les niveaux. J'ai des groupes de la douleur, à Londres. Comment se travaille la douleur ? C'est par l'échange de communication sur la douleur. On voit par exemple que l'autre souffre beaucoup plus que nous. Il y a alors une réduction de la peur. Je ne sais pas si j'ai répondu à ta question.

H♂ : En partie.

On peut appliquer l'étude des rêves à des problèmes institutionnels. Je me dirige vers des groupes sociaux. A Nantes, quand il y avait Marc Cabanne...

H♂ : On peut donc appliquer l'étude des rêves au niveau de la famille, du travail, d'une communauté.

Oui, parce que l'inconscient ne ment jamais. C'est l'expression de tout ce qui se passe. L'inconscient exprime ce que la conscience peut recevoir. Il envoie le message. C'est pour cela que c'est important de l'interpréter. Au niveau institutionnel, beaucoup de choses peuvent se régler au niveau du comportement. Il peut y avoir un problème entre celui qui dirige et le second. L'étude des groupes sociaux exprime une réalité profonde.

L♂ : C'était une bonne question. On dit que la conscience peut tout, mais ne dit rien, alors que l'inconscient ne peut pas. Tous les matins je me dis devant le miroir : « Ensemble, le conscient et l'inconscient ». Et ça marche ! Je suis mon propre psy. On n'est jamais mieux aidé que par soi-même.

Je fais travailler certains patients avec la glace. Je fais travailler la colère, beaucoup de choses de la personnalité, pour éviter le choc dans la réalité. Cela permet de ne pas entrer dans la violence, c'est une décharge.

G♀ : J'avais une question. Je me demande si on rêve plus quand on est jeune que quand on prend un certain âge. Avant je rêvais beaucoup et maintenant je ne rêve plus. Je ne sais pas si c'est le social.

On rêve tout le temps. La question c'est qu'on ne se souvient pas des rêves si on ne les écrit pas. Prends l'habitude d'écrire, comme une discipline de vie. Quand l'inconscient envoie un message, c'est que la conscience est en état de recevoir le message. Quand on l'interprète, le message passe à la conscience et travaille. On rêve depuis la naissance et même dans le ventre maternel. La discipline, en écrivant les rêves, permet peu à peu de se construire. A travers le temps on arrive à comprendre comment fonctionne notre inconscient et à le voir comme un ami merveilleux. C'est rarissime que peut apparaître un rêve drôle.

L♂ : Il peut arriver des rêves cauchemardesques. Quand vous dites qu'on rêve tout le temps, cela veut dire qu'ils partent très vite le matin.

Je dis toujours qu'il faut garder près de son lit un petit cahier.

P♂ : C'est comme si on devait se préparer à l'accueillir. On prend un cahier, un stylo.

H♂ : Il faut avoir une discipline. C'est une question d'entraînement.

P♂ : Il n'y a pas de viol de l'inconscient.

Non, l'inconscient envoie le message si la conscience est préparée. A des moments difficiles de notre vie, apparaissent beaucoup de rêves qu'on n'arrive pas à tous écrire. C'est un moment où il faut être bien attentif. Quand tu racontes un rêve pour l'interpréter, il faut trouver la clé, pour comprendre le sens du message.

L♂ : Je dors très peu. Est-ce que je rêve moins ?

C'est à la fin du sommeil que les rêves apparaissent le plus. Avant de se réveiller, ce sont les rêves les plus clairs. Pendant le sommeil profond, la courbe est presque plate. Mais quand on rêve, on a le même tracé que pendant la journée, quand le cerveau est ouvert. Cela vient du fait que le rêve est une activité majeure. Maintenant on passe aux rêves ! Donc, ton rêve, G♀, si tu t'en souviens !

* * *

ANALYSE DE RÊVES

G♀

Je me souviens de mes rêves anciens, qui étaient très puissants. J'ai un rêve que je n'oublierai jamais, quand

j'avais huit ans au Venezuela. C'était un rêve où je perdais une chaussure. Et je devais sortir absolument et je ne retrouvais pas ma chaussure. Je devenais désespérée à chercher ma chaussure. Ou bien je sortais dans la rue et je perdais mes chaussures. Et j'ai passé des années de ma jeunesse à rêver de chaussures, puis cela a disparu.

La répétition est présente car il manque l'interprétation. Tu n'a pas compris. La clé de ton rêve est très simple. Le rêve est important, non au moment où on le rêve, mais quand on l'interprète. Cela veut dire que ton rêve est important aujourd'hui. La perte d'une chaussure, c'est perdre le contact avec la réalité. Ne pas avoir les pieds sur terre.

Il doit y avoir une raison pour laquelle ce rêve a disparu.

N♀ : *Peut-être parce que vous avez été plus sur terre, plus réaliste.*

A cette époque y a-t-il eu un problème que tu as pu résoudre ?

Exactement il y a eu un grand changement dans ma vie.

P♂ : *J'ai une question. Il y a le rêve et son interprétation, mais qui a la clé ?*

L'inconscient envoie la clé.

N♀ : *Je voudrais apporter un témoignage. Au début je ne connaissais pas du tout. Je suis venu longtemps, au début. Et l'interprétation, je l'ai toujours eu ici. Il y avait pas mal de thérapeutes. Chacun avait son idée sur mon rêve. Il y en avait toujours un avec qui il y avait une résonance. Pas forcément l'un ou l'autre. Il faut faire confiance et on progresse beaucoup. Il faut savoir écouter sa résonance. Ici, on apprend beaucoup.*

P♂ : *On apprend beaucoup et on ré apprend.*

J♂, ton rêve !

* * *

J♂

La dernière fois, c'était un cauchemar. Cette fois-ci, c'est un rêve, d'une précision incroyable, un peu comme un film de cinéma. Cela ne ressemble pas à un rêve, car tout est précis, comme dans la vie normale, tout est plausible. Je suis au volant d'une voiture, dans la campagne, entre chiens et loups. Je suis invitée dans une soirée, dans la campagne, sans âme qui vive, sans maison. J'arrive dans une espèce de ranch, avec des enclos, des chevaux, avec quelques voitures, avec de la lumière. Je rentre à l'intérieur, il y a plein de gens. Une soirée sympathique. Je vois une femme, devant moi, très grande, blonde. Je vois encore son visage et je ne la connais pas. Dans la réalité je ne l'ai jamais rencontrée. C'est un visage que j'ai inventé. Elle me dit « J♂, comment ça va ? » Je suis un peu gêné « Excuse-moi, quel est ton prénom ? ». Elle répond « Bernadette ». Je lui dis que Bernadette ne me dit rien du tout. Je lui dis que peut-être on a du se croiser. A ce moment une tierce personne, grande, cheveux bruns, une quarantaine d'années, s'amuse un peu de la situation. Elle me regarde et promène un regard amusé sur la foule. Du coup je commence à parler avec elle. Dans sa tête, cela tourne très vite, elle est véloce intellectuellement. Et à un moment, je ne sais pas pourquoi elle dit que tout le monde va se coucher. On va se coucher. Il y a des chambres partout, certains même dorment par terre, car il y a beaucoup de monde. Et donc je m'endors. Le lendemain matin, il est presque onze heures ou midi, j'entends du bruit dehors. Je vois une table dressée et tous les gens autour. J'arrête un peu car je n'arrive pas à parler.

Donc tu te réveilles. Continue !

Je vois beaucoup de gens et je retrouve mon interlocutrice. Ce qui est bizarre, c'est que je n'arrive pas à me souvenir de son visage. Autant de la première, je m'en souviens, mais elle non. Et elle me dit qu'elle a envie d'aller se promener, en voiture. Je la suis. On arrive à une voiture et je pensais que c'était la sienne. Elle me dit que je n'aurai qu'à conduire. Je monte et les clés étaient prêtes pour le voyage. Nous voilà partis. C'était dans la campagne avec beaucoup de virages. Je ne sais pas trop où on allait. Elle me dit qu'on va arriver dans un village et que je vais pouvoir la laisser là, car elle va prendre son train et rentrer chez elle. Je lui dis « et votre voiture ? ». Elle me répond que ce n'est pas sa voiture. Je suis angoissé car je me demande à qui j'ai pris la voiture. Elle me dit que ce n'est pas grave, que j'ai juste emprunté la voiture. Je la dépose. Elle court, elle disparaît et telle Cendrillon, elle laisse tomber quelque chose. Ce n'est pas un soulier, c'est un bout de papier. Je me dis que c'est peut-être un téléphone. Mais sur le papier cela ne ressemble à rien. Et là je m'en vais. Je me réveille. Et je ne suis pas déçu de ne pas avoir de téléphone, mais je suis rassuré pour la voiture. Voilà mon rêve, très précis.

Je te donne l'interprétation, ensuite on procédera aux questions. C'est un rêve de

recommencement d'une vie sentimentale, à partir de zéro, car la clé est dans la voiture. Les femmes qui apparaissent dans le rêve, ne sont pas des femmes que tu connais.

Non.

Ces visages que tu vois, c'est l'immersion dans l'inconnu. Le thème c'est la femme, une nouvelle vie.

Il serait temps !

L'inconscient ne ment jamais. C'est un rêve extraordinaire, car c'est une position absolue. Le thème est la femme.

L♂ : *C'est la femme sans visage.*

Peut-être.

Ce n'est pas que la femme que tu vas rencontrer, va avoir son visage. Toutes les femmes dans ton rêve, sont inconnues. Tu ne reconnais aucune des femmes dans ton rêve.

Et en plus le rêve se passe au milieu de nul part.

Cela veut dire n'importe où. La voiture représente le moi dynamique qui apporte le changement. Tu es préparé pour commencer une nouvelle vie sentimentale. Cela t'amène à te poser une question : qui véritablement est le propriétaire de cette voiture ? Peut-être dans ta vie il y a une personne qui a changé de vie, peut-être ton ex femme. A♂, votre rêve !

* *
* *

A♂

Ce n'est pas un rêve précis. Mais il m'est arrivé souvent de faire un cauchemar dans une situation très pénible, car des gens voulaient me faire du mal. Et j'arrivais à me réveiller en me disant que je rêvais. Cela prenait un certain temps, mais j'arrivais à me sortir volontairement du rêve. Est-ce possible ?

C'est absolument possible. Mon premier mari, le père de mes enfants, était un officier dans la marine. Une fois il a reçu dans son cabinet, car il était aussi médecin psychiatre, une personne qui était dans la dictature militaire. Et il voyait sortir une voiture qui tirait avec un pistolet. Donc il courrait derrière pour l'attraper. Il avait peur dans le rêve. Il s'est dit : « Je suis en train de courir, donc ce n'est pas moi, je rêve ». Car il était incapable de faire le moindre geste de gymnastique. Si on est paisible, on peut couper un cauchemar. Quand le cauchemar nous déborde, c'est que la puissance de l'énergie est tellement grande qu'on n'est pas bien, on peut couper. J♂, je vais te dire, c'est un rêve très important. Tu voulais me dire quelque chose.

J♂ : *Il m'est arrivé de faire un rêve qui me dérangeait. Je me disais que j'espérais que c'était un rêve. Il m'est arrivé le contraire, comme par exemple j'ai gagné au loto, en me disant « J'espère que ce n'est pas un rêve ». Même dans le rêve, tu te poses la question.*

On peut se réveiller.

H♂ : *J'ai une question. Cela m'est arrivé plusieurs fois dans les rêves d'avoir une situation d'enfermement, un peu dangereuse. Pour échapper, j'essayais de me réveiller. Et j'avais beaucoup de mal, avec beaucoup d'angoisse. Je poussais pour me réveiller. Parfois j'y arrivais, parfois non.*

C'est un cauchemar ! Si le message n'est pas terminé, il continue.

H♂ : *C'est désagréable, avec l'impression d'être dans une prison.*

Je ne sais pas si vous avez eu l'expérience de vouloir courir et de ne pas arriver à bouger les jambes. Mais cela arrive. Ton rêve, O♂ !

* *
* *

O♂

Je n'en ai pas. Je ne me rappelle plus.

C♀, ton rêve.

* *
* *

L♂ : *Il faut répondre par l'irrationnel.*

N♀ : *Là où elle ne t'attend pas.*

On a fait tout ce qu'on a pu faire, maintenant on attend. Je vais dire mon rêve.

* * *

Graciela

Je rêve de Doris Daucourt, une amie à moi, très féminine. Elle est professeure de danse. Je n'ai pas l'air d'être assez débrouillarde et assez fine pour suivre son cours. Je pense que je me sens plus apte pour le karaté.

N♀ : *Le karaté, c'est pour la défense.*

Je suis ceinture noire de karaté. J'ai envie de sortir de ce cours une force de défense. La professeure de danse est très féminine, très dans la séduction, je suis le contraire.

N♀ : *Au contraire, tu es très féminine.*

L'année dernière, son mari est décédé. Donc je suis allée à Belfort pour l'accompagner.

H♂ : *Je suis aussi allé à Belfort il n'y a pas longtemps. Je me demandais si ton rêve était lié à mon histoire.*

L♂ : *Qu'as-tu fait à Belfort ?*

H♂ : *Je suis allé voir des amis que je n'avais pas vus depuis 40 ans.*

Je suis allée voir mon ami qui était décédé. Et elle pleurait de souffrir. Mais deux mois après, elle a amené son amant vivre à la maison.

N♀ : *Cela fait court. Tu m'avais raconté à Deauville l'histoire de la femme qui avait les yeux fermés. Et son ami avait amené son avocat.*

Oui, Chantal, que tout le monde connaît ici, Chantal Godard ! Si elle était si souffrante, comment a-t-elle pu ? Je ne peux pas juger. Mais mon rêve est très révélateur. Je préfère me battre. Je considère que cette attitude de se consoler comme ça, c'est beaucoup plus fragile que de se défendre.

I♀ : *Je suis danseuse. Quand je danse, je lâche prise. Je suis un peu évanescence, me moquant de tout autour de moi. Alors qu'avec le karaté, on a bien les pieds sur terre. On est dans la réaction.*

Cela m'étonne de sa part. Au plan rationnel je serais incapable de juger. Mais le rêve m'étonne. J'ai eu l'expérience d'être veuve aussi.

L♂ : *Un homme pense souvent rationnellement et une femme irrationnellement. Contre attaque de façon irrationnelle, joue son jeu ! J'ai eu une ex épouse qui était perverse. Donc je ne dis plus rien, cela se passe en souterrain. Je suis très pervers en défense.*

H♂ **ne peut pas être pervers, ce n'est pas dans son être.**

H♂ : *Ab, tu es pervers, L♂ !*

L♂ : *C'est une question de survie. Ce n'est pas de la comédie, c'est de la psychologie pratique.*

N♀ : *Que signifie avoir peur de tomber d'un pont ? Est-ce la peur de l'inconnu ?*

Non, c'est la chute dans le réel. Surtout quand on est enfant, car on n'a pas encore de défenses.

O♂ : *Que signifie un flash, avec l'impression d'avoir déjà vécu cette situation quelques mois après ?*

Dans l'inconscient il y a toute la mémoire, la philo onto genèse, c'est la totalité ce qui a existé, c'est la mémoire collective. Parfois émerge une image déjà connue du réservoir de l'inconscient. J'ai rêvé que je vivais dans une ville et qu'en face de la maison il y avait un arrêt de bus. Je l'ai cherché dans tous les pays du monde. Et l'année dernière j'étais sur le balcon du 114 où j'habite. J'ai reconnu l'arrêt de bus juste devant moi. C'était ici que je devais venir, faire ma vie.

L♂ : *C'était programmé.*

C'est fini !

Équipe de « SOS Psychologue