



# **Le dépassement du Mythe Personnel grâce à l'émergence du Soi dans le cadre de la blessure narcissique**

Mémoire d'Alexandra BARBIER

Tuteur : Jean-Luc VAN DEN BERGH

Soutenance : 6 mai 2022

# SOMMAIRE

Remerciements.....	4
Avant-propos.....	5
Introduction.....	7
Chapitre I – Le REL, les origines historiques.....	9
Le REL et la réconciliation des opposés .....	9
Le REL et la tradition chamanique .....	12
Chapitre II – Le REL et le chemin de l’Individuation Jungienne.....	17
Les phases typiques du processus analytique Jungien et le REL.....	17
La question du Transfert .....	22
La phase d’accueil.....	24
Le travail avec l’ombre .....	29
Le processus de l’Individuation .....	33
Les types psychologiques.....	45
Le pont vers la fonction inférieure .....	46
Le Soi du point de vue du conscient .....	48
La personnification du Soi .....	50
Chapitre III – Le Mythe Personnel .....	57
Le Mythe Personnel .....	57
Le sacrifice du Mythe Personnel.....	67
Chapitre IV - L’émergence du Soi et le dépassement du mythe du Héros Solaire sur le plan collectif .....	73
Le dépassement du Mythe Personnel dans les récits populaires.....	73
Transcender l’espace-temps et réhabiliter le pôle féminin.....	76
Restaurer le Libre Arbitre et intégrer la 4 <sup>ème</sup> dimension - le temps !.....	78
De l’Apocalypse à la Révélation.....	81
Conclusion .....	82

Annexe – Les rêves d’Antoine.....	85
L’Anamnèse .....	85
Rêve 1 - Le bus jaune .....	86
Rêve 2 - La prison .....	87
Rêve 3 - La rencontre avec la Dame .....	88
Rêve 4 - Le Léviathan .....	90
Rêve 5 - Le grand passage.....	92
Rêve 6 - Le sacrifice.....	94
Rêve 7 - Playmobil.....	96
Rêve 8 - Le Grand Saut.....	98
Rêve 9 - Rubik’s Cube .....	100
Rêve 10 - La pyramide Maya.....	101
Rêve 11 - La tente de guérison.....	105
Rêve 12 - L’Idéal.....	107
Bibliographie.....	110
Filmographie.....	115

## Remerciements

Je veux avant tout remercier ma famille qui a été d'un grand soutien dans ce travail, mon psychanalyste, Olivier, qui m'a accompagnée dans ma régénération, ainsi que mes professeurs et superviseurs en Rêve Éveil Libre : Jean-Luc, Florence et Gérard, Audrey, Nathalie et Françoise pour leurs remarquables présences et transmissions.

Sans oublier mes inspiratrices initiales pour entreprendre l'écriture : Paprika, Catherine M., Céline, Catherine J., Lydie, Floriane et le groupe des élèves de la formation au REL, ainsi que Nadine et les membres de l'ADREL.

Un merci tout particulier à Jean-Luc et Aude pour le suivi et le soutien qui ont considérablement enrichi mon année de recherches.

Et puis, un grand merci à tous ceux qui ont croisé mon chemin et ont contribué au murissement de ma posture thérapeutique, que ce soient les auteurs que je cite ou les patients qui m'ont fait confiance.

Merci.

Alexandra

## Avant-propos

Mon premier patient fut mon père. Sans savoir pourquoi, j'avais enregistré nos conversations téléphoniques, au nombre de vingt-deux, avant que son âme ne quitte son corps. « À demain » m'avait-il dit il y a plusieurs années maintenant. L'attente de ce « demain » devint pour moi l'euphémisme du travail de deuil. Un deuil extrêmement dur à faire, car sa maladie avait été foudroyante - entre l'instant où il me l'avait annoncée et la fin, il ne s'était écoulé que six mois. La guerre civile s'était déchainée dans mon pays natal et je n'avais pu me rendre sur place qu'une seule fois. Cette rencontre nous donna un sursis miraculeux de deux mois supplémentaires lors desquels nous eûmes de nombreuses conversations téléphoniques. Ces conversations inscrivent sa voix dans l'éternité numérique de mon enregistreur.

Tel un fil d'Ariane, cela m'a conduit vers la sortie du labyrinthe de la souffrance psychologique, par la voie du Rêve Éveillé Libre (REL) et du dialogue avec l'Inconscient, cette nature profonde et unificatrice qui constitue notre base fondamentale et omnisciente, la totalité du Soi.

Durant ces heures précieuses et insoutenables de l'écoute de son souffle et de son corps à l'agonie, je fus témoin de l'effacement progressif de la frontière entre sa conscience ordinaire et sa conscience onirique. À un certain stade il me décrivait en temps réel, en plein jour, les paysages et les événements de ses rêves très lucides. Il me semblait qu'il pouvait passer de l'état *bêta* des ondes cérébrales à l'état *alpha* en l'espace d'un instant, puis choisir délibérément de maintenir l'une ou l'autre de ces réalités. Leur intensité subjective était pour lui égale à un point tel que la mort en tant que concept de disparition de la conscience, de *sa conscience*, ne lui vint jamais à l'esprit et fut exclue dès le départ de nos échanges. Bien que ses poumons fussent détruits et qu'il ne lui resta que quinze pour cent de capacité respiratoire, il n'accepta jamais la fatalité de son cancer et le considéra comme « une longue et grave maladie à dépasser ».

Il mourût à l'âge de 62 ans un petit matin d'avril, 29 ans après sa mission de sauvetage à Tchernobyl, où il avait été sacrifié sur l'autel de l'ignorance et de la mesquinerie, comme un grand nombre des héros anonymes de l'Union Soviétique.

À cette époque c'est un bel homme de l'âge du Christ qui répondit à l'appel de son dieu intérieur et alla accomplir le travail que « personne d'autre ne pouvait accomplir à sa place »<sup>1</sup>. Cette conscience précoce pour son âge était déjà là pour répondre à ce concours de circonstances où il s'était retrouvé « au mauvais endroit et au mauvais moment ».

Malgré la contamination mortelle des radiations et l'absence de protections, ainsi que l'humiliation du rejet qu'il vécut ensuite, telle une blessure morale — l'indifférence et l'hypocrisie de l'état envers ses « sauveurs » — sa longévité a dépassé de loin celle de ses camarades. La raison fut sans doute son extraordinaire capacité à se réinventer et son désir d'apprendre de nouvelles choses en expérimentant une multitude de passions créatives. Les derniers mois de sa vie furent dédiés à l'apprentissage de l'art ultime : l'art de rêver éveillé.

« À demain » me dit-il la veille de son décès, tout simplement, et durant toutes ces années, j'ai cherché la possibilité de son intégration. Je me suis maintes fois demandé quelle avait été la raison pour laquelle il avait choisi de se sacrifier, et par là même de sacrifier sa famille, sa santé et son avenir. Quelle a été l'origine de son choix et surtout, quel a été l'impact de son expérience traumatisante et la contamination psychologique que j'ai subie, enfant unique, après son retour à la vie normale ? Et surtout, pourquoi sa mort devait-elle être aussi dramatique et impitoyable qu'avaient été les épreuves de sa vie ?

Quelques années plus tard j'ai été interpellée par une statue de Christ chauve dans l'église de Sainte-Croix de Bordeaux. J'ai réalisé que l'archétype du Christ, inconscient chez mon père, s'était réalisé en lui tel le destin. Il répondait à un mal-être profond et à une blessure du Père, l'abandon qui avait caractérisé toute son enfance, si semblable à celles de tous les *héros solaires*.

*Avant-propos rédigé le 24 avril 2021.*

---

<sup>1</sup> Voir la série qui décrit en détail les causes et les conséquences de ces événements. Mazin, Craig. *Tchernobyl* (série). 2019.

## Introduction

La plupart des patients que j'ai eu en cure à ce jour sont des narcissiques blessés dont la problématique s'exprime le plus souvent par des traits communs qui peuvent être l'isolement, la difficulté relationnelle avec leur environnement, l'angoisse, l'addiction, l'hyper sensibilité, les excès ou la provocation du thérapeute.

J'ai toujours ressenti un certain doute en mes propres capacités à les aider à s'affranchir de leur souffrance grâce à leurs rêves, qui ont souvent une nature puissamment archétypale et empreinte de symboles mythologiques relatifs au *héros solaire*, au *sauveur* et au *martyr*. Est-ce parce que leur cas crée un écho dans ma propre histoire et met à l'épreuve ma confiance en sa résolution possible ?

Le présent mémoire est la tentative de résolution ce doute. J'y procède à l'analyse d'une cure particulièrement importante dans mon cheminement de thérapeute, à l'aide du processus structurant d'alchimie interne, qui tend naturellement vers la différenciation des contraires et leur union finale, le processus de l'Individuation, dont Jung avait laissé les indices et descriptions des symboles oniriques, en tant qu'étapes sur le chemin initiatique. Ce sont les symboles qui apparaissent dans les rêves ayant une portée archétypale a priori énigmatique et hermétique.

**Dans le premier chapitre**, j'expose tout d'abord les origines historiques du Rêve Éveillé Libre, une thérapie psycho-analytique qui se base sur le principe de la réconciliation des contraires, s'inscrit dans les anciennes traditions initiatiques, tel que Chamanisme, le Taoïsme, etc. et qui demeure, avant tout, une méthode expérientielle, celle que la personne vit par elle-même.

**Dans le deuxième chapitre**, j'explore ensuite le processus d'Individuation du point de vue Jungien, en passant par les « types psychologiques », la « fonction inférieure » - qui demeure dans l'ombre, puis l'activation du « mythe intérieur », sorte d'idéal de soi qui « gouverne » le quotidien de l'individu à l'insu de sa volonté et le limite ainsi, lorsque l'Ombre n'a pas été suffisamment intégrée.

**Dans le troisième chapitre**, j'explore comment ce « mythe intérieur » peut être conscientisé et dépassé grâce à l'expérience du Rêve Éveillé Libre, principe de « laisser advenir » la totalité psychique - le Soi, qui se manifeste dans les rêves sous forme personnifiée ou abstraite (sous forme de chiffres, de figures géométriques, etc.). Ce « mythe intérieur » qui

semble apparaître notamment chez les narcissiques blessés démontre vraisemblablement la fêlure douloureuse de l'histoire personnelle du rêveur - et peut, de ce fait, dévoiler l'image erronée qu'il se fait de lui-même, ce « poison » qui renferme cependant son propre antidote, la clef de la guérison.

Le deuxième et le troisième chapitres sont enrichis par les rêves d'Antoine, un homme de 33 ans, homosexuel, qui ne dispose d'aucune connaissance des symboles religieux ou alchimiques. Il a une image très négative de lui-même, empreinte de culpabilité et de honte, conséquence de l'abandon par son père et de l'alcoolisme de sa mère. Il souffre d'addiction aux drogues « festives », d'une incapacité à établir des liens affectifs durables et de communiquer ses sentiments. Il produit des rêves nocturnes récurrents qui lui font subir une mort violente, qui imprègnent son quotidien d'une intense mélancolie. Ces caractéristiques réunies semblent illustrer le mal du narcissisme blessé.

**Le quatrième chapitre** va au-delà de la problématique du Mythe Personnel à l'échelle individuelle. Dans le cas d'Antoine, il s'agit du Héros Solaire, un pattern universel masculin, exprimé par le voyage, la mise à mort et la renaissance d'un roi, en général, associés au parcours du Dieu-Soleil Égyptien, Ra ou à la figure du Christ, mort et ressuscité. Je m'intéresse à l'émergence du Soi au niveau collectif, et à l'intégration du pôle féminin et la nouvelle compréhension de l'espace-temps que celle-ci entraîne, afin d'envisager les nouveaux paradigmes psycho-philosophiques pour l'avenir.

Dans **la conclusion** s'ensuit une comparaison des traits communs entre plusieurs sujets qui produisent ce type de rêves archétypaux, et le développement de l'hypothèse d'un réel dépassement de la « blessure narcissique » par ce travail d'alchimie interne, dont le Rêve Éveillé Libre assure naturellement la cohérence.

Au final, il s'avère que le Rêve Éveillé Libre est un formidable outil de mise en mouvement d'une alchimie interne chez le patient, efficace même dans les cas de sujets souffrant de traumatismes profonds, de blessures narcissiques sévères, ce qui demanderait une étude plus approfondie et plus large que le cadre de ce mémoire.

Ce travail a pour but d'amorcer une prise de conscience de l'avancement global du processus de l'émergence du Soi en tant que trame de fond au travers de l'ensemble de la cure, et notamment, des corrélations d'un processus alchimique universel avec la technique du Rêve Éveillé Libre pratiquée tel que le préconise Georges Romy.

# Chapitre I – Le REL, les origines historiques

## Le REL et la réconciliation des opposés

Le Rêve Éveillé Libre est l'œuvre de Georges Romey, psychologue français qui a développé cette méthode originale dans les années 1980 en prenant un virage décisif par rapport au Rêve Éveillé Dirigé, méthode préexistante que nous devons à Robert Desoille.

Bien que Georges Romey fit sa propre cure selon la méthode de ce dernier, plus tard, il affirma son opinion quant à cette directivité :

« (...) Aujourd'hui non seulement préjudiciable mais *impraticable*.  
J'ai conscience du paradoxe contenu dans l'ensemble de ces propos. Il est aisé de le dissiper en ajoutant que si le rêve éveillé dirigé est opérationnel, c'est *malgré* la directivité. »<sup>2</sup>

Il me paraît important de souligner que le mot « aujourd'hui » semble témoigner d'une certaine usure de la suprématie autoritaire que le praticien peut exercer en tant que guide sur l'analysé et la nécessité d'autonomisation de ce dernier.

Sa révolte légitime contre le système psychanalytique en vigueur à son époque, fruit de la société matérialiste et patriarcale aux rouages mercantiles et insensibles, destructeurs de la nature, nous témoigne pourtant d'un schisme vieux comme le monde.

Faisons un petit récapitulatif en commençant par la séparation semblable qui s'était produite entre Freud et Jung. Leur point commun essentiel fut la reconnaissance de l'Inconscient comme :

« Une réalité psychique fondamentale et désormais démontrable ».<sup>3</sup>

Outre leur désaccord sur la suprématie de la théorie sexuelle,

« Ce qui les sépara, ce fut, en gros, le fait que Freud se concentrait sur l'arrière-plan matériel, biologique de l'Inconscient, tandis que Jung préférait une formulation polaire, en ce sens où l'instinct (aspect

---

<sup>2</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 65.

<sup>3</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 66.

biologique) aussi bien que sa limitation (aspect « spirituel » ou culturel) appartiennent l'un et l'autre à la nature de l'inconscient, de même que l'explication causale des manifestations de l'inconscient doit être complétée par une explication quant à leur finalité ».<sup>4</sup>

La divergence des points de vue sur l'Inconscient et ses productions en tant que rêves nocturnes, puis diurnes a créé deux mouvements qui continuent à s'opposer. D'un côté, les neurosciences et la médicalisation en réponse à des symptômes, de l'autre côté, des thérapies holistiques orientées vers la compréhension de la totalité de l'être humain et l'intégration de ses symboles.

« Ses symboles sont *aliments*. L'inconscient collectif est le champ immense des potentialités de la psyché dont C. G. Jung a pu dire qu'il était si vaste que plus on en prenait et plus il s'agrandissait. Cette affirmation paradoxale correspond - on le sait aujourd'hui - à la réalité physique. La capacité inemployée des milliards de possibilités de connexions neuronales est telle, son fonctionnement en réseaux si souple et si performant que chaque liaison nouvelle établie accroît le champ des possibles ». <sup>5</sup>

Nous comprenons bien que cette opposition en tant que tension entre deux polarités révèle l'inséparabilité de leur nature, de la conscience et de la matière.

Avec les recherches contemporaines sur les états modifiés de la conscience, y compris l'EMI (Expérience de Mort Imminente), les scientifiques commencent à mettre en doute l'hypothèse de la conscience comme simple produit du cerveau. De même que l'Inconscient, la psyché individuelle semble revendiquer aujourd'hui sa nature mystérieuse et se faire reconnaître comme prisme unique et subjectif au travers duquel toutes les recherches, en quelque domaine que ce soit, doivent s'effectuer.<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 66.

<sup>5</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 61.

<sup>6</sup> La loi de l'observateur autrement dit : « la réduction de la fonction d'onde », liée aux recherches de Schrödinger et Penrose. Clegg, Brian. *3 minutes pour comprendre les 50 plus grandes théories de la physique quantique*. Paris. Le Courrier du Livre, 2016, p. 50.

« La psyché et les représentations du continuum de l'espace-temps de la physique nucléaire se rejoignent, ultimement quelque part. Ainsi est évoquée la question de réalité transpsychique qui est le fondement immédiat de la psyché. »<sup>7</sup>

Ainsi la vision de la production de l'inconscient en tant qu'enchaînement d'images, de sensations, de sons et plus encore, englobe et réconcilie, en quelque sorte, les deux interprétations. Il révèle les éléments refoulés liés au mal et les frustrations du passé, mais également, offre un champ infini de potentialités. C'est pourquoi Georges Romey opta pour la voie de la réconciliation des contraires, si chère à la vision Jungienne. Il conserva les deux approches complémentaires, qu'il appela l'axe analytique et l'axe initiatique<sup>8</sup>. L'un pour soigner le passé, et l'autre pour s'épanouir dans la perspective du futur.

Cette méthode unique qui transcende tout conflit théorique devait attendre les années 1980 pour éclore, magnifique fleur sur l'arbre millénaire de la science des rêves. Car il convient de souligner que même Jung qui se refusait à adhérer à quelque interprétation unilatérale, spiritualiste ou matérialiste, ne put, à son époque cartésienne, affirmer sa méthode pratique d'exploration de l'Inconscient, la fameuse *Imagination Active*, bien qu'il l'ait mentionnée dans ses publications déjà en 1916, puis publiée en 1959 dans « L'âme et le Soi ». Ce n'est qu'après sa mort, que « Le Livre Rouge »<sup>9</sup>, son remarquable ouvrage très personnel, fera une démonstration de l'application cette méthode dans toute sa splendeur et révélera la force de son imaginaire, l'esprit-explorateur de l'Inconscient collectif.

Cette méthode a certains points de ressemblance avec le Rêve Éveillé Libre, elle est basée sur le dialogue avec les contenus dits autonomes : symboles et archétypes, avec lesquels il convient souvent de « s'expliquer » pour que la réalité quotidienne de l'individu ne soit pas affectée par leur influence souterraine.

À la différence du REL, cette méthode se pratique seul, et demande une très grande cohésion d'esprit qui comporte à la fois concentration et lâcher prise, mais aussi la capacité de faire durer l'expérience au moyen d'un dialogue intérieur.

---

<sup>7</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 64.

<sup>8</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 59.

<sup>9</sup> Jung, Carl Gustav. *Le Livre Rouge*. Paris. Éditions de l'Iconoclaste / La compagnie du livre rouge, 2012.

Le REL développe cette communication et augmente la puissance de la production des images, via la verbalisation de l'expérience en temps réel en présence du thérapeute silencieux et attentif, prenant des notes tel un scribe, et dont la conscience sert de sorte de plaque révélatrice des photographies des espaces intérieurs du rêveur. Ce processus semble mettre en mouvement et faire durer l'expérience du déploiement de la trame narrative du rêve en toute simplicité et avec une certaine économie d'énergie, jusqu'à parvenir à son dénouement naturel, suite à l'effet cathartique relatif au déblocage d'un complexe.

Voyons comment cette méthode trouve ses racines dans les pratiques chamaniques universelles d'antan, où nous trouvons également les deux tendances complémentaires, proches des manières introvertie ou extravertie.

### *Le REL et la tradition chamanique*

Charles Stépanoff, ethnologue et membre du LAS, le Laboratoire d'Anthropologie Sociale, a consacré un ouvrage remarquable à ce sujet. Dans « Voyager dans l'invisible – techniques chamanique de l'imagination », il constate qu'il existe :

« Deux façons distinctes d'explorer l'invisible et d'aller à la rencontre des personnes autres qu'humaines se sont révélées à nous sous la tente noire et sous la tente claire. On devine que le chaman, exhibé sous la tente claire, caché et ligoté sous la tente sombre, jouit dans chaque cas d'un statut profondément différent. Derrière ces dispositifs, il y a en fait deux formes de chamanisme qui trouvent en Asie du Nord un immense terrain de compétition. »<sup>10</sup>

Le dispositif de la tente sombre est caractérisé par le fait que le chaman semble être le catalyseur des expériences intérieures, exprimées par la rencontre avec « l'esprit » par chacun des participants à la cérémonie, tandis que dans le dispositif de la tente claire, le chaman va représenter devant les spectateurs son voyage intérieur de l'âme en devenant ainsi une figure de substitution du héros principal du récit.

---

<sup>10</sup> Stépanoff, Charles. *Voyager dans l'invisible, Techniques chamaniques de l'imagination*. Paris. Les empêcheurs de penser en rond / La Découverte, 2019, p. 126.

« La chamane Ondarmaa me disait : « je suis comme un transformateur. » Si l'énergie arrivait directement du ciel à ses patients, elle subirait comme un choc électrique. En la faisant transiter par son corps, la chamane-transformateur convertit cette puissance et l'adapte aux humains dont les capacités sont inférieures. L'ouverture du corps-conducteur de la chamane fait contraste avec l'absence de conductivité des profanes ». <sup>11</sup>

Ces « profanes » furent considérés comme des esclaves-nés, dans le sens où leur capacité de s'ouvrir à la perception de l'invisible les rendait dépendants des chamans. Difficile ne pas remarquer ici les liens flagrants entre cette dépendance, pour ainsi dire affective, et le transfert sur le thérapeute.

Quel fut l'art des chamans de par le monde ? Parmi tous les chamanismes étudiés, nous constatons que ce n'est ni plus ni moins l'art de la négociation avec les esprits et les forces de l'au-delà à travers les dialogues intérieurs, la danse, le chant, l'expression visuelle ou autre.

Les esprits de la nature, ainsi que les esprits néfastes des défunts, étaient pour les peuples nomades l'axe principal de l'orientation de leur choix existentiels, dont toute leur survie dépendait. Ainsi la posture du chaman constituait pour eux une clef de voûte de la structuration sociale.

Les chamans étaient choisis par l'Esprit ou le destin lui-même. Cette vocation, qui se révélait en général à la puberté, le pouvoir de guider ou de soigner les autres, n'était pas du tout convoitée, voire elle était évitée par la plupart. Car on savait qu'un lourd fardeau d'épreuves personnelles, maladie, séparations douloureuses et assauts même de la folie, guettait les « élus ». De toute évidence, leurs destins semblaient être plus malheureux et solitaires que les autres, car ils comportaient l'accumulation plus importante de moments de confrontation, « à la vie et à la mort », avec les forces destructrices de l'ombre. Une fois ces épreuves surmontées en autonomie complète, le chaman acquerrait le pouvoir personnel d'intercéder auprès des esprits en faveur des autres.

---

<sup>11</sup> Stépanoff, Charles. *Voyager dans l'invisible, Techniques chamaniques de l'imagination*. Paris. Les empêcheurs de penser en rond / La Découverte, 2019, p. 137

Il est intéressant de remarquer que Jung lui-même incarnait cette capacité de l'accueil inconditionnel, expression de cette « peau perméable » des chamans.

« Je faisais remarquer un jour à Jung que ses idées et son attitude à l'égard de l'inconscient me paraissaient ressembler étrangement aux états primitifs du phénomène religieux, au chamanisme par exemple ou encore, jusqu'à un certain point, à la région des indiens Naskapis qui ne possèdent ni prêtres ni rites et se contentent de suivre leurs rêves qu'ils pensent leur être envoyés par le « grand homme immortel qui est dans le cœur ». Jung me répondît alors en riant : « Et ce n'est pas à notre déshonneur ! »<sup>12</sup>

Il était capable de transformer l'énergie des symboles et des archétypes parmi lesquels son esprit voyageait librement.<sup>13</sup>

« L'action de Jung rejoint à cet égard celles des anciens chamans et des *medecine-man*. Ceux-ci cherchent également par leur propres méthodes (trances, techniques oraculaires, etc.), à discerner ce que les « esprits », c'est à dire l'inconscient activé, ou certains complexes, veulent des malades, pour les apaiser ensuite par les rites correspondants : expiations, sortilèges, etc., ou, lorsque ces esprits ne peuvent se rattacher à la personnalité consciente, pour les chasser. Le chaman ne peut le faire que parce qu'il a lui-même affronté le monde des esprits, l'inconscient, au cours de sa maladie initiatique et que pour cette raison, il comprend le langage des esprits et des bêtes. Il ne guérit pas par lui-même, il ménage la rencontre curative avec les puissances divines. »<sup>14</sup>

Dans ce sens, les écrits de M.-L. Von Franz confirment le fait que, pour Jung, la posture de psycho-analyste se basait essentiellement sur le rôle de traducteur compassionné, canal entre le patient et son propre inconscient dont le synonyme serait la *grande nature*, une sorte de fond

---

<sup>12</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 19.

<sup>13</sup> Jung, Carl Gustav. *Le Livre Rouge*. Paris. Éditions de l'Iconoclaste / La compagnie du livre rouge, 2012.

<sup>14</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 70.

d'images archétypales et universelles chargé d'une grande puissance énergétique. Il en va de même pour George Romey qui témoignait d'une très grande compassion envers ses patients.

Cette fonction éducatrice, négociatrice et libératrice de l'esclavage de l'ignorance fut depuis des millénaires associée à Hermès et son homologue égyptien Thot – l'archétype du magicien, du Vieux Sage, du guide divin, le négociateur de paix entre les mondes, le dieu de l'art, de la culture, de l'écriture et de la science. Sans pour l'instant s'attarder sur l'importance de cette figure archétypale et sa fonction transcendante, nous pouvons simplement nous rappeler que dans chaque culture spirituelle, il y a toujours eu les mouvements exotérique et ésotérique - le Gnosticisme dans la Chrétienté, le Soufisme dans Islam, la Kabbale dans le Judaïsme, les enseignements Vajrayana et Dzogchen dans le Bouddhisme, les cultes d'Éleusis dans la Grèce antique - et que cette dualité des enseignements peut être aisément comparée à des *tentes sombres* et des *tentes claires*.

Sans la *tente claire* avec ses performances catalysatrices de l'émotion esthétique qui transporte le participant-spectateur dans le royaume de *l'imaginal* en activant chez lui certains patterns, nous n'aurions aujourd'hui ni théâtre, ni cinéma, ni production littéraire. Bien que parallèle au dialogue direct avec l'Inconscient, la *tente claire* est vitale à la survie de la société et la cohésion de l'esprit de groupe, de collectivité, de nation, d'humanité. Cependant, elle fait perdurer la structuration ancienne qui impose une certaine hiérarchie entre ceux qui créent en tant que « voyants » et qui ont la chance d'exposer leurs idées en tant que valeurs, et ceux qui n'ont pas cette possibilité ou ce désir et qui consomment ces valeurs passivement en tant que « non-voyants ».

Bien que la plupart des artistes ne bénéficient souvent pas de l'autorité, de l'aisance matérielle ou du pouvoir politique, leur production insuffle cependant la direction du développement des générations et incarne les tendances collectives inconscientes. Par ce fait, elle préserve un tant soit peu les peuples d'une régression regrettable.

À notre époque cruciale de changement radical des *valeurs* et des *tabula rasa*, la méthode de la *tente claire* semble parfois atteindre ses limites. Le système matérialiste du « rêve américain » avec ses chimères du transhumanisme et toutes ses dérives dystopiques, si brillamment étudiées dans la Science-Fiction, paraît aujourd'hui inacceptable et, par conséquent, de plus en plus refusé par la jeune génération au profit de valeurs plus humanistes et écologiques. D'où l'intérêt de plus en plus croissant accordé en Occident au chamanisme, aux risques et aux périls de le transformer, comme l'on a fait avec certains enseignements

d'Orient, en une recette de cuisine « pratique » et un outil exotique du même vieux mécanisme d'asservissement spirituel.<sup>15</sup>

C'est pourquoi en accord avec Jung et sa grande tribu de continuateurs, il me paraît plus important de ne pas *croire* mais de *savoir*, c'est-à-dire de faire son expérience propre de ces réalités intérieures afin de faire sortir l'énergie créatrice des vieux moules inadéquats de l'esprit de notre temps<sup>16</sup>.

Ainsi le Rêve Éveillé Libre nous propose ce retour à la *grande nature*, autrement dit l'Inconscient Collectif, au sein de soi-même, avec la compréhension intellectuelle de ses forces introjectées, afin d'établir une distance nécessaire à leur intégration, et il semble être la voie médiane adaptée à l'esprit occidental d'aujourd'hui.

Le Rêve Éveillé Libre est à la fois la voie empirique d'investigation des réalités intérieures, d'accroissement du discernement et de la conscientisation du libre arbitre (et ceci dans un cadre rationnel et ordonné dont le thérapeute incarne le garant), mais aussi un des moyens les plus rapides d'induire individuellement la possibilité du retour à l'équilibre collectif et la spiritualité universelle.

---

<sup>15</sup> Voir entre autres : Krisnamurti, Jiddu. *Tel que vous êtes, Libérer l'esprit de tout conditionnement*. Paris. Éditions Synchroniques, 2018, et Trungpa, Chögyam. *Le mythe de la liberté et la voie de la méditation*. Paris. Seuil, collection Points Sagesses, 1979.

<sup>16</sup> Il est intéressant de remarquer que George Romey avait fondé son *Encyclopédie de la symbolique des rêves*, Éditions Quintessence, sur l'observation clinique des expériences concrètes de centaines de patients et non sur l'étude théorique du symbolisme onirique.

## Chapitre II – Le REL et le chemin de l’Individuation Jungienne.

### Les phases typiques du processus analytique Jungien et le REL

Thérapeute débutante, je fis un rêve étrange : j’étais à bord d’une voiture des Années Folles, noire et luisante, je la conduisais vers un château magnifique qui se dessinait dans le lointain, lorsque soudain la route devint très serrée et se transforma en un petit passage de terre battue dans lequel mon véhicule digne de Gatsby s’enlisa aussitôt. Quelle déception ! Je dus rebrousser chemin à pied pour me retrouver en pleine forêt et faire un grand détour plein de dangers.

Mon rêve me proposait d’abandonner le confort d’un chemin tracé et de m’aventurer dans la boue, sur un terrain inconnu, pas à pas, à la vitesse de la marche. Il fallait que je réexamine la forme sous laquelle je connaissais la psychanalyse classique.

Marie-Louise Von Franz témoigne :

« Jung n’appliquait jamais expressément une méthode ou une technique thérapeutique. Il a cependant cherché à caractériser en phases typiques le processus analytique. Il distingue 4 stades : la confession, l’explication, l’éducation et la transformation. »<sup>17</sup>

La *confession* correspond à l’observation et la conscientisation de l’Ombre face au thérapeute.

« Il arrive souvent que la confession place le malade dans un état de dépendance enfantine par rapport au médecin ou à son propre inconscient. Cette dépendance (transfert) repose sur les phantasmes inconscients. Par opposition aux éléments refoulés, ceux-ci n’ont jamais été conscients et, pour une part, ne sont même pas susceptibles de l’être. Pour rendre

---

<sup>17</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 70.

conscients ces contenus, Freud comme Jung ont utilisé l'interprétation des rêves. »<sup>18</sup>

Dans la méthode de George Romey cette étape est souvent incluse dans la phase *d'accueil* lorsque le patient « dépose » le trop plein émotionnel accumulé dans l'intervalle entre les sessions.

Dans la méthode du REL, intelligemment, l'axe analytique (Freud) et l'axe initiatique (Jung) sont utilisés simultanément afin de répondre à la deuxième étape, *l'explication*.

La troisième étape *l'éducation* qui tente d'harmoniser l'adaptation extérieure et sociale du patient, semble marquer la fin de la cure. Dans le cas du REL, les manifestations de cette nouvelle adaptation apparaissent très rapidement.<sup>19</sup> La plupart de mes patients qui ont pu finaliser leur cure, et dépasser une quinzaine de séances, ont pu retrouver un certain équilibre dans leur quotidien, que ce soit dans les affaires, la vie privée ou les deux.

Mais nous entrons ici dans un terrain très subjectif du sujet, si l'on prend en compte l'adaptation sociale ou professionnelle uniquement, car :

« Ce n'est pas un signe de bonne santé mentale d'être bien adapté à une société profondément malade. »<sup>20</sup>

Au fur et à mesure que les valeurs sociales se polarisent et que la société subit les perturbations majeures que nous vivons actuellement, il va de soi que l'adaptation se résume à un équilibre subjectif et que la stabilité intérieure est acquise pour une durée bien plus courte qu'auparavant. Mais peut-être inclue-t-elle une fluidité et une flexibilité supérieures ? Quoi qu'il en soit, en général, elle permet au patient de dépasser la préoccupation initiale avec laquelle il est venu au cabinet.

En d'autres termes, elle lui permet de s'enraciner dans ses propres valeurs vivifiantes provenant de son propre Inconscient.

La phase suivante, la *transformation* semble être la plus subtile de toutes :

---

<sup>18</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 71.

<sup>19</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, pp. 51-55.

<sup>20</sup> Citation de Krisnamurti, Jiddu.

« Quand arrive le quatrième stade, le médecin doit en tout premier lieu s'appliquer à lui-même la méthode à laquelle il croit. C'est seulement dans la mesure où il se transforme lui-même qu'il peut transformer l'analysé. Sa propre attitude éthique à l'égard de la vie devient ainsi le centre de son effort. Ce travail d'éducation et de développement du praticien sur lui-même déborde le cadre du cabinet de consultation. Le médecin traite aussi les bien portants, comme le fait le gourou ou le maître dans les civilisations orientales. On n'agit plus alors sur les contraintes des symptômes, mais en vue d'un développement ou d'une maturation de l'individu. Ce développement a été désigné plus tard par Jung du nom de « processus d'individuation ».<sup>21</sup>

Dans la méthode du REL, c'est évidemment, au cours des rêves éveillés que le processus de l'Individuation semble s'accomplir, mais aussi grâce à des prises de conscience postérieures.

De plus, lorsque les deux inconscients, celui du patient et celui du thérapeute, s'influencent de manière harmonieuse, la dépendance à la figure du thérapeute est probablement résolue<sup>22</sup>.

À ce propos, Jean Luc van den Bergh résume bien les principaux signes de ce cheminement subtil qui s'effectue grâce au cadre spécifique de la relation entre le patient et son thérapeute appelé le transfert (ici en tant que processus alchimique interne et non projection parentale de l'analysé sur son analyste) et les scènes spécifiques qui apparaissent dans les rêves :

« En 1936, Jung démontre que certains matériaux de rêve indiquent l'installation du transfert dans la relation analytique : le feu à la cave, le voleur dans la maison, la mort du père, l'érotisme équivoque, une conception annoncée, le début de l'union des contraires, des noces alchimiques, voire l'apparition de l'enfant divin, ce « fils des sages » androgyne. »<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 73.

<sup>22</sup> « Dans la séance de rêve éveillé libre, le thérapeute est avant tout un témoin privilégié qui assiste aux projections dont le patient charge ces images. À l'heure de l'interprétation, le dire de ce témoin sera d'autant mieux reçu qu'il échappe partiellement à l'implication transférentielle ». Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 64.

<sup>23</sup> Bergh, Jean-Luc van den. *Le rêve chez C.G. Jung*. Thèse de doctorat en psychologie clinique, 2006.

J'ai décidé d'appliquer cette grille de lecture à la cure de mon patient Antoine. (cf. p 20.)

J'ai choisi le cas d'Antoine, parmi d'autres cas tous aussi intéressants, pour la coïncidence de son âge, celui du Christ et celui de mon père lors de sa mission de sauvetage, pour son profil de jeune homme souffrant du mal de la société contemporaine, ayant reçu une éducation scientifique, non philosophique ou littéraire. Bref, pour son profil éloigné de l'Alchimie médiévale ou de la psycho-analyse Jungienne. Je l'ai choisi également pour la richesse du langage apparent de ses rêves, la précision des scènes presque cinématographiques qu'opérait son Inconscient, en résonance avec le mien, mais qui, sur le moment, restaient hermétiques à ma compréhension. Et finalement, en souvenir de la douceur respectueuse que sa façon d'être a laissé dans ma mémoire.

## **L'Anamnèse d'Antoine**

*Cette anamnèse a été réalisée pendant la cure.*

J'ai rencontré Antoine, jeune homme brun de 33 ans, entrepreneur, en phase de sortie de crise, au moment de la faillite de sa microentreprise de production de jus bio.

Antoine est un enfant du siècle : il porte à la fois la culpabilité d'abuser de « substances », cocaïne et autres drogues modernes. Il s'inquiète beaucoup pour les autres dont il se sent responsable. Il fait du running et du Yoga Bikram - dans la chaleur extrême. Il n'aime pas son corps, son apparence - bien qu'il soit un homme jeune et attractif - et subit des malaises nocturnes multiples, des élans mélancoliques, des angoisses de mort, des paralysies du sommeil.

Il a un BTS de chimie mais s'est professionnalisé dans le métier de la vente depuis plusieurs années.

Enfant parentalisé, de l'âge de 7 à 16 ans il s'est occupé de sa mère, souffrant de détresse et tombée dans l'alcoolisme à partir du moment où son père l'a quittée pour une autre femme.

Il se sent isolé, pas « grand-chose en commun avec son frère », aîné de 5 ans, ni avec son père, « homme à femmes », avec qui « c'est compliqué » malgré le fait qu'il lui ait « pardonné » son départ.

Sa grand-mère maternelle adorée, avec qui il partageait le sens du beau, fut paralysée cinq ans avant de mourir. Les deux dernières années, il ne put plus la voir, ce dont il se sent coupable durant la cure.

Il est en rupture affective avec son partenaire, plus âgé que lui, qu'il n'arrive pas à oublier.

Il aimerait exprimer les choses librement, spontanément, et être lui-même. Il aspire à se retrouver. Il a déjà eu l'expérience du rêve éveillé dirigé pendant dix mois, deux ans avant de venir au cabinet.

## Le feu à la cave – Rêve 2 – La Prison

Le début du transfert semble s'opérer avec ce rêve dans lequel Antoine tente de trouver une solution logique à son enfermement.

Je vois les barreaux d'une prison, avec une grande porte double d'une forme ronde au-dessus, la pièce derrière est très grande mais vide. Le sol, c'est du béton, et les murs en pierre, ça sent un peu l'humidité. Je m'approche de la grille, je regarde à l'intérieur, il n'y a personne, la pièce est vide, j'entre dans cette grande pièce par une grande porte. La porte claque derrière moi, j'ai peur d'être enfermé, je vérifie que la porte soit ouvrable, et elle ne l'est pas, je stresse, à regarder partout comment faire, je déteste la sensation d'être enfermé, surtout dans un endroit sans soleil, sans lumière, dans un endroit humide et moite.

Je pense à mes proches, je me dis qu'ils vont s'inquiéter, en même temps je ne sais pas si j'ai des proches. Peut-être qu'ils me cherchent, peut-être pas du tout ! Peut-être mon absence ne les inquiète pas du tout. Peut-être ils ont d'autres problèmes à gérer et cela ne les inquiète pas. C'est sûrement le cas, d'ailleurs.

Je ne trouve toujours rien dans cette pièce, je continue à faire les cent pas comme un lion en cage, ça m'énerve, je suis stressé. Je sais qu'il y a une solution, mais je n'arrive pas à la trouver ! Je le sais, je m'en veux de ne pas trouver la solution, une clef, une pierre, un barreau. Je retouche la poignée de la porte, je tourne à droite, elle ne s'ouvre pas, j'essaye un peu de bousculer la porte avec mon épaule, rien ! Il n'y a rien.

... Je suis devant la porte de la cellule, dans un coin avec un espace un peu vouté, il y a un vieux tonneau avec une petite lampe dessus, c'est une chose réconfortante. Je continue de faire le tour de la cellule, en marchant vite, je regarde en bas pour trouver cette satanée solution. Toujours besoin de trouver des solutions !

Je retouche la serrure, la poignée de la porte. En la tournant à gauche, la porte s'ouvre !

Alors je sors en riant, en me trouvant bête ! Par la serrure je regarde la cellule avec un petit sourire, mon cœur qui se calme et des angoisses qui partent.

Nous assistons à la prise de conscience de son besoin obsédant de toujours trouver une solution rapide, exprimée par une petite lampe sur le tonneau massif. Or, le tonneau est un récipient destiné à la fermentation du vin, autrement dit, la transformation lente du liquide. Le tonneau, symbole temporel de la « solution » qu'il cherche, et la petite lumière de la lampe posée dessus, le réconfortent et témoignent d'une première approche de ces deux éléments contraires. Le transfert semble commencer, et c'est ce qui lui permet de se libérer. Cela n'est pas sans rappeler l'acronyme des alchimistes « V.I.T.R.I.O.L » - *Visita Interiora Terrae Rectificando Invenies Occultum Lapidem* (Visite l'intérieur de la terre et, en rectifiant, tu trouveras la pierre cachée) - qui appelle à l'introspection profonde, la recherche de rectification des idées erronées et des excès de passions et la recherche de la connaissance de soi-même et de sa propre psyché.

### La question du Transfert

Lorsque l'on parle des thérapeutes dont l'Individuation est déjà parvenue à son épanouissement, tels que C. G. Jung, George Romey, Marie-Louise Von Franz, la question transférentielle semble être moins influente que lorsqu'on débute et que notre propre transformation est en cours.

C'est pourquoi il me semble important d'élucider la question de *la confession*, et de l'Ombre qu'elle convoque, car c'est elle qui m'a toujours le plus ébranlée, dérangée, voire oppressée durant les séances.

Ce stade correspond à la phase *d'accueil* dans les trois phases du déroulement de la séance du Rêve Éveillé Libre.

« La première rencontre avec l'inconscient place la plupart du temps l'europpéen ou l'américain d'éducation chrétienne en contact avec les aspects inférieurs de lui-même, aspects infantiles et « obscurs » que son

inconscient cherche à refouler ou à étouffer. L'inconscient apparaît en quelque sorte comme l'ombre de la personnalité que le Moi croit être. »<sup>24</sup>

Cette phrase-clé nous amène précisément à la question de *l'image de soi* ou plutôt à la mémoire de *qui nous sommes* en fonction de notre *histoire personnelle*, où certaines choses semblent être intégrées et d'autres demeurent voilées, telles les traces des traumatismes refoulés. Car, tel que l'affirme l'endocrinologue et auteur Deepak Chopra :

« Celui que vous pensez être n'est pas réel, ce n'est qu'une concoction d'évènements, de désirs passés, de souvenirs. Cette concoction a une vie propre - elle avance à travers l'espace et le temps, en ne faisant l'expérience que des choses qu'elle connaît. [...] Tout ce monde habituel est comme un bouclier. L'inconnu est à l'extérieur et pour le rencontrer, vous allez devoir l'accueillir à l'intérieur. »<sup>25</sup>

## **Le voleur dans la maison – Rêve 7 – Playmobil**

Le transfert, en tant que processus alchimique interne, semble poursuivre son installation avec l'image du *voleur à la maison*. (cf. p 20.) Dans les rêves du début de sa cure, Antoine semble incarner celui-ci régulièrement et parfois observer les gens sans être vu, ou s'approprier les objets. Voici un extrait du 7<sup>ème</sup> rêve dans lequel il fait intrusion dans différents lieux clos, d'abord une petite maisonnée, puis une sorte d'usine (voir la totalité du rêve dans l'annexe Rêve 7 - Playmobil).

« Je vois un petit chalet au loin, sur la côte. Je vais dans le petit chalet, j'ouvre la porte, toute en bois, tout est renversé, sens dessus-dessous. Il y a une table avec des tasses renversées, deux tasses en émail, et un lit, un lit simple qui est défait, comme si quelqu'un était parti. J'ai l'impression que c'est la maison de la petite fille, mais j'ai une sensation étrange, comme si elle était partie depuis longtemps. Je décide d'attraper la poupée dans ma poche, je la mets dans le lit et je la borde. Comme si c'était ma fille. Je sors tranquillement, à pas de velours, pour qu'elle ne se réveille

---

<sup>24</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 73.

<sup>25</sup> Chopra, Deepak. *Le livre des secrets, découvrez l'infinie capacité de votre corps et de votre âme à se régénérer*. Paris. Guy Trédaniel Éditeur, 2011, pp. 81-82.

pas, je la laisse dormir tranquillement, je ferme la porte tout doucement, et je décide d'aller voir dans la forêt, derrière la maison. »

« Les gens... ils sont tous pareils, pas l'air très agréables, j'ai l'impression que je ne suis pas le bienvenu, j'essaye de me cacher, j'essaye de me rendre tout doucement jusqu'à salle des jutes, j'attrape une poupée, je la mets dans poche et je m'en vais discrètement, sans me faire voir. En même temps, ils n'ont pas d'yeux, ils ne peuvent pas me voir, ils n'ont pas d'yeux. J'essaye de faire en sorte de ne pas les toucher, ne pas déranger ce qu'ils font. Et je réussis à sortir. »

### La phase d'accueil

Dans mon cas, la phase *d'accueil* débordait souvent de la fenêtre temporelle qui lui était accordée, et ressemblait davantage à une plainte ou une indignation que les patients exprimaient à haute voix, pris par leur quotidien éprouvant.

Cette phase de face-à-face avec le *moi* conscient du patient me paraissait particulièrement ardue dans les cas des narcissiques blessés, le plus souvent souffrants d'addictions et d'élan mélancoliques.

« Le thérapeute entre dans le dialogue, accueille l'ensemble de ces informations avec empathie mais prudence car le discours de la conscience sera peut-être contredit par celui que l'imaginaire exprimera pendant le rêve. »<sup>26</sup>

Cette prudence s'acquière cependant grâce à un certain lâcher prise du thérapeute vis-à-vis de son propre idéal thérapeutique et l'envie de lui correspondre, autrement dit, du complexe de sauveur.

De façon générale C. G. Jung décrivait l'Ombre tel un aspect inférieur du *moi* projeté sur un ami, qui s'exprime dans les réactions de connotation affective.<sup>27</sup> Ou alors elle se niche

---

<sup>26</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 37.

<sup>27</sup> Jung, Carl Gustav. *Introduction à la psychologie jungienne*. Paris. Albin Michel, 2015, p. 243.

toujours dans les failles des relations amoureuses, tel l'indicateur d'un complexe d'infériorité. L'Ombre peut également représenter les aspects positifs mais ignorés de nous-mêmes.

Quoi qu'il en soit, cette étape de la *Nigredo*, du *passage au noir*, est considérée comme fondamentale.

« Dans le symbolisme de l'alchimie, (...) l'adepte doit d'abord trouver la matière initiale de l'œuvre et, en elle, « l'esprit de la nature ». Quand il soumet la matière au processus de la transformation, elle tombe dans le *nigredo*, le noir et la mort ».<sup>28</sup>

Cet « esprit de la nature », le mercure alchimique, active tout le processus de l'Individuation qui commence par *l'œuvre noire*, et le médecin, selon Jung, est le « moyen par lequel la nature est introduite dans l'œuvre ».

Pour illustrer cette étape, je propose au lecteur d'apprécier l'ensemble du rêve suivant, qui emmène le rêveur vers une intense transformation.

### **Nigredo – Rêve 4 – Le Léviathan**

« Je vois un gros chien, ou un gros loup plutôt, une figure assez esthétique qui court au travers des herbes. Il y a comme un champ avec plein de personnes qui discutent entre elles. Ce chien il court, il court comme si j'étais collé à lui, parce que je le vois courir de côté. Comme si on n'était qu'un. On slalome entre les personnes. Tous les chemins sont possibles. On va à droite à gauche, on revient sur nos pas, le museau en l'air, tout en trottinant, d'un coup la tête se met en bas en reniflant, ça sent l'herbe fraîche. Le sol est un peu humide, on tourne, on vire, on cherche de l'eau, il y a un lac pas loin, et on court, on court, on court.

Traditionnellement le chien assume la fonction de l'animal-psychopompe, le conducteur dans le royaume de l'Inconscient. Le rêveur semble se confondre avec lui, comme lors d'un voyage chamanique, le chaman devient un avec son animal-totem. Le chien-loup semble mener le rêveur vers l'eau.

---

<sup>28</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 39.

C'est un chien très élégant, d'une élégance de cheval, les pattes très fines, un poil assez soyeux et doux. Mais personne n'essaye de le caresser, on n'a pas envie, on continue. J'ai l'impression d'être à côté de lui, mais en même temps, j'ai l'impression de ressentir la même chose, l'air sur ma peau, l'humidité sous mes pieds, puis mon odorat est développé, ça sent le matin, la rosée, l'herbe fraîche.

Le matin et la rosée indiquent que le processus alchimique est en train de continuer, après la « solution », elle signale une sorte de « distillation ».

On trouve le lac entouré de sable blanc. On s'arrête devant l'eau. Quand on se regarde dans l'eau, c'est ma tête, ce n'est pas le loup, ça ne fait rien. On met une patte, l'eau est très fraîche mais c'est très agréable. On s'amuse au bord de l'eau, on court dans un sens et dans l'autre, personne des humains n'essaie de jouer avec nous, on n'y prête pas attention, comme si on était seuls au monde alors qu'il y a quand même du monde. On avance dans l'eau petit à petit, comme si l'eau était aspirée par nos pattes pour nous faire grossir.

Antoine se sent bien isolé, privé des autres et de leurs jeux. La scène ressemble à celle de Narcisse qui se regarde dans la surface de l'eau et tombe amoureux de son reflet. Personne d'autre ne semble le remarquer, malgré son élégance et sa beauté.

On se met à nager dans l'eau, on n'a plus pied, il y a des algues qui nous touchent les pieds, on avance en battant les pattes, on met la tête sous l'eau, on s'enfonce complètement jusqu'à toucher le fond. Comme si notre poids était lesté, plombé, on avance au fond du lac, comme si on était sous la terre, c'est très calme, on arrive à peine à distinguer l'agitation avec les gens qui jouent, on n'avance que doucement à travers les algues il y a quelques petits poissons. Tout notre corps se transforme encore en s'imprégnant d'eau, il s'allonge, s'allonge, on se rend compte qu'on prend la forme d'un poisson noir et marron. Très long, très mou et très grand, avec une énorme bouche.

Maintenant que son corps devient monstrueux, nous sommes plongés dans l'élément Eau Sombre, le Mercure, l'ombre, et le côté obstrué, dangereux, de cet élément, propre aux émotions stagnantes, la dépression, la tristesse, les peurs de « l'œuvre noire » alchimique. Le corps « lesté

et plombé » en témoigne. En général, ce monstre marin, également relatif au complexe maternel, engloutit le héros solaire, mais Antoine a des capacités « chamaniques », c'est pourquoi, il se met lui-même dans la peau de cette bête et la vit à la première personne. Le poisson ayant une grande bouche, ce Léviathan, dans lequel il se transforme, a des proportions géantes, mais il semble être informe, pas encore différencié, noir et marron.

Au fond du lac, jusqu'à prendre conscience qu'on peut nager dans toutes les directions, non seulement à l'horizontale, mais on peut arriver à remonter à la surface. On entend toujours les bruits au loin des personnes qui jouent. On est libre, on nage de plus en plus vite, on essaye de chercher des petits poissons pour se nourrir, on a des petites dents dans la bouche. On nage, puis on mange les petits poissons qu'on avale d'un seul coup, on est bien mais l'eau est trouble. On ne distingue pas vraiment les choses.

Si l'Eau a des qualités de l'Anima, on assiste ici au processus de l'alimentation de celle-ci, c'est pourquoi il se nourrit de petits poissons, en allant de droite à gauche comme pour agiter l'eau, comme pour la densifier ou la réchauffer, de plus en plus vite et il se rend compte qu'il peut aussi remonter à la surface.

De toute évidence, il est à la recherche de son contraire, le feu qui symbolise la clairvoyance et le logos. Car l'Eau reste toujours trouble. Tant que lui-même ne « distingue vraiment bien les choses », il ne peut lui-même être « distingué » de son environnement, et donc être lui-même. C'est pourquoi les mouvements à l'horizontale, et les va-et-vient de ses impulsions ne vont plus vraiment lui suffire. Et il va nécessairement prendre un mouvement vertical, ce qui semble se produire ensuite.

Un poisson nous attire, plus vif que nous, il nous fait aller de haut en bas, très rapide, très vif, on ouvre la bouche et au moment de le mordre, une fois que notre bouche s'est fermée, on se rend compte qu'il n'est pas constitué de chair, mais plutôt de plastique. On sent une forte douleur à la lèvre supérieure comme si quelque chose venait de transpercer celle-ci, c'est un hameçon ! Et au moment où on ferme la bouche, en un quart de seconde on ressent cette forte pression sur notre bouche, c'est un pêcheur ! On se débat, on essaie de sortir l'hameçon comme on peut, mais le pêcheur tire tellement fort qu'on n'arrive pas à se défaire. On se sent encore prisonnier. Ce n'est plus nous qui décidons où aller. Quand on veut

aller à droite, on est tirés vers la gauche, quand on veut aller à gauche, on est tirés vers la droite. Mince, c'est stressant, on sait qu'on est pris, mais on ne lâche pas. On se débat c'est un combat. On lutte, on lutte. À force de lutter on perd la force, on ne veut pas céder, dans un ultime effort on essaye de prendre une virée à droite. Mais on est quand même rattrapé, petit à petit l'hameçon nous fait remonter. La force nous quitte. On remonte tout doucement.

Ici nous assistons à son combat de héros solaire, avec une force surnaturelle qui le force à lâcher prise et cesser de contrôler. Les mouvements contradictoires de droite à gauche, la lutte, font partie des repères de la dualité, du mental et du cerveau gauche et droit. Pris par l'appel d'un poisson plus vif et plus rapide que lui-même, venant d'en haut, il se confronte au Pêcheur, un autre symbole de Sauveur chrétien. On est pris, dit-il, mais on ne lâche pas. Si la figure du vieux pêcheur le tient, il ne lâche pas non plus son combat pour sa liberté, quand bien même il la sait déjà limitée, car il n'y voit pas très clair.

Au moment de quitter l'eau on aperçoit le pêcheur. C'est un vieux monsieur avec une moustache grise, quand on sort de l'eau notre corps se fige, comme si nous devenions mous, perdions toute vie.

Je regarde la scène de côté, le gros poisson devient un gros poisson en plastique. Le pêcheur est rouge, il fronce les sourcils comme énervé. Je regarde le pêcheur, je suis content qu'il ne soit qu'un morceau de plastique, qu'il y ait une justice. Le pêcheur est énervé, il râle et il peste, il insulte le poisson en plastique, il me(le) rattrape et me(le) défait de l'hameçon et me(le) rejette.

La scène finale pourrait suggérer une blessure du Père, avec cette révolte face au « dieu barbu » qui est toujours énervé. On observe la passion avec laquelle le rêveur se venge, en rendant la « monnaie de sa pièce » au pêcheur. Or, l'hameçon en plastique de celui-ci induit une transformation de son propre corps d'abord vivant, immense et mou, puis plus modéré, puis, enfin figé au contact avec l'air. Il se voit lui-même comme « bon à être rejeté », et donc à devenir le « rejeton » du pêcheur. Il devient lui-même « l'hameçon » dans lequel on entend les mots : « âme » et « son ». S'agit-il de devenir le « son de l'âme », donc revenir à la vibration de sa propre âme, de la faire sonner ?

Lorsque nous étudions l'étymologie du mot plastique, venant du grec ancien *plasticos*, on voit qu'il est « relatif au modelage », « mouler, se former » dont dérive le mot plasma, le ciment des squelettes. Le plasma est aussi la partie liquide du sang, c'est donc l'élément l'Eau condensée, qui nous confirme le processus alchimique en route.

Bien que l'Inconscient procure à notre rêveur la satisfaction d'échapper enfin à l'image de ce père hostile et déplaisant, de vivre en chair et en os le rejet de l'autorité d'un surmoi surdéveloppé et despotique, il procède au processus de modelage et de durcissement de sa « moelle » émotionnelle. Il incite à découvrir le noyau de ses propres valeurs et désirs qui le « tireront » vers le haut, y compris sa propre « rage de vivre ».

Le rêveur est content de rendre justice à son piègeur-pêcheur, rouge de colère et de devenir cette « matière vile », cette substance polluante de la névrose, du stress et de la souffrance, que même ce dernier rejette comme indésirable et qui, pourtant, est la base de l'œuvre alchimique. Il devient lui-même cet « hameçon » par lequel il s'est fait tirer hors de l'eau. En quelque sorte, il distille sa colère pour s'extraire de son piège d'isolement et de tristesse de fils abandonné de son père. Il accepte cette condition qui l'a rendu autonome.

C'est une épreuve des convictions profondes, de la modération des exigences démesurées pour ne pas se couper des autres. Ce qui semble réellement correspondre à la situation affective réelle du rêveur qui cherche à se relier avec les autres.

Dans la discussion après le rêve, Antoine admet qu'il y a en lui une part d'agressivité, de brutalité qu'il déteste chez certains hommes et qui s'exprime chez lui dans ses paroles, car il a du mal à communiquer avec les gens qu'il ne trouve « pas beaux ». Il reconnaît ainsi son ombre.

Après cette prise de conscience Antoine est embauché pour un nouveau travail qui lui demande moins d'engagement à responsabilité, puis, il rencontre également un nouveau partenaire de vie.

### *Le travail avec l'ombre*

La circonscription de l'Ombre, en tant que *matière première* de l'œuvre philosophale, pourrait être exprimée par sa décomposition et l'analyse, sa relativisation et son « désarmement ».

« C'est la phase de *décomposition (solutio, separatio, divisio, purificatio)* indispensables à l'accomplissement de l'œuvre. Par les scènes

de démantèlement du corps et de sa recombinaison, la dynamique de l'imaginaire condense les quatre phases du processus d'évolution. La brusquerie des images est provoquée par la rupture des résistances usées qui ne peuvent plus contenir les pulsions de transformation ».<sup>29</sup>

Dans les rêves, elle s'exprime le plus souvent avec les imageries de démantèlement du corps physique ou de son effondrement. Il serait donc parfaitement logique que les patients résistent avant l'avènement de cette expression dynamique mais régénératrice de l'Inconscient.

« Si on réussit à briser ce mur de séparation construit par le subconscient personnel, l'ombre peut être intégrée au moi et le sujet devient intermédiaire entre les deux mondes. Il peut désormais se voir aussi bien de « l'autre côté » que de « ce côté-ci ». Ici, la conscience de notre ombre n'est pas suffisante, il faut aussi se servir des images de l'inconscient. *L'animus* et *l'anima* commencent à être actifs et l'anima va introduire la figure du Vieux Sage. Toutes ces figures vont être projetées sur le monde extérieur conscient, et les objets de l'inconscient vont se mettre à correspondre aux objets du monde extérieur, si bien que ces derniers, les objets réels, vont prendre un aspect mythologique. Cela signifie un enrichissement considérable de la vie. »<sup>30</sup>

Lorsqu'Antoine s'aventure comme un voleur dans une usine, il se trouve témoin de cette sorte de démembrement qui s'opère à l'envers, comme si justement il traversait le miroir.

« J'observe, je ne vois plus trop de lumière, c'est sombre, j'aperçois une clairière avec des habitations et de l'herbe vert-clair. Il y a comme une agitation, une sorte d'usine, il y a du mouvement, je n'arrive pas très bien à distinguer, ça bouge. Comme des gens qui savent faire sur la chaîne de production. Tout est assez archaïque, en bois avec des poulies, des cordes. En fait, ils sont en train de confectionner des poupées aussi, la même poupée que j'ai vue sur la plage. Je suis sûr de l'avoir vue en vie !

---

<sup>29</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 179.

<sup>30</sup> Jung, Carl Gustav. *Introduction à la psychologie jungienne*. Paris. Albin Michel, 2015, p. 247.

Là il y a des dizaines de poupées inanimées, ce sont juste des poupées, elles sont toutes stockées dans des gros sacs en jute.

Les gens, ils ont tous les yeux bizarres, ils ont les yeux clos, pas d'œil, comme s'ils étaient complètement aveugles, et pourtant ils savent parfaitement... chacun est à son poste, chacun fait des choses, des petits allers-retours, tout est très structuré, un peu à la manière d'une fourmilière, où chacun a son rôle bien déterminé. Tout le monde se ressemble, tout le monde a les yeux fermés, ils font tous partie de cette création de la petite poupée sans vie. Pour qui, pour quoi ? Je ne sais pas. J'essaie de comprendre, je regarde, il y en a qui accrochent les jambes, d'autres qui accrochent le tronc, d'autres mettent les bras, et d'autres mettent la tête. Puis, ensuite, ils lui mettent ses vêtements, sa robe jaune.

Telle que la scène se présente, on pourrait la traduire en scène de prise de conscience des mécanismes inconscients du rêveur. La production à la chaîne d'un matériau inconscient doit être ordonnancée par sa conscience, autrement elle ne serait qu'un mécanisme aveugle qui produirait des formes inanimées, sans intérêt commun, et serait dépourvu de toute « grâce divine », autrement dit, du « souffle » vital.

Chose curieuse, l'image du démembrement, est jouée ici dans le sens inverse. L'effet-miroir est appliqué non pas à l'espace, mais au temps : il se déroule à l'envers ! Il semble que c'est un symbole de la restructuration et de la régression que celle-ci nécessite.

Je pense à la petite fille en vie sur la plage, elle était comme triste, elle avait besoin d'aide, ou de soutien, je culpabilise, je l'ai laissée toute seule dans son lit.

Les gens... ils sont tous pareils, pas l'air très agréables, j'ai l'impression que je ne suis pas le bienvenu, j'essaie de me cacher, j'essaie de me rendre tout doucement jusqu'à la salle des jutes, j'attrape une poupée, je la mets dans la poche et je m'en vais discrètement, sans me faire voir. En même temps, ils n'ont pas d'yeux, ils ne peuvent pas me voir, ils n'ont pas d'yeux. J'essaie de faire en sorte de ne pas les toucher, ne pas déranger ce qu'ils font. Et je réussis à sortir.

Enfin, il s'adapte aux circonstances, à ces conditionnements souterrains qui, à force de répétition, produisent la matière, et arrive à en extraire une seconde poupée, et à la faire sortir de son sommeil. Vraisemblablement il s'agit ici de l'image meurtrie de sa propre âme, ou le souvenir engrammé d'un jumeau disparu.

Ça m'embête que cette petite fille soit habillée comme l'autre sur la plage, je lui donne mes vêtements, lui enlève sa robe jaune. On est pratiquement de la même taille. Puis je l'emmène à la maison.

Et là, je la positionne sur la table, assise, avec l'autre petite fille qui dort. Je regarde la scène, je les vois toutes les deux, il y a une petite bougie, l'atmosphère est assez chaude, c'est assez « cocoon ». C'est beau comme scène, elles sont toutes mignonnes toutes les deux, elles ont l'air d'être heureuses, celle qui est assise, elle regarde par la fenêtre, et l'autre, elle dort, comme si elle veillait sur elle. Je me dis que je peux disparaître, les laisser tranquilles, elles sont deux, elles sont en sécurité, elles veilleront l'une sur l'autre.

C'est intéressant que le rêveur ressente la nécessité de différencier la seconde fillette de la première et de lui donner ses vêtements à lui. La « façonner à son image », lui conférer l'apparence qu'il juge plus judicieuse pour elle.

Il éclot en quelque sorte à lui-même, et la vie, la lumière de son destin est bien présente désormais dans la cabane avec la lueur de la petite bougie.

Je sors, je retourne sur la petite plage avec le liquide blanc à paillettes qui m'effleure les pieds et le sable tout fin et blanc, et je m'arrête sur cette plage de sable, je m'amuse à confectionner des châteaux avec un sable fin beige-clair mélangé avec le lait blanc à paillettes. C'est magnifique, ça scintille avec le soleil, c'est vraiment très beau et enfantin. Je prends le temps. Je perds la notion du temps qui passe.

Cette séquence confirme que nous sommes en présence d'un rêve de régression, le rêveur se relie avec son enfant intérieur et construit des châteaux de sable pour se libérer de l'emprise du temps. C'est une belle alliance de l'image de Soi, l'éternité (le château), du sable (le temps qui passe) et de l'enfant qui joue avec les deux dans un instant d'éternité.

Je remonte sur ma petite barque, en contemplant une dernière fois mon petit château de sable et la maison, et je vois la lueur de la bougie qui lui confère un aspect chaleureux. Je suis rassuré.

Après avoir rendu hommage à son enfant intérieur, il repart pour de nouvelles contrées, tel un héros solaire sur les eaux profondes de l'Inconscient qui le porte.

En fait, je suis un enfant, un garçon. Une voile qui apparaît sur mon bateau, elle se gonfle par le vent et m'emporte. Et d'un coup sec, je me retrouve assis sur mon bateau, les bras en croix, je regarde le ciel, ça me fait sourire, je me laisse porter.

Ici nous assistons à l'annonciation du grand voyage, un lâcher-prise, mais aussi une certaine identification d'Antoine avec le héros solaire, seul dans sa barque qui chavire vers l'inconnu, et son destin, marqué par le symbole puissant de la croix, et du Soi qu'elle représente.

J'ai remarqué que la présence de cette énergie de l'Ombre est plus dense chez les patients qui ont subi par le passé la violence physique ou morale, l'abandon, la maltraitance, l'inceste, ou le viol.

Ici, il était question de la maltraitance qu'Antoine avait vécue en tant qu'homosexuel, et la disparition d'un jumeau, qu'il a apprise après la séance, en ayant questionné sa mère.

Il semble que la fixation du « secret » de l'histoire personnelle et l'identification avec cette *image du moi* héroïque, voire l'image du martyr, semble être naturelle, est d'autant plus inconsciente que « revendiquée », donc extrêmement difficile à manœuvrer.

La question est : comment circonscrire ce mal ?

Il me semble que pour y répondre il faille d'abord comprendre le chemin de l'Individuation du patient, pour, ensuite, adapter en conséquence la posture du thérapeute ainsi que l'interprétation de ses rêves.

### *Le processus de l'Individuation*

On sait que ce processus s'enclenche pour des raisons diverses en général à partir de 30 - 40 ans et se déroule dans un ordre particulier. Mais pour certains, il est vécu bien plus tôt, ou seulement partiellement. Le mystère de ce chemin initiatique se dévoile à travers des bijoux littéraires, artistiques et architecturaux des différentes cultures et à travers les siècles

jusque dans les arcanes codés de l'écriture scénaristique contemporaine employés par les auteurs des films grand public.<sup>31</sup>

Rappelons l'ordre classique du déploiement de ce chemin, mais qui n'est pas forcément systématique. Nous savons que, selon Jung, le processus de l'Individuation, autrement dit, d'unification de l'être, consiste en la confrontation et l'intégration des archétypes inconscients principaux tels que :

- La Persona

C'est notre masque social, l'identification avec notre attitude consciente, un rôle spécifique lié aux relations et la reconnaissance des autres, une fonction dans la communauté. Ce masque qui nous permet de nous adapter dans le monde extérieur finit parfois « coller au visage » et restreindre l'épanouissement de l'être par sa rigidité étouffante.

(dans le cas d'Antoine : cf. la deuxième partie du Rêve 7 – Playmobil, p. 96)

- L'Ombre

C'est ce qui est contraire à notre attitude consciente, ce sont tous les aspects sombres, étranges et refoulés, qui se présentent dans les rêves sous forme d'un personnage du même sexe que le rêveur, ayant des caractéristiques ambivalentes ou négatives pour ce dernier. Mais elle peut également représenter un potentiel supérieur, non révélé au rêveur, comme, chez un criminel, la moralité qui cherche à être intégrée.<sup>32</sup> Ou encore, elle peut voiler une figure archétypale d'un aspect mythologique qui influence la personnalité à son insu.

(dans le cas d'Antoine : cf. Rêve 2 – « La prison », p. 86, Rêve 4 – Léviathan, p.89)

- L'Anima/Animus

---

<sup>31</sup> À ce propos, voir la « bible des scénaristes » hollywoodiens : Campbell, Joseph. *Le héros aux mille et un visages*. Paris. OXUS, 2010, fortement inspiré par Jung, Carl Gustav. *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*. Paris. Le livre de poche, 2014.

<sup>32</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 74.

C'est l'Inconscient qui se personnifie sous forme d'Anima / Éros et d'Animus / Logos, personnages magnétiques de sexe opposé qui apparaissent dans les rêves sous multiples visages. Marie-Louise Von Franz explique dans son livre remarquable écrit dans les années 1970<sup>33</sup> :

« Si la conscience accorde la prédominance à l'aspect *logos* de la vie, comme c'est généralement le cas chez l'homme, l'aspect *éros* est personnifié dans les rêves par des figures féminines et, inversement, lorsque le moi accorde la suprématie à l'élément éros de la vie, ce qui est le plus habituel chez la femme, on voit se présenter les personnifications masculines. »<sup>34</sup>

(dans le cas d'Antoine : cf. Rêve 3 – La rencontre avec la Dame, p. 87, et la deuxième partie du Rêve 6 – Le sacrifice, p. 93)

- Le Soi

C'est la totalité de l'Être comparable à l'Atman indouiste, la conscience supérieure et universelle au-delà des séparations individuelles, et de l'espace et du temps. Le Soi, cet homme éternel en nous, revêt des traits abstraits (nombres) ou géométriques (cercles, carrés, mandalas) ou personnifiés (Vieux Sage / Grande Sage).

(dans le cas d'Antoine : cf. Annexe, Rêve 8 – Le Grand Saut, p. 97 ; Rêve 11 – La tente de la guérison, p.104)

## **La mort du père et le Grand Sage – Rêve 8 – Le grand Saut**

La rencontre avec le Grand Sage et l'étape du transfert exprimé par « la mort du père » (cf. p. 20 et p. 42) avaient été vécus simultanément par Antoine. Je présente ici son rêve en intégralité car il marque un moment décisif dans la cure.

---

<sup>33</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020.

<sup>34</sup> Ibid. p. 74.

Je suis au sommet d'une falaise, le vide est derrière moi, et devant moi il y a un paysage assez aride, assez humide, ambiance blanche et humide comme s'il y a des embruns.

Je vois une maison qui est toute noire, de plain-pied. Elle n'est pas très accueillante. Autour de la maison il y a trois petits arbres noirs, aussi noirs, on dirait presque des sapins. Je suis très curieux, j'essaye de m'en approcher, mais j'avance très doucement. Elle ne me paraît pas très chaleureuse, très foncée, elle est faite en bois, très massive. J'arrive, la porte est vitrée avec la poignée qui est ronde, et j'entre sans frapper. À l'intérieur c'est une table de séjour en bois noir, et 4 chaises. Sur ma droite, un coin cuisine, et au fond de la pièce, il y a une grande cheminée, avec des traces de suie noire, comme s'il y avait un feu qui serait resté allumé pendant 100 ans sans qu'on aère la maison, ça sent la suie noire.

Le rêveur entre à nouveau tel un voleur dans la maison noire, massive, en bois épais, et à l'intérieur ça sent la suie noire qui témoigne de la combustion non complète et du manque d'air, car la pièce n'a pas été aérée depuis « cent ans » de solitude, de toute évidence. S'agit-il de l'œuvre noire pas encore tout à fait achevée ?

Un grand fauteuil noir, avec des clous, il y a un homme assis dessus. Je m'approche tout doucement. Il n'y a pas la moindre once de vie, c'est lugubre, je distingue un homme vieux de 80 ans, cheveux longs, poivre et sel, longue barbe, poivre et sel, longue aussi, je m'approche de lui, il a un visage très émacié, très sec, il dort, il a l'air de dormir.

Sur ses genoux, il y a un livre, une sorte de carnet, il n'y a rien sur la couverture, le livre est posé sur ses genoux, ouvert. Je me déplace tout doucement, comme si je ne voulais pas le réveiller, troubler le silence qui l'entoure. Je le tire vers moi, tout doucement, pour ne pas le réveiller. Ses mains sont toutes fines, toutes sèches.

Nous sommes en la présence personnifiée du Grand Sage, qui dans son versant positif représente la confiance, la connaissance et la sagesse, mais dans son versant non différencié, le martyr, l'ascète mortifié et le tyran, la « nuit noire de l'âme ».

J'attrape le livre, je regarde ce qu'il y a de marqué dedans, il y a une écriture presque illisible, ce n'est pas une écriture que je connais. Quand je me focalise sur un paragraphe pour essayer de déchiffrer ce qui y est noté, du moins comprendre dans quelle langue c'est, l'encre disparaît, les pages deviennent blanches. Je tourne une page, regarde une autre page, toutes les pages deviennent blanches, tout ce qui est écrit disparaît. C'est très étrange.

La séquence se déroule dans le sens inverse, comme dans le rêve précédent, les mots disparaissent, l'encre s'efface au fur et à mesure que le rêveur la découvre, c'est le retour vers le blanc virginal. Nous pouvons constater qu'il se trouve encore de « l'autre côté du miroir » en compagnie du Vieux Sage et de son Livre du destin, dont le sens demeure toujours hermétique au commun des mortels.

Quand bien même le vieux Sage (l'archétype d'Hermès-Thot-Merlin) peut paraître vieux et immobile, il incite le rêveur à « reprendre son destin en main », toujours par sa ruse et sa perspicacité imprévisibles.

Le monsieur dort toujours, je garde le livre blanc avec moi, je le serre contre ma poitrine en regardant ce monsieur. Il est très ridé, très vieux, il me fait de la peine, il est un peu recroquevillé dans son fauteuil, immobile et très raide. Est-ce qu'il est mort ? Je ne vois pas sa poitrine bouger, peut-être que je suis en train de troubler son repos éternel ?

Nous sommes à l'arrêt total et cette immobilité l'interpelle. Peut-il, doit-il, ranimer le Vieux Sage, son guide intérieur dont il a tant besoin ? C'est finalement une vague de compassion qui l'anime à la vue de cet homme fatigué.

J'essaye de regarder autour dans la pièce pour voir si quelque chose me montrerait qu'il est en vie depuis longtemps ou décédé depuis un petit moment. La froideur de la pièce m'indique que ça fait des lustres qu'il est ici à attendre sur son canapé. Pas de vaisselle, pas d'électricité, juste cette odeur de suie noire, mais étonnamment, c'est assez paisible. On entend le bruit des vagues se fracasser contre les falaises en bas, le bruit du vent qui s'engouffre par les fenêtres et qui siffle.

Le feu des passions a déjà brûlé et laissé de la suie dans l'atmosphère renfermée de la pièce, en tant que colère ou ressentiment, puis le Vieux Sage l'a attendu durant cent ans, une vie entière pour un être humain, pour enfin plonger dans un repos éternel. Mais quel est le « repos », quel est le « remède » à une maladie telle que la solitude aride, l'austérité exagérée et l'aliénation mortifère, si ce n'est le souffle de la vie, et la force du renouveau ?

Celui-ci s'engouffre par la fenêtre pour équilibrer cette vision d'arrêt.

Qu'est-ce que je fais là ? Je ne sais pas. Je laisse le livre, qui est devenu tout blanc, et je le repose sur ses genoux. En le reposant délicatement, je sens le soubresaut de ce monsieur, comme s'il se réveillait. Il ouvre les yeux au contact de son livre posé sur ses genoux.

Antoine, qui lui-même représente en quelque sorte le souffle, a rendu le livre tout blanc et donc blanchi de son contenu, ce qui ramène à la vie le Vieux Sage.

Il a les yeux très bleus, bleu-ciel, perçants, qui ressortent beaucoup avec ses cheveux gris et sa barbe grise. Un bleu-piscine, un bleu-marine. Il ouvre les yeux, se redresse, me regarde, déplie ses doigts longs et maigres, déplie son bras qui est long et fort. Comme s'il n'avait pas mangé depuis dix ans.

Ses yeux s'ouvrent et témoignent de l'appartenance du Vieux Sage à l'élément Eau - Anima, en tant que domaine de l'Inconscient, mais aussi au mercure en tant que substance alchimique transfigurée. Ce qui symbolise probablement la capacité de gestion des angoisses, de la tristesse, des humeurs irrationnelles de l'âme.

Il me tend le livre et me dit : « C'est à toi maintenant d'écrire ». Il est si faible que quand il me tend le livre, il tremble. Ne sachant pas quoi faire, ne comprenant surtout pas ce qu'il veut que j'écrive dans son livre, je prends le livre bêtement. Et quand je prends le livre, sa tête tombe, ses yeux aussi, comme dans un dernier soupir.

Il est parti, c'est comme s'il me transmettait un message, me donnait la responsabilité d'écrire dans son livre, mais à quoi bon écrire dans son livre si, quand on meurt, ça ne reste pas écrit ?

Nous arrivons ici justement à ce questionnement du dépouillement de ce qui reste après nous, le thème de l'héritage que l'on reçoit et que l'on laisse après nous.

Ce questionnement profond n'a pas été mis à jour depuis dix ans au moins, tel que l'exprime son rêve. Mais maintenant que la maison est froide et remplie de l'odeur de la suie, que reste-t-il des passions passagères ?

Je ne sais quoi faire. Est-ce que je garde son livre pour écrire pour ne laisser aucune trace lorsque je partirai, ou est-ce que je le repose sur ce monsieur ? Après tout, c'est son livre, et sans doute, son histoire.

Il me l'a donné, c'était sa dernière volonté, donc je le garde ! Je le prends à nouveau entre mes deux bras, je le serre contre ma poitrine, je recule petit à petit, un pas après l'autre, en respectant le silence. Je retourne à la porte, tourne la poignée ronde vers la gauche, j'ouvre la porte, je mets un pied dehors.

Il accepte la dernière volonté du Gand Sage, et prend son livre avec lui. Cette fois-ci, il va vers le sens de l'Inconscient en tournant la poignée vers la gauche. Il se retrouve dans le brouillard. Il s'est affranchi du statut de voleur, maintenant il a le livre qui lui a été transmis, mais faut-il le garder pour autant ?

Il y a du brouillard, c'est blanc. J'avance sur une falaise, je vois la maison disparaître, je m'assois sur un rocher. Je pose le livre sur ma paume, et je le regarde, fermé avec sa couverture blanche et toutes ces pages blanches et ce que je suis censé écrire. Est-ce que je suis forcé d'écrire ?

À quoi bon écrire si ça ne reste pas ? Je trouve un stylo, j'écris sur la première page : « À la mémoire de cet homme, mort dans cette maison ». J'ouvre le livre en deux, au milieu, j'écris : « Je ne sais pas quoi écrire, désolé. » Je referme le livre, le pose sur le rocher et me lève.

Il dédicace le livre du destin au Grand Sage qui avait vécu à l'intérieur de sa psyché et qui est mort sans qu'il puisse le connaître. Il ouvre son livre dans cet « entre-deux », et accepte le fait qu'il ne sait pas quoi écrire, quand bien-même il pourrait tenir le livre du destin entre ses mains, il n'a aucune idée quant à la direction à prendre, car il n'a pas de désir clair. Paradoxalement, en admettant qu'il ne sait rien, il fait preuve de sagesse en s'en remettant à son Soi supérieur, c'est pourquoi en aucun cas il ne peut s'approprier le livre du Grand Sage. En quelque sorte, il accepte son ignorance et avoue son impuissance face au mystère de la vie

et de la mort. Seulement, il ne sait pas encore qu'il vient d'être initié par le Grand Sage, la figure immortelle, semblable à l'oiseau Phoenix, qui lui a joué une de ses ruses propres au dieu Hermès/Mercure.

J'avance vers la falaise, je me tourne, je vois la maison, ce vieux monsieur, je regarde une dernière fois le livre... Je sens le vide derrière moi... Je mets les bras en croix... Je me laisse tomber dans le vide... En pensant très fort : « Advienne que pourra, je ne suis rien, rien n'est écrit ! ... » (silence, pleurs).

Ici le rêveur réalise son saut dans le vide et embrasse la liberté et son versant effrayant de l'inconnu total. Ce saut devient possible grâce à son parcours précédent, dans lequel sa colère, dont il chargeait le personnage du conducteur de bus, celui du pêcheur, celui du marin, et enfin du Grand Sage (Voir l'annexe A - Rêve 1 - Le bus jaune, Rêve 4 - Le Léviathan, Rêve 5 - Le grand passage, Rêve 8 - Le grand saut), se meure à elle-même, ainsi que son identification avec son histoire de fils mal-aimé, toujours prêt à blâmer les autres, tout en leur cédant les rênes de sa vie.

Il accède ici au statut d'initié humble, conscient et prêt à mourir à lui-même afin de renaitre de ses cendres. Au lieu d'être tiré violemment en l'air par un pêcheur, il s'offre de lui-même à l'immensité de l'espace, en faisant confiance à son destin.

Il semble qu'Antoine n'a pas fini de se donner à voir la mort en tant que saut dans l'inconnu, dans le vide, et de la vivre de façon très intense, avant de se libérer de son identification au héros solaire, au roi et au martyr. Néanmoins, avec chaque expérience émotionnelle de cette nature, son conscient semble se rendre compte de certains traits de son caractère, défauts et émotions, jusque-là refoulés complètement.

Après avoir fait ce rêve émouvant, Antoine commente son expérience :

« J'ai à la fois froid et chaud. C'est triste. Parce que c'est le destin tragique, qui, à la fois, se fait spontanément, comme s'il n'y avait plus rien à dire, plus rien à écrire, et à la fois, ça ne fait pas peur, comme si c'est la fin d'un cycle, ce saut dans le vide ne me fait pas peur, c'est comme un retour à la nature, il n'y a pas la sensation de vertige ou la peur de la souffrance, comme une libération, ça lâche. Je ne saurai pas dire s'il y a la souffrance derrière ce saut ou pas, mais en tout cas, quand je me jette les bras en croix, je n'ai pas de peur, je n'ai pas de souffrance ».

Il est toujours intéressant de souligner que les bras en croix représentent le symbole du Soi, l'alliance de la terre et du ciel, de la droite et de la gauche.

Or, dans la deuxième partie de son œuvre, notamment, à partir du moment où Jung a découvert l'alchimie chinoise et médiévale grâce à son ami Richard Wilhelm, il associe la réalisation du Soi avec la voie de la réconciliation des contraires, le « mariage des opposés ».

« Carl Gustav Jung voit avec raison dans la *réunion des contraires* (pas leur fusion) l'une des conditions majeures de la réalisation du processus de l'*Individuation* qui mène vers la plénitude de Soi ». <sup>35</sup>

Dans « La Psychologie du transfert », C.G. Jung résume précisément ce chemin qui semble se ponctuer par des étapes bien définies exprimées dans les rêves :

« Dix étapes essentielles ponctuent la transmutation intérieure du patient vers l'Individuation : la fontaine mercurielle, le roi et la reine, la vérité nue, l'immersion dans le bain, la conjonction, la mort, l'ascension de l'âme, la purification, le retour de l'âme, la nouvelle naissance. Cette grossesse de l'âme, cet accouchement de Soi, se fait au travers (trans-fare) de ces dix étapes de la relation analytique. » <sup>36</sup>

Le rêve suivant met en scène justement la plongée dans la fontaine mercurielle, et le sacrifice du roi et l'apparition de la reine et de son enfant.

## **La fontaine mercurielle et la purification – Rêve 6 – Le sacrifice**

Je vois une colline, avec l'herbe sèche, c'est l'été, il fait chaud. Les collines à perte de vue. Des groupes de personnes qui discutent. Je marche, j'observe ce qui se passe. Je m'approche d'un groupe, ils parlent une langue que je ne connais pas. Ils sont tous habillés en beige, en lin, ils s'expriment avec leurs deux mains croisées dans le dos, c'est assez étonnant. Ils ne me voient pas, comme si j'étais transparent. Ils ne sentent pas ma présence.

---

<sup>35</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 212.

<sup>36</sup> Bergh, Jean-Luc van den. *Le rêve chez C.G. Jung*. Thèse de doctorat en psychologie clinique, 2006.

Il semble qu'il atterrisse sur le sol, avec les collines à perte de vue, un pays inconnu dont les habitants parlent une langue inconnue et portent des habits de lin. Est-il en terre d'Égypte, la terre rouge, dont la végétation est sèche, et où il se sent invisible pour les autres, comme désincarné ?

Le lin, tissu naturel qui isole de la chaleur et absorbe l'humidité, est aujourd'hui banalisé, mais autrefois il était un matériau très précieux, porté par les prêtres d'Égypte, et symbolisait la « lumière de Lune tissée ». Il témoigne du fait que les personnes présentes dans ce lieu sont des initiés aux Mystères de la Terre, et que nous sommes dans le royaume de la Grande Prêtresse, telle qu'Isis, autrement dit, la Grande Mère. Il peut s'entendre aussi comme « l'Un », le Soi comme symbole unificateur.

Je repars, je marche sur une allée avec des arbres. Un chemin au milieu. Il y a des belles marches avec une mousse. Je regarde un interminable escalier droit qui serpente. Je monte la première marche, elle s'aplatit comme si je ne pouvais pas monter. J'essaye la deuxième, pareil, je redescends. Je reviendrai plus tard.

Il aimerait en effet gravir les marches, entamer une ascension vers le Ciel, ou dans l'au-delà, mais l'escalier refuse d'être monté. Sans trop s'acharner, il n'insiste pas, il a déjà suffisamment d'expérience de la souplesse, quand bien même il aimerait échapper à la tâche qui lui incombe.

Je vois toujours des petits groupes qui discutent, en communauté, ils sont assis au bord du Lac. Je vais, mais c'est impossible de discuter avec eux. Je me demande si ce n'est pas mon esprit qui me joue des tours. Peut-être que je n'ai pas trop envie de discuter, ni de monter les marches, comme si le réel me renvoyait ce que je pensais.

De la même manière, il aimerait se joindre à cette communauté, mais impossible de discuter avec eux. Malgré cela Antoine reconnaît l'effet-miroir, le jeu de son propre esprit qui reflète l'absence de son désir de monter un escalier interminable ou de communiquer avec les personnes qui ne le voient pas.

Il en déduit que sa conscience influence ses perceptions et que l'extérieur et l'intérieur sont interdépendants, cela lui donne de la lucidité. Mais quelque chose en lui résiste.

Je regarde le Ciel, il est assez voilé, je n'arrive pas à apercevoir le soleil, il y a comme un œil bien dessiné, aux contours noirs, et des grands

cils qui me regardent, je sens que je suis levé sur le dos, je me fais absorber dans cet œil, comme dans le trou noir, aller dans l'inconnu.

C'est intéressant de voir qu'ici le rêveur consent, pour ainsi dire, au sacrifice de son « moi », car d'une manière symbolique, il est immolé par le soleil noir qui correspond à une phase de l'œuvre noire, celle d'une profonde mélancolie, la dépression. C'est un moment où l'emplacement de la Lune masque totalement le Soleil, pour celui qui regarde les deux astres depuis la Terre. C'est l'obscurité totale et le désespoir, l'assombrissement de la conscience dans les abîmes de la nuit noire.

Or, traditionnellement, la mise à mort du Roi-Soleil assure la fertilité de la terre.

Mais que symbolise cette étape intérieurement pour ce roi-sacrifié ? Peut-être indique-t-il le déplacement de l'importance du « moi » vers le « nous » ?

La terre s'éloigne désormais, une boule noire, j'observe ces petites personnes qui parlent, qui sourient et qui jouent. C'est bon d'être spectateur. La notion du temps s'arrête. Je redescends. L'œil s'éloigne. Je revois le Ciel voilé. Je me relève. J'arrive à parfaitement bien respirer. L'herbe est devenue verte, tout est empli de couleurs comme si quelqu'un les a arrosées.

En effet, après avoir accompli son sacrifice à la terre, celle-ci retrouve sa fertilité ! Après s'être « accordé aux autres », et à son propre désir de trouver l'entente et l'amitié avec les éléments épars de sa psyché, il intègre l'importance de la communauté. Il traverse l'œil voilé comme une paroi lui « rend sa peau », sa forme visible. Son monde intérieur renaît et devient « empli de couleurs », comme « arrosé » par quelqu'un qui n'est autre que le Grand Être, son moi transfiguré.

Quelqu'un vient de me parler. Un jeune homme de 20 ans, en short et tee-shirt. Il s'appelle Ludovic. On commence une petite discussion.

Je lui demande ce qu'il fait ici, la même chose, il cherche la paix et la tranquillité. Ça me rassure, il est sympathique, on parle la même langue on se balade, on se raconte nos vies, on regarde la nature, le lac, c'est très agréable.

Désormais, il trouve des similitudes et peut enfin discuter et être vu par d'autres. Il rencontre un jeune homme nommé Ludovic avec qui il se lie d'amitié. Il est intéressant de découvrir que

la signification de ce prénom est « l'illustre combattant », un homme de convictions et de principes, capable de prendre de bonnes décisions. Ainsi les deux contraires en lui-même s'accordent : l'affirmation du Soi et la concorde avec les autres.

Il y a comme une secousse, ça a figé tout le monde pendant trois secondes. On s'est figés on s'est regardés, puis le temps s'est suspendu pendant ces quelques secondes. Il y a une femme avec une petite fille. Elles jouent. Elles sont très jolies, toutes les deux rousses, elles sont habillées pareil, elles ont l'air heureuses. Elles jouent à cache-cache. Comme s'il y avait en elles des vagues de bonheur, de plénitude. Et il y a une biche qui apparaît à dix mètres de nous. Elle fait des petits bonds, elle s'en va, c'est très élégant.

La secousse nous annonce un événement important, et la femme rousse avec sa fille, habillées pareil et qui jouent à cache-cache, sont l'image de la légèreté, renforcée ici par l'image de la biche. Les vagues de bonheur et de plénitude confirment le rapport positif que le rêveur entame désormais avec son Anima-Mère et sa Fille, toutes les deux rousses (ce qui indique leur nature solaire, relative au Soi).

Nos échanges sont très fluides comme si on se connaissait depuis toujours. Un petit chemin autour du Lac avec plein d'arbres, c'est une fontaine, pleine de jets d'eau. C'est assez agréable, le garçon me prend la main. Il m'invite à aller dans l'eau. Elle est un peu fraîche, c'est agréable. Je m'allonge et je me fais aspirer tout au fond de l'eau. Comme si les parois étaient transparentes, je vois tout ce qui se passe comme dans un bocal, je suis seul, en silence, j'ai une vision globale de tous ces gens qui prennent du bon temps, comme un spectateur, c'est beau à regarder.

En prenant le petit chemin autour du Lac, tel Gilgamesh, notre rêveur se met au fond de la fontaine pour se faire « blanchir », et acquière une vision globale, tant désirée. D'un trou noir du soleil, il passe à la sphère aquatique avec une vue panoramique.

Nous sommes à nouveau devant le symbole du bain, que nous avons déjà examiné dans la scène du pêcheur fâché (Rêve 4 - Léviathan). On continue ici avec le symbole de la fontaine, une représentation du mercure alchimique, Eau Argentée (Vif Argent), qui lui confère une transparence et une vision globale.

Ici, point de douleur d'une lèvre transpercée, point d'inhibition. C'est une séquence du plaisir d'échange qui s'installe, celui de la fraîcheur et d'une contemplation paisible, où les autres sont « beaux à regarder », sans rancune, ni tristesse. Il semble qu'ici, Antoine a transmuté la douleur de la blessure causée par l'absence du père.

### Les types psychologiques

Pour comprendre le cheminement du moi sur la voie de l'Individuation, il est important de nous rappeler la théorie jungienne des « types psychologiques ».

Le *moi* pour Jung comporte quatre interfaces d'interaction avec le monde, plus ou moins développées selon la condition de vie, autrement dit de *l'acquis* de par sa culture, sa position sociale et ses valeurs familiales.

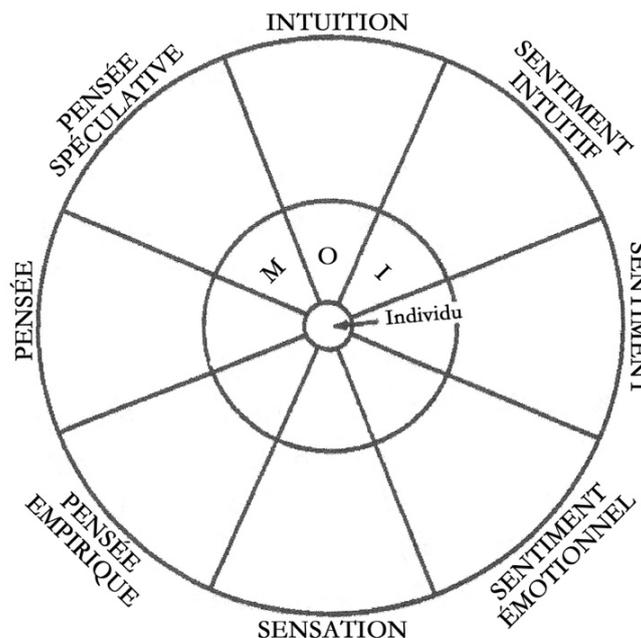


Figure 1. C. G. Jung ; Introduction à la psychologie jungienne ; schéma n°5 ; p. 229 ; Éd. Albin Michel.

Lorsque l'individu est de type *pensée*, donc orienté essentiellement vers le maniement des idées et des abstractions, son contraire serait la fonction opposée, celle que Jung nomme la « fonction inférieure », dans ce cas précis, « le sentiment ».

Il en va de même quand la personne est orientée vers le *sentiment*, ce qui relève plutôt de la capacité de jugement subjectif des valeurs et des phénomènes, sa fonction inférieure sera « la pensée ».

De la même façon, lorsque l'individu est de type *intuition*, ce qui dans le sens jungien représente la capacité *de pressentir le développement des phénomènes dans le temps*, une qualité rare propre aux artistes, poètes, mystiques, sa fonction inférieure sera donc « la sensation » - l'ancrage dans les sensations du corps, la relation à la terre et à la matière, à l'argent et aux phénomènes concrets en général.

Inversement, pour les personnalités de type *sensation*, les « pieds sur terre », c'est « l'intuition » en tant que « fonction inférieure », ou la moins conscientisée donc, qui fera l'objet d'une grande fascination, d'une inspiration ou d'une aversion.

En effet, cette fonction-là est « l'appel au voyage du héros », le chemin initiatique vers les trésors de l'âme connu dans toutes les cultures. Selon Marie-Louise Von Franz, c'est donc à travers cette petite porte du dialogue et de conscientisation de ce *contraire en soi-même*, au-travers de cette fonction inférieure précisément, que le travail de l'Individuation peut réussir.

Il faudra ajouter à cette grille essentielle de lecture, une autre, pas moins importante, celle de l'extraversion (conscience tournée naturellement vers le monde extérieur) et de l'introversion (conscience tournée naturellement vers le monde intérieur) qui s'applique également à cette opposition de la *fonction dominante* face à la *fonction inférieure*.

Par exemple, si le patient est de type *pensée* extravertie (fonction dominante), sa *fonction inférieure* sera le *sentiment* introverti. Cela pourra parfois déterminer la direction que pourra prendre une cure en fonction des symboles oniriques.

Pour comprendre le type psychologique du patient, situer son besoin immédiat, le thérapeute doit réellement prendre en compte sa réalisation extérieure, sa préoccupation, son âge, et son cycle de vie correspondant, mais avant tout, la symbolique de ses rêves qui va jouer la *fonction compensatoire* et dévoiler les éléments du domaine manquant, les plus vivifiants, qui demeurent dans l'Ombre.

Marie-Louise Von Franz appelle ce type de rêves le « pain béni » et les associe à la voie la plus rapide de guérison psychique.

### *Le pont vers la fonction inférieure*

Il me semble que la voie du thérapeute est à la fois un long travail de développement de ces quatre fonctions, mais aussi toujours le choix de la route la moins facile, car dans sa posture spécifique, le thérapeute ne peut pas se contenter d'être juste lui-même, quand bien même on le

choisirait pour cela, il doit s'efforcer de représenter la totalité de la psyché, provenant également de l'intégration de *la fonction inférieure* (l'Ombre ou Anima/Animus), et interagir avec le patient en faisant office de pont, traduisant la démarche compensatoire de l'Inconscient et son expression symbolique.

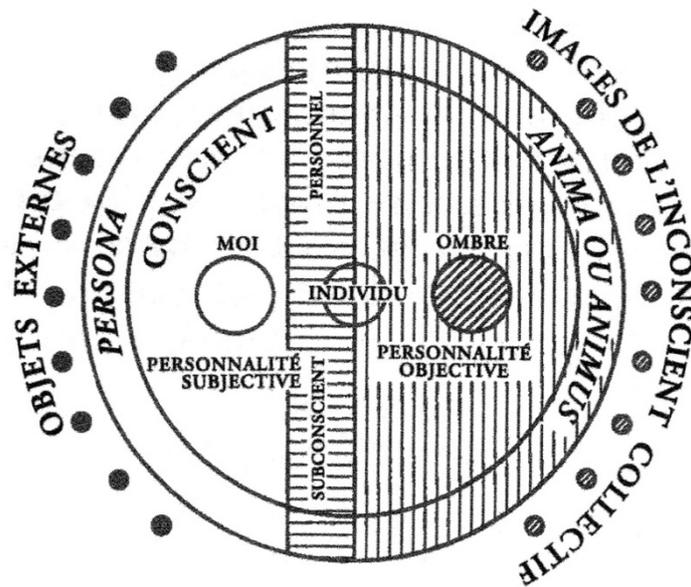


Figure 2. C. G. Jung ; *Introduction à la psychologie jungienne* ; schéma n°9 ; p. 242 ; Éd. Albin Michel.

C'est pourquoi, cette position du thérapeute qui assume la fonction de pont<sup>37</sup> ressemble à une danse. Le thérapeute devient un pont dansant, conscient de *la fonction inférieure* du patient, qui s'exprime dans ses rêves et les points de son histoire personnelle, qui peut être blessante, mais aussi des moyens transposés sur les fonctions auxiliaires qui vont lui permettre de progresser, main dans la main, avec la symbolique onirique.

---

<sup>37</sup> « Lorsqu'on fuit dans l'imaginaire, on est, de fait, perdu pour ce monde. Très vite, on ne parvient plus à parler de soi et le chemin de l'asile est ouvert. C'est pourquoi, lorsqu'on est proche de l'inconscient collectif, on doit trouver un moyen d'expression pour créer un pont avec la réalité. Autrement, il n'y a rien pour s'accrocher, et on devient la proie des forces libérées. Lorsque les gens s'égarerent dans le collectif et qu'on peut leur donner un moyen de projeter leurs idées, ils peuvent retrouver leur santé mentale. » ; Jung, Carl Gustav. *Introduction à la psychologie jungienne*. Paris. Albin Michel, 2015, p. 262.

## Le Soi du point de vue du conscient

Maintenant que le processus de l'Individuation devient un peu plus clair, lorsque nous pouvons le percevoir en tant que jeu des réalités imbriquées les unes dans les autres comme des poupées russes, nous pouvons concevoir la signification initiatique des contes les plus étranges.

Tel fut pour moi le conte de mon enfance dans lequel apparaissait Kochtcheï l'Immortel, qui parfois pouvait être substitué par le dragon ou serpent, et le personnage du héros solaire, Ivan, le « simple d'esprit » au devenir princier. Celui-ci devait grimper sur un arbre, évidemment très haut, trouver un œuf, évidemment tout petit, dans lequel se trouvait une aiguille très fine, qui devait être cassée en deux pour abattre son adversaire l'Immortel, en tout point ressemblant à la mort elle-même, afin de récupérer la belle princesse, l'Anima.

Mais qu'en est-il de cet aspect terrifiant de « l'Immortel », cette partie de l'Ombre au potentiel archétypal par-delà l'inconscient personnel ?

En faisant des recherches sur ce sujet, j'ai été amenée à relire les explications autour d'un rêve d'enfance de Jung, où il se faisait poursuivre par une masse sans forme, noire et terrifiante, tout en essayant de préserver une petite lumière au creux de sa main. Ce rêve avait tout particulièrement attiré mon attention, car ce fut également un rêve récurrent de ma propre enfance, qui autrefois me terrifiait, car à mon réveil je ressentais dans mon corps physique la douleur très réelle des morsures laissées par cette chose surnaturelle que je prenais pour une sorte de monstre.

Voilà comment Jung l'analyse :

« Ce rêve fut pour moi une grande illumination : je savais maintenant que mon numéro 1 était celui qui portait la lumière et que le numéro 2 le suivait comme une ombre. »<sup>38</sup>

Jung écrit cela tout en expliquant la différence entre son numéro 1 - son *moi* conscient, qui évolue dans le temps, et son numéro 2 - son guide éternel, son *Grand Sage*, personnification de la totalité de son être.

---

<sup>38</sup> Jung, Carl Gustav. *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées, recueillis et publiés par A. Jaffé*. Paris. Gallimard, Folio, 1991, p. 150.

Néanmoins, je ne comprenais toujours pas la signification de l'apparence de cette masse sans forme, noire et terrifiante. À mes yeux, elle n'était que l'expression de *l'Ombre* qu'il fallait vaincre, tandis que la petite lumière n'était que l'expression de la conscience individuelle, l'étincelle venant du *Soi*, qu'il fallait conserver à tout prix.

Ce n'est qu'avec ce commentaire de Marie Luise Von Franz, que je réalisai son véritable sens :

« Ce rêve lui révélait que l'univers lumineux intérieur est, à la lumière de la conscience, une ombre gigantesque. »<sup>39</sup>

De toute évidence, mon esprit n'était jusque-là pas prêt à intégrer cette vision globale. Car le concept jungien du *Soi* et de la totalité de l'Être, d'une manière mystérieuse, restait pour moi trop abstrait et extérieur à toute notion d'Ombre, associée au mal et à la souffrance, et ne pouvait, par conséquent, être associé à cette « masse sans forme ».

Maintenant seulement, après avoir vécu la complexité du jeu labyrinthique dans lequel mon propre Animus avait pu m'entraîner, je réalise mieux que la conscientisation même du processus d'Individuation ne peut être atteinte qu'après l'acceptation de cet aspect effrayant et « inhumain », dont le *Soi* est entouré comme d'un manteau noir et surnaturel, lorsqu'il est vu de point de vue du conscient !

« Je comprends maintenant brusquement... ce froid et cette ombre d'étonnement et d'étrangeté qui tombait sur les gens chaque fois que je faisais allusion à ce qui pouvait évoquer le royaume intérieur. »<sup>40</sup> - écrivait Jung à ce propos.

D'après Jean Luc van den Bergh « l'aspect numineux du *Soi* peut aussi bien créer de l'extase, fasciner (*fascinum*) ou au contraire, effrayer (*tremundum*) par son intensité »<sup>41</sup>.

« Mais qu'est-ce qu'est donc cet inconscient qui joue un tel rôle dans la vie et l'œuvre de Jung ? En vérité, c'est une expression objective moderne pour désigner une expérience immémoriale de l'humanité. Elle

---

<sup>39</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 46.

<sup>40</sup> Ibid.

<sup>41</sup> Bergh, Jean-Luc van den. *Le rêve chez C.G. Jung*. Thèse de doctorat en psychologie clinique, 2006.

embrasse les éléments étrangers et inconnus surgissant de notre monde intérieur, des poussées des forces capables de nous changer soudain, des rêves et des idées spontanées qui, nous le sentons, ne sont pas nos propres créations, mais montent du fond de notre être d'une manière étrange et toute puissante. À d'autres époques, ces actions furent attribuées à un fluide divin (mana), à un dieu, à un démon ou à un « esprit ». On exprimait ainsi d'une manière frappante le sentiment de l'existence objective et même étrangère de ces forces et, en même temps, l'expérience d'une réalité toute puissante à laquelle se trouve livré le moi conscient. »<sup>42</sup>

### La personnification du Soi

Lorsque la personnification de l'Animus/Anima est enfin intégrée, en tant que Logos / Éros du rêveur(euse), le Soi revêt une nouvelle forme :

« Celle d'une personnalité supérieure qui revêt chez l'homme les traits du « maître », du vieux sage, magicien et demi-dieu et, chez la femme, la grande amante, l'antique mère, la vieille femme pleine de sagesse, ou la déesse Coré-Déméter en une seule figure. Jung a emprunté à la philosophie indienne le nom du *Soi* pour désigner cet aspect de l'inconscient. Le Soi paraît embrasser tous les aspects susmentionnés de la psyché en incluant le moi. La description donnée par Jung de son numéro 2 dont il fit l'expérience dans sa jeunesse, correspond au Soi : c'est en quelque sorte l'homme supérieur, éternel en nous. Cette figure n'est pas toujours personnifiée, elle est souvent figurée par un symbole mathématique, une figure circulaire ou carrée. L'accent est moins mis sur l'aspect humain du centre de la personnalité que sur le fait qu'il produit l'ordre et le sens ».<sup>43</sup>

---

<sup>42</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 12.

<sup>43</sup> Ibid. p.75.

Dans ce commentaire qui explique si brillamment le concept jungien du Soi résident plusieurs clés de décodage tels que *l'ordre et le sens*. L'ordre est à l'opposé du principe du désordre, et donc de l'entropie naturelle des choses matérielles.

« La science veut rapprocher l'homme des mystères de la vie, de l'éternité, de l'infini, du devenir, en fait elle l'en éloigne. Les hommes ne cessent d'investir leur énergie dans ce qui peut leur faire oublier ce dont ils ont peur : les limites infranchissables de leur compréhension. L'incertain engendre le besoin de repères. L'effroi devant l'insondable éternité provoque le besoin de mesure du temps, de compter le temps. L'effroi devant l'infini génère le besoin de mesurer, de compartimenter l'espace. Insoumis à la comparaison, toujours plus grand que lui-même, l'infini est un non-lieu. Affronter l'infini et l'éternité par le raisonnement ne peut conduire qu'à des impasses. Bien avant la formulation de la *relativité simple* et de la *relativité générale*, le rêve s'est affranchi des repères d'espace et de temps. »<sup>44</sup>

C'est pourquoi, il n'est pas surprenant de découvrir que la vision du Soi et de ces symboles dans les rêves des patients les fait finalement dépasser l'angoisse du *vide intersidéral*, le *sentiment de la séparation, de la solitude* et de l'abandon dans le *Rien* impersonnel, qu'expérimente leur « moi » à une certaine étape de la cure, pour une restructuration globale et salutaire de la psyché !

Voici comment Antoine arrive dans un seul rêve à réaliser les étapes suivantes que sont : la conjonction, la mort, l'ascension de l'âme, la purification.

## **La conjonction et la mort – Rêve 5 – Le grand passage**

(pour la grille de lecture, cf. p. 20)

Je suis dans une ville dans la nuit, il y a un brouillard très épais, le sol est chaud, je sens la chaleur qui émane des murs et du sol et le brouillard est frais.

---

<sup>44</sup> Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 195.

C'est la fin de la journée, le brouillard est frais, mais c'est très sombre. J'essaie de me guider mais je ne vois pas beaucoup, pas devant, pas plus de 5-10 mètres, il y a un silence impressionnant, juste le bruit des gouttes l'eau qui tombent. Je cherche la vie, l'activité. Je ne trouve personne. J'avance dans une petite rue, à droite, cette fraîcheur est assez agréable. Comme une double sensation : la fraîcheur sur la peau du brouillard qui se dépose, et la chaleur dans le corps, le corps qui a vécu une journée très chaude. C'est comme une double-sensation.

Nous sommes à nouveau dans le royaume du Brouillard, le symbole de l'entre-deux. Il éprouve la sensation simultanée de la fraîcheur et de la chaleur.

Au sol, il y a une ligne blanche qui est tracée, alors je décide de la suivre. Je marche tout droit, je marche assez lentement, mais je suis curieux de voir où elle mène, alors j'avance un peu plus vite, on est dans une grande rue qui va tout droit. Alors, je découvre la Lune qui devient visible petit à petit, au fur et à mesure que j'avance.

L'Eau se présente sous forme de la Lune, la mère archétypale, de la lumière qui éclaire dans la nuit. Tel Thésée, Antoine semble s'accrocher à la ligne blanche d'Ariane dans le labyrinthe intérieur qui le conduit vers le centre, vers sa peur la plus profonde.

Il y a un éclairage public, il ne fait pas sombre, c'est sombre mais ça ne l'est pas... j'arrive à y voir, pas loin, mais je vois ! Un petit virage à droite, mais la rue part aussi à gauche, donc je décide de suivre la ligne qui part à droite.

Sur un mur il y a un dessin en forme de bouche, une bouche toute rouge comme une bouche, cela me fait sourire, j'avance. Je suis un peu dans une attraction, un parcours, comme le train fantôme mais sans le fantôme. Ce n'est pas effrayant, c'est presque excitant de découvrir ce qui se passe petit à petit en suivant cette ligne blanche. Je la suis mais je me demande pourquoi suivre cette ligne blanche ? Peut-être parce que c'est le seul repère, donc je continue à la suivre.

Le dessin d'une bouche rouge de femme nous rappelle le symbole de castration, présent dans le rêve du pêcheur, mais il n'y a plus cet aspect douloureux qu'il y avait. Il est comme le

« train-fantôme, sans fantôme », le fantôme (probablement celui du père ne le hante pas), il est tout juste « en train » de constater son absence.

On arrive à une intersection, la ligne va à gauche, je la suis. Les murs deviennent de plus en plus clairs, comme si la couleur des murs changeait. Au départ ils étaient noirs, des pierres polluées et usées, plus on avance, plus la couleur des pierres devient beige. Il y a toujours ce brouillard, la ligne blanche. Sur un mur, un homme avec un béret, ou plutôt une casquette bleue, il ressemble à un marin, c'est une photo. Je me dis que c'est une énigme, une énigme à résoudre avec des images, trouver les réponses, des clés qui sont peut-être au bout de la ligne ou peut-être pas.

Les pierres noires et polluées deviennent beiges, c'est le stade du blanchissement de la pierre et du passage de l'œuvre noire à l'œuvre blanche dans l'alchimie. Un homme sur le mur avec une casquette bleue qui ressemble à un marin. Voici l'image du pêcheur transformée. Plus tard, Antoine me dira que ce pêcheur, c'est lui-même quand il sera vieux. « Capitaine Haddock, avec la barbe blanche, un air sympathique, qui a l'air heureux. Un marin avec un visage buriné par le soleil, les éléments, un vieil homme, mais heureux, qui a vécu beaucoup de choses. Comme un vieux sage ! ». Et il m'indiquera le portrait de Jung accroché sur le mur de mon cabinet, en me disant qu'il ressemblait un peu à « ce monsieur », sans savoir qui c'est.

Je me mets accroupi. Le brouillard s'arrête à la hauteur de mes genoux, et si je me penche, au-dessous de mes genoux, il n'y a plus de brouillard du tout. Je décide de m'allonger, et d'avancer en étant le plus bas possible. J'ai une meilleure visibilité, je suis tout seul, je ne risque rien, j'avance à quatre pattes. J'arrive à voir un peu plus loin, à voir autour de la ligne, par contre je ne vois plus ce qu'il y a sur les murs.

Je me demande s'il faut suivre la ligne avec de la perspective, où s'il vaut mieux la suivre avec moins de perspective et regarder ce qui défile à côté, sur les murs. Non, je préfère regarder ce qu'il y a sur les murs, donc je me relève, et je continue à avancer en regardant à droite et à gauche.

Ici nous assistons à un changement d'attitude, le rêveur décide désormais d'avoir moins de perspective, moins de contrôle sur la situation au profit de ce qui se passe autour de lui. Il se met debout, et il vit le moment présent.

Le ciel est blanc-orange, ça donne une ambiance chaleureuse, avec les murs beiges, mais comme un peu de brouillard des entrées maritimes, c'est étonnant, mais agréable. Sur un mur il y a une étoile à cinq branches, jaune. Elle semble bouger comme si elle n'était pas fixée sur le mur, elle se déplace, sur un carré, sur le même mur, mais elle se déplace, elle est comme emprisonnée dans un carré, mais c'est rassurant qu'il y ait quelque chose qui bouge dans cette immobilité.

L'étoile à cinq branches qui représente l'homme de Vitruve, et l'union du 2 et du 3, suit sa décision d'avancer debout, tel un être humain qui a trouvé son centre. Le 5 dans le carré magique, représente le centre, la place de la divinité, il n'est pas donc occupé par un nombre. C'est également le symbole de la quintessence alchimique, du potentiel évolutif de l'être humain, et des secrets de la matière. L'harmonie entre les 4 éléments, et l'avènement du cinquième, qui en psycho-analyse Jungienne renvoie à la fonction transcendante, le 5<sup>ème</sup> élément, l'éther, Ciel, Père Universel. L'étoile bouge, comme « emprisonnée dans un carré » mais c'est rassurant, le carré représente l'élément Terre, confirme la signification de l'étoile au sens du passage du 4 au 5. Le passage de la matière à la lumière donc.

J'entends comme des bruits de sabots sur les pavés, mais très lents. C'est un cheval sans doute, j'entends, il est devant moi. Le bruit de ses sabots résonne entre les murs. Il marche presque à mon allure, au pas. J'avance, on avance en même temps. Je ne le vois pas. Sur tout le mur il y a de l'eau qui coule comme une cascade. Étonnant, tout ce silence avec le bruit du cheval, ses sabots, et de l'eau qui ruisselle sur le mur. C'est une ambiance très calme, très paisible. Je suis la ligne blanche, le cheval est devant, toujours. J'observe à droite, à gauche, sur les murs, le sol, la ligne blanche est toujours là, elle rassure.

Comme, prévu, le Ciel fait son apparition sous forme de cheval (selon le symbolisme du Yi-Jing, le Ciel est souvent présente sous forme de cheval). Tel un autre animal-psychopompe d'origine céleste, il accompagne notre rêveur, tandis que le ruissellement de l'eau devient une cascade et présage le passage du seuil.

Au bout, il y a comme une énorme lumière blanche, au bout de la ligne, mais assez loin, après un grand couloir, une grande distance à parcourir,

blanche, mais comme la lumière du soleil, blanche, éclatante, comme un projecteur, une lumière très vive, très vive et très loin.

Comme dans certaines EMI (Expériences de Mort Imminente), il se trouve dans une espèce de tunnel qui mène vers la lumière très intense qui l'éblouit, mais qui n'est pas la lumière du Soleil, car elle est directionnelle comme celle d'un projecteur et de nature surnaturelle.

Je ne vois que le contour du cheval qui apparaît dans l'ombre, je vois l'ombre du cheval avancer. Je le suis. Quand j'écarte les bras je peux toucher les murs. J'arrive à toucher les murs des deux bras. J'avance vers la lumière avec les bras écartés en touchant les murs. Je sens vraiment la pierre qui est lisse, tous les interstices entre les pierres qui avancent, cette sensation est douce. J'avance toujours avec les bras écartés, le cheval est devant, la lumière s'intensifie de plus en plus. J'avance encore, la lumière est de plus en plus intense, je ferme les yeux. Seuls les murs sont mes guides. J'avance toujours en les touchant tous les deux, les bras en croix, la lumière est vive, vive, très puissante, même en ayant les yeux fermés, ça m'éblouit.

Il continue d'avancer en position d'étoile, les bras ouverts, toujours en croix, il s'ouvre vraiment à l'inconnu, les pas du cheval et les murs le guident.

J'entends toujours le cheval, pas à pas, qui avance, je me suis calé sur lui pour avancer, je connais la direction grâce aux murs, et tout d'un coup, je sens une énorme chaleur, le brouillard ne me rafraîchit plus du tout, il fait beaucoup trop chaud, je n'entends plus le cheval. Je touche cette paroi qui est devant moi, qui au moment où je la touche, transforme toute ma peau, petit à petit, comme en paillettes... Comme si la peau devenait incandescente, je ne ressens pas la douleur.

Après cette porte, je n'ai plus de corps. Seul mon esprit est dans l'immensité blanche, une immensité pure. Sans bruits, sans rien, c'est le calme.

Ici, il semble que nous avons assisté à la conjonction de la Lune et du Soleil, du Ciel et de la Terre du feu et de l'eau. Un rêve qui le décharge fortement de l'angoisse de la mort et du vide qui l'ont terrorisé depuis des années.

Après ce rêve Antoine semble être très inspiré et très ouvert :

« C'est un peu le même état que la transe, mais je n'ai pas peur, c'est blanc mais c'est très mou, très bien. Il ne se passe rien, c'est très perturbant. Rien, mais pas désagréable du tout, c'est calme comme du coton.

Ça fait brûler ma peau, ça me fait disparaître, mais quelque part la mort, je pense que c'est comme ça, ou j'aimerais que ça soit comme ça, un moment où l'on passe quelque chose, et derrière, c'est quelque chose de serein, de calme, et du coup on ne ressent rien.

Du coup, je ne perçois même pas ça comme un passage de la vie à la mort, mais un passage d'un état à un autre. Peut-être que c'est la mort, mais déjà lorsque je me balade, c'est la sensation bizarre d'un passage, c'est bizarre, assez calme et paisible ! »

## Chapitre III – Le Mythe Personnel

### Le Mythe Personnel

Nous pouvons déduire que lorsque les problématiques relatives à l'Inconscient personnel du rêveur et son drame personnel, « le secret qui l'a brisé », notamment chez les blessés narcissiques ou les personnes ayant vécu des forts traumatismes, se manifestent en tant qu'agent secret des symboles, c'est l'expérience des symboles et le dialogue avec leur nature subséquente qui peut restaurer l'équilibre.

« Dans de nombreux cas psychiatriques, le malade a une histoire qu'on ne raconte pas, qu'en général personne ne connaît. Pour moi, la véritable thérapie ne commence qu'une fois examinée l'histoire personnelle. Celle-ci représente le secret du malade, secret qui l'a brisé. En même temps cette histoire renferme la clé du traitement. Il est donc indispensable que le médecin sache la découvrir. Il doit poser des questions qui concernent l'homme dans sa totalité et ne pas se borner à son seul symptôme. Dans la plupart des cas, il ne suffit pas d'explorer le matériel conscient. Le cas échéant, l'expérience des associations peut faciliter l'accès, l'interprétation de rêves ou le contact humain long et patient, avec le malade. »<sup>45</sup>

Lorsque ce « secret », ou ces secrets - contenus refoulés (les croyances et représentations erronées à propos de soi-même, les mémoires engrammées des traumas, etc.) qui se présentent sous forme symbolique et révèlent les blessures qui ont besoin d'être soignées, notamment chez les blessés narcissiques - le regard sur l'histoire personnelle se modifie, et son impact sur le quotidien s'allège.

« Durant toute sa vie Jung a conservé cette même attitude : chaque maladie psychique demeurerait pour lui le drame personnel d'un individu, en dépit de tous les types de maladie, l'histoire personnelle « est le secret

---

<sup>45</sup> Jung, Carl Gustav. *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées, recueillis et publiés par A. Jaffé*. Paris. Gallimard, Folio, 1991, p. 196.

du patient, contre lequel il s'est brisé, en même temps elle contient la clef du traitement. Pour la trouver il faut avant tout « un contact long et patient »<sup>46</sup>.

Il me semble très important d'approfondir la compréhension de *l'histoire personnelle* en tant qu'image consciente de soi-même et la fêlure qui se tapit derrière les multiples visages d'archétypes<sup>47</sup>, les affects et les images qui **gouvernent** le courant de notre vie, lorsque celle-ci demeure dans l'Ombre.

De là on pourrait supposer que le Mythe Personnel s'active, tel un bouclier suite à une souffrance intolérable que le patient peine à intégrer lors du travail avec l'Ombre, et fait s'introduire dans l'inconscient personnel du sujet un archétype venant de l'inconscient collectif avec une très forte charge énergétique. Si le « moi » de l'individu n'est alors pas suffisamment structuré et sécurisé par son milieu socio-culturel et familial, rassuré par ses repères affectifs, il se retrouve sous une très forte emprise d'un archétype venant des profondeurs de la psyché.

Car selon la théorie Jungienne, **plus le Mythe Personnel est conscientisé par le travail intérieur, moins il a d'influence ou de chance de se produire à l'extérieur, se manifester en tant que destin de la personne.**

« J'avais expliqué les mythes des peuples du passé, j'avais écrit un livre sur le héros, ce mythe dans lequel l'homme vit depuis toujours.

« - Mais dans quel mythe vit l'homme de nos jours ?

- Dans le mythe chrétien, pourrait-on dire...

- Est-ce que toi tu vis dans ce mythe ? - demanda quelque chose en moi.

---

<sup>46</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 58.

<sup>47</sup> « La manifestation d'un archétype est une composition. Elle est commandée par une empreinte (arché = commander, type = empreinte), formée d'association neuronales transmissibles génétiquement et soumise à un « habillage » personnalisé, fait d'emprunts à la mémoire visuelle du rêveur. L'intuition de Carl Gustav Jung l'a conduit à proposer l'hypothèse d'un *inconscient collectif* pour expliquer ses représentations qui paraissent étrangères au Moi conscient ». Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010, p. 93.

- Si je réponds en toute honnêteté, non ! Ce n'est pas le mythe dans lequel je vis.

- Alors, nous n'avons plus de mythe ?

- Non. Il semble que nous n'ayons plus de mythe.

- Mais quel est ton mythe à toi, le mythe dans lequel tu vis ? »

Je me suis senti alors de moins en moins à l'aise et j'arrêtai de penser.

J'avais atteint une limite. »<sup>48</sup>

Ayant survécu à deux guerres mondiales, Jung fut témoin de multiples manifestations de ce Mythe inconscient sur le plan collectif et sociétal en tant que mythe héroïque menant à la polarisation de la conscience collective et aux pires atrocités réalisées par des gens ordinaires.

Sur le plan individuel, ce mythe peut s'activer et se mettre en mouvement brusque à partir d'un choc traumatique, la prise de drogues ou un deuil non accompli. Il surplombe alors et domine l'inconscient personnel du patient qui se retrouve désarmé et submergé par l'avènement de celui-ci. Une dissociation peut survenir et conduire à des états de déréalisation, la déconnexion partielle avec la vie, les conséquences néfastes que Jung nomma *l'inflation du moi*.

Jean-Luc van den Bergh explique davantage ce concept :

« En 1945, Jung affirme que Freud a succombé à l'archétype de l'inceste. Pour Freud, le symbole est réduit à un sens. C'est à cause de cette réduction à un (seul) sens, que Freud a fait l'expérience numineuse de l'archétype de l'inceste. « La rigidité dogmatique de Freud s'explique par le fait qu'il a succombé à l'action numineuse de l'image originelle découverte par lui ». Jung évoque ainsi une inflation du moi de la part de Freud qui a été possédé par cet archétype. »

Aujourd'hui, lorsque ce Mythe Personnel, en tant que mythe du Héros Solaire ou de la Vierge Marie par exemple, s'exprime chez les patients à titre individuel, il revêt encore les mêmes vieux lambeaux des martyrs et des sacrifiés au nom d'idéaux inaccessibles. La tâche

---

<sup>48</sup> Jung, Carl Gustav. *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées, recueillis et publiés par A. Jaffé*. Paris. Gallimard, Folio, 1991, p. 274.

principale ne consiste pas à les éviter, mais à les objectiver, les rendre conscients et leur donner une forme d'expression par le processus créatif.

« Jung rappelle que s'identifier au héros, au soleil, au Soi, au Messie, aux figures de pouvoir (roi, pape) a pour conséquence la mégalomanie, la perte du contact avec autrui mène à l'inflation du moi, d'autant si on souffre d'un complexe d'infériorité. Tout symbole se manifeste de façon positive (mégalomanie consciente) ou négative (l'inflation du héros souffrant). »<sup>49</sup>

Les rêves d'Antoine confirment assez bien l'inflation de son moi par l'idéal du héros souffrant, mis à mort et sacrifié à plusieurs reprises de façon symbolique dans les rêves :

D'abord il vit une mort symbolique lorsqu'il est repêché par le pécheur dans le Rêve 4 – Léviathan, ensuite, lorsqu'il traverse la paroi de lumière qui dissout sa peau, le Rêve 5 – Le grand passage, ensuite, lorsqu'il s'offre en sacrifice à un œil gigantesque et quitte la terre, pour ensuite y revenir sur le sol devenu fertile, Rêve 6 – Le sacrifice, lorsqu'il effectue son grand saut dans le précipice en s'offrant totalement à l'inconnu, les bras en croix, le Rêve 8, Le Grand Saut. Puis, lorsqu'il rencontre sa part souffrante, un homme qui ressemble à un ange dans le Rêve 11 – la Tente de la guérison (cf. Annexe Rêves d'Antoine).

Marie-Louise Von Franz explique remarquablement bien la mécanique de projection de l'Ombre et de déplacement de la lumière dans les cas où l'Ombre peine à être intégrée et donc se fait projeter à l'extérieur.

« Lorsqu'une telle opération créatrice n'est pas menée à bien, l'élément inconscient se réalise sous forme de *projection*. En d'autres termes, ce qui lui fait obstacle est projeté sur un ennemi extérieur, tandis que son énergie positive, elle, est reportée sur un « guide » ou « héros » ou une élite. Dès lors, toute possibilité de prise de conscience se perd et l'on voit apparaître une *dissociation* de la personnalité ou de la société. »<sup>50</sup>

---

<sup>49</sup> Bergh, Jean-Luc van den. *Le rêve chez C.G. Jung*. Thèse de doctorat en psychologie clinique, 2006.

<sup>50</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 140.

Il semble que chez Antoine, ce même processus a pu être déclenché sans forcément qu'il soit conscient. Voici le rêve qui répare cette dissociation entre le héros souffrant et sacrifié et l'ombre personnifiée :

### **La manifestation du Soi – Rêve 11 – La tente de guérison**

Je suis au bord d'une plage, il fait grand soleil, la mer est très loin, la marée est basse. Je vois au loin des grands draps blancs, comme une grande tente avec les draps blancs qui volent au vent, j'essaye d'y aller. Plus je m'approche, plus j'entends le bruit du vent dans les draps blancs. Il les fait claquer. On sent le grand air marin, l'air iodé, on le respire bien.

Notre rêveur se retrouve dans un espace ouvert, chaleureux, la mer s'étant retirée pendant la marée basse.

Je rentre dans cette espèce de construction, comme une grande tente berbère avec les draps très blancs qui volent un peu au vent, l'air est frais à l'intérieur.

Le côté nomade et aérien de la tente berbère appelle à la mobilité.

Il y a plusieurs pièces. Je rentre dans les pièces. Il y a quatre personnes qui sont assises en tailleur. Deux hommes et deux femmes. Ils méditent en rond. Toujours avec le bruit du tissu et du vent, cette fraîcheur. Ils sont tous habillés en blanc, en lin, l'air calme avec un petit sourire sur les lèvres.

Ici nous retrouvons les « deux par deux », et le chiffre quatre relatif aux mandalas, et la représentation du Soi. Il y a deux hommes et deux femmes, une sorte d'équilibre est instauré entre eux. Le tissu de lin, déjà rencontré dans les rêves précédents, lui indique à nouveau la présence des initiés.

Je ressens une énergie importante entre eux, presque palpable, ils ont l'air d'être en transe, dans une méditation profonde, ce cercle génère une énergie.

Doucement, j'avance. J'essaie de me positionner au milieu du cercle. Je peux ressentir toute leur énergie, quelque chose de chaud, comme un

fluide invisible d'énergie qui va arriver de leurs mains, qui passe par le sol et rejoint le centre du cercle où je suis positionné.

Ils sont comme les quatre éléments. Chacun a quelque chose, une énergie différente. Je ferme les yeux, je me rends compte que je peux communiquer avec eux. Une communication des ressentis. Je les remercie d'être là et de m'apporter le fluide. Je ressens quelque chose de très bienveillant, comme s'ils sentaient que ma lumière n'était pas à un bon niveau, et qu'ils prenaient soin de la recharger. Tant de bienveillance, comme si ça leur faisait plaisir de pouvoir apporter ça à quelqu'un. Je me sens regonflé, toutes ces énergies puissantes, je passe derrière chacun d'entre eux, je pose la main sur l'épaule de chacun en guise de remerciement. Ils sont imperturbables, ils ont un petit sourire, un demi-sourire, ils continuent. Je sors de la pièce. Je pars dans les dédales des draps blancs, ça sent la lavande mélangée à l'eau de mer, c'est très agréable, c'est frais.

Il semble qu'Antoine se laisse guérir par les quatre éléments, car sa propre lumière n'est pas suffisamment puissante. Il se positionne au milieu tel un 5<sup>ème</sup> élément évoqué précédemment.

Il y a encore quelqu'un dans une pièce. Un jeune homme tout seul, allongé, lui aussi. Il est allongé sur le dos, il a un sourire, il ferme les yeux, il est assez beau. Je sens que quelque chose ne va pas chez lui. Une tristesse, une mélancolie. Je m'assois à côté de lui, puis je me rends compte qu'il n'a pas le même niveau d'énergie que celui que je viens d'avoir. Mais je ne peux pas lui envoyer l'énergie comme l'ont fait les vieilles personnes à côté.

On découvre que les guérisseurs sont de vieilles personnes. Tel un Grand Sage qui se présente en quaternité. Le 5<sup>ème</sup> élément, le jeune homme d'à côté semble être triste et souffrir de mélancolie, laquelle, comme on sait, est relative au héros solaire souffrant avec lequel son moi s'identifiait jusqu'à présent.

Donc je pose ma main sur la sienne, c'est en touchant que j'arrive à lui passer l'énergie. C'est un partage important. On se transmet de l'énergie, on communique par la pensée, il est assez timide, et j'ai l'impression qu'il ne va pas bien, il a besoin de compagnie, la solitude lui

pèse un peu. Pour le rassurer je lui dis que j'ai tout le temps, je passerai du temps avec lui. Il me remercie de l'aide que je lui apporte, et c'est tout naturel. Il a des longs cheveux châtain, une tête d'ange. Le niveau d'énergie est remonté, je peux le laisser tranquille. Je me relève en mettant mes doigts dans le sable, le sable fin, frais, très agréable.

Le jeune homme se plaint de sa solitude qui lui pèse. Tel un miroir, il donne à comprendre qu'il a besoin de la compagnie, à savoir de la conscience que représente Antoine au sein de cette tente. Il est intéressant aussi de remarquer la similitude phonétique entre « l'attente » et « la tente » qui dévoile le mal-être du rêveur : l'attente mélancolique et anxieuse de l'inconnu qu'il convient de soigner.

Je sors de la pièce. Une autre pièce. C'est une pièce où il y a du linge bien plié, bien propre. Le linge de toutes les couleurs, coloré, noir et blanc, il s'agit d'habits que portent les personnes qui sont dans les tentes. Je décide de prendre un habit bleu-ciel, un bleu très clair, presque blanc, mais pas blanc, parce que blanc à l'air de signaler un... être particulier. Moi, je prends le bleu.

Le rêveur se donne un vêtement de la couleur du Ciel, relatif au père, l'éther, un élément qui semble compléter les quatre éléments initiaux, car désormais il a été renforcé par ces derniers. Il est intéressant de remarquer qu'il ne se permet pas de prendre le blanc, car il associe vraisemblablement cette couleur à une pureté supérieure à celle qu'il se reconnaît.

Le vent s'engouffre dans la tente, l'air fait chahuter tous les draps qui sont suspendus. La tente est un peu mouvante, il y a du mouvement, ça bouge avec le bruit du vent qui souffle. Et les embruns, l'ambiance très fraîche, très apaisante. Je prends la sortie de la tente, j'essaie d'aller dehors.

Si nous remplaçons « la tente » par « l'attente », le message est plutôt clair, il essaye de sortir de son attente, maintenant qu'il semble être suffisamment ancré en lui-même, conscient de sa force de guérison.

Il y a comme un homme en noir, assis, prostré, qui a l'air triste et qui pleure.

Un homme en noir, de toute évidence, il s'agit de ce qui est resté dans l'Ombre. Probablement s'agit-il de la « part manquante » qu'attendait anxieusement le jeune homme si mélancolique et solitaire à la tête d'ange ? Cet homme en noir prostré à l'extérieur est triste et pleure, tandis que l'ange mélancolique reste immobile à l'intérieur et attend. Cette image exprime très clairement la division du cœur du rêveur. D'un côté, c'est la mélancolie intérieure, qui, certes, peut procurer une émotion esthétique, mais elle immobilise le mouvement de la vie, et de l'autre, la prohibition des larmes et de toute manifestation extérieure de la tristesse, qui sont « chassées » à l'extérieur. Le rêveur est sur le point de résoudre cette scission et intégrer sa fonction intérieure qui semble être le « sentiment ».

Immédiatement, je vais vers lui, je l'enlace, j'essaie de le reconforter. Je lui demande ce qui se passe. « Tu veux aller dans la tente ? » À lui aussi, ça lui fera sans doute du bien. Il me dit qu'il ne peut pas y aller, il n'est pas autorisé, car il n'est pas comme nous, il a fait plein de choses mal, et peut-être du mal aux gens. Comme je l'enlace, j'essaie de l'apaiser un peu, il semble être très triste, je n'aime pas voir les gens tristes, je passe ma main dans ses cheveux, le caresse amicalement pour essayer de le calmer en lui disant que tout va aller. Il se calme petit à petit, il y a moins de sanglots. Je lui prends la main et je l'invite à entrer avec moi dans la tente. Il fait tellement chaud à l'extérieur que c'est difficile de rester, son corps doit souffrir. Au départ, il n'ose pas. Mais je lui dis : « fais-moi confiance, tu y seras bien. Tu en as besoin ».

Comme nous pouvons l'imaginer, il invite sa partie refoulée, celle qui se présente sous forme de culpabilité et de honte. Il embrasse sa propre tristesse venant de la reconnaissance de sa partie ténébreuse, qui se repent de tout le mal qu'il a pu faire aux autres.

Ainsi ce personnage représente les causes même de sa souffrance qui sont les regrets et la culpabilité, qu'il accueille pour les soigner.

Ce passage est extrêmement important, car la totalité du Soi ne peut pas être atteinte sans l'intégration de cette partie ténébreuse de son être.

C'est la tente de la guérison. On entre dans la tente, dans la partie où on choisit des vêtements, étonnamment, il choisit un vêtement blanc, l'enfile, une sorte de tunique en blanc, une fois à l'intérieur, il se calme. Je l'emmène vers les trois personnes âgées, qui sont toujours en tailleur,

deux femmes et ces deux hommes, je lui dis : « va te positionner au milieu, va avec les tiens, tu verras, ils te feront du bien ». Je l'amène au milieu et je m'en vais en reculant. Je ressors de la pièce et je retourne dans la pièce où le jeune homme était allongé. Il a l'air d'aller bien et de se reposer.

L'homme choisit les vêtements blancs qu'Antoine s'est refusé à lui-même, cela l'étonne. Or, c'est parfaitement logique, une fois qu'il a été accepté dans la tente, il révèle son contraire. Car il s'est dépouillé du sentiment de honte, de culpabilité, d'aliénation et est rentré parmi les « siens » afin de se rééquilibrer.

Ici, le rêveur perd momentanément sa quaternité, représentée par quatre personnages guérisseurs disposés en cercle et qui représentent le Soi, le temps de s'occuper de sa part d'Ombre, ses sentiments refoulés de la tristesse, représentés par l'homme prostré en dehors de la tente, qui porte des vêtements noirs, que par la suite il changera pour des vêtements blancs. Les vêtements noirs et blancs (parmi les vêtements de toutes les couleurs relatifs à la totalité du Soi) semblent rappeler cette mélancolie qu'Antoine admet enfin dans sa tente de la guérison.

Ce passage de trois au quatre a été développé largement par C. G. Jung, et témoigne en général du rééquilibrage de la 4<sup>ème</sup> fonction « inférieure » ou « défaillante », qui dans son cas s'avère être le Sentiment.

Ensuite, le rêveur constate que les guérisseurs sont quatre : ces « deux femmes et ces deux hommes » - dit-il après avoir intégré l'homme triste en lui-même.

Cet homme désormais apaisé et vêtu de blanc se tient désormais au centre du cercle, qui est en vérité un carré (car les guérisseurs sont quatre). Nous retrouvons ici la fameuse « quadrature du cercle » des alchimistes et le symbolisme de l'homme de Vitruve. Le Ciel, le cercle qui contient la Terre, le carré. L'esprit qui englobe la matière. Le rêveur emmène le personnage en blanc dans le centre et sort de la pièce. Tous ces symboles - le cercle et le centre, la quaternité, la fonction de la guérison que représentent les quatre personnages, leurs vêtements en lin (L'Un), ainsi que la tente elle-même - semblent réunir plusieurs aspects de l'expression du Soi.

Une fois que ce personnage est dans le centre, dans le cœur, il retrouve l'autre homme allongé, et s'assure « qu'il est bien et se repose ». La connexion entre les deux a été rétablie.

Quoiqu'il en soit, maintenant que le rêveur a appris la patience, la tolérance et l'acceptation, trouvé l'ancrage en lui-même, il peut désormais quitter la tente.

Alors, je peux sortir de la tente. D'un seul coup, je m'éloigne de la tente, en gardant un bout de drap dans la main. En un seul geste, en tirant le drap, la tente se rétrécit, et puis elle devient un foulard blanc que je peux mettre en boule et mettre dans la poche.

La symbolique du foulard blanc, proche de celle du drapeau blanc, témoigne d'un certain lâcher-prise, mais aussi du Soi, car les foulards oniriques sont souvent en soie. Il pourrait se référer également aux foulards blancs que les tibétains ont coutume d'offrir à leurs maîtres spirituels en signe de leur dévotion à la nature de Bouddha et leur intention pure. Sur ce type de foulard sont représentés les 8 symboles de bon augure, les éléments de l'interdépendance favorisant le bonheur et une heureuse destinée. Les quatre éléments de base « redoublés ». Quoiqu'il en soit, son foulard est indissociable du vent, et il représente son souffle de vie, sa force vitale, qui a été exprimée au début du rêve par la fraîcheur et le vent dans les draps.

Je regarde le Soleil, je souris, la maison et les éléments sont avec moi,  
toujours et partout, je n'ai besoin de rien d'autre.

Le rêveur sort enfin de sa tente ou de son « attente », car désormais il prend conscience de sa propre capacité de se rassembler et de s'équilibrer lui-même. Symboliquement parlant, il a reçu une véritable initiation de la part des forces intérieures qui ont éveillé en lui la compassion et la bienveillance vis à vis de soi-même et des autres. Il a appris à donner et à recevoir. Cela l'a rendu autonome (il n'a besoin de rien d'autre que des éléments pour se guérir et guérir les autres), car il a pris conscience du pouvoir de son intention et de sa gratitude. Désormais, il laisse les quatre éléments de la sagesse s'occuper de sa fonction inférieure, le Sentiment, en ayant accompli sa part du travail, la reconnexion avec son Ombre et son Mythe Personnel de héros Solaire souffrant. L'homme au visage d'Ange qu'il rassure par sa présence et son dialogue avec lui, va désormais mieux et se repose. Antoine semble prendre conscience de son existence au sein de lui-même et de savoir l'apaiser. Il abandonne doucement le Mythe du héros solaire car il n'a plus besoin de vivre les images de lutte, de mort violente, de sacrifice, de descente dans les ténèbres ou de chute dans le précipice pour se sentir revivre.

C'est un rêve décisif qui change radicalement sa vision de la vie, dont chaque étape n'est finalement qu'une question de bon temps d'échange et de partage... Sous le Soleil... « exactement ».

## Le sacrifice du Mythe Personnel

La toute-puissance et la *numinosité*<sup>51</sup> de l'archétype qui semble se *consteller* (*s'activer*) d'une façon mystérieuse chez l'individu, tel un chemin de vie, est dramatique lorsque qu'il n'est pas reconnu et mis à une certaine distance par le *moi* conscient. Lorsque cela se produit, le sujet devient peut-être un peu plus « terne », moins exalté qu'auparavant, mais sa conscience s'agrandit en incluant sa part *d'Ombre*.

Lorsque Jung fit l'expérience du sacrifice de son propre idéal, Siegfried, (le rêve dans lequel avec sa propre Ombre complice, il tire et abat celui-ci) il fut troublé, mais conscient de la nécessité absolue de cet acte :

« Après l'accomplissement en rêve de cet acte, j'éprouvai une compassion débordante, un peu comme si j'avais été moi-même atteint par les balles. Cela exprimait mon identité secrète avec le héros, ainsi qu'avec la souffrance dont l'homme fait l'expérience lorsqu'il est contraint de sacrifier son idéal et son attitude consciente. Et pourtant, il fallait bien mettre un terme à cette identité avec l'idéal du héros ; car il est des valeurs plus hautes que la volonté du moi auxquelles il faut bien apprendre à se soumettre. »<sup>52</sup>

Avec ce rêve, il semble que Jung, faisait le sacrifice de son identification avec sa fonction dominante, *la pensée*. Associée avec l'archétype du héros solaire, Siegfried, elle fut son Mythe Personnel.

Comment Antoine a-t-il vécu son propre détachement de l'idéal ?

---

<sup>51</sup> « Quand on jongle avec les mots comme la Grande Mère, l'animal totem, l'arbre de vie, etc., sans avoir éprouvé leur numinosité, il faut bien dire qu'au fond on ne sait pas de quoi on parle. Ces mots « n'acquièrent la vie et le sens » que lorsqu'on s'efforce de voir leur numinosité, c'est à dire leur relation avec l'homme vivant ». Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 133.

<sup>52</sup> Jung, Carl Gustav. *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées, recueillis et publiés par A. Jaffé*. Paris. Gallimard, Folio, 1991, p. 290.

## La libération du mythe personnel – Rêve 12 – L'Idéal

Je vois les fils à linge, avec le linge de couleur bleu-clair. Un grand drap qui s'agite au vent et qui ondule, un air marin, il y a une brise assez fraîche, une brise d'été. Il y a de la brume au petit matin. Une silhouette longue très élancée, un homme. Je vais le voir. Il est beau, les traits très fins, il a de beaux yeux, il me regarde avec un air complice. On ne se parle pas, on se regarde. Nos yeux sont figés dans les yeux de l'autre.

Si dans le rêve précédent, il était question d'échange et de partage bienveillant, d'interdépendance harmonieuse, qui évoque l'Amour Universel, ici le rêveur révèle enfin l'image de l'idéal de lui-même.

Un jeune homme beau et complice qui accapare l'intérêt du rêveur, semble être son propre idéal à l'instar du reflet parfait de lui-même.

Il n'y a pas de bruit, si ce n'est le bruit des oiseaux et des draps qui claquent au vent. On est chacun assis sur une petite pierre. C'est le physique que j'aimerais avoir.

Le vent semble accompagner cette scène en tant que symbole de la vie, du souffle, mais aussi de la légèreté.

Il y a comme une énergie qui à la fois nous attire et nous repousse, comme si on ne pouvait pas entrer en contact, comme une énergie magnétique, on la sent, mais cela ne nous dérange pas. Il y a comme un halo de brumes un peu illuminé autour de nous, comme si ce champ magnétique qui nous entourait était visible, on peut toucher les paumes contre nos paumes de mains devant nous, et de suite, c'est comme si nos deux mains se confondaient, comme si on était qu'un, mais...

La blessure narcissique du rêveur se dévoile ici avec la prise de conscience de sa tendance à la recherche de la fusion avec cet idéal solaire et dépourvu d'ombre exprimé par le halo lumineux, semblable à ceux des saints et des êtres éveillés. Dans la recherche de la perfection d'un Amour-Agapè le rêveur oublie pour le moment que l'image parfaite de lui-même est aussi figée que la mort, et que l'Amour-Agapè exige l'ultime sacrifice, celui de l'auto-contemplation.

Autrement dit, comme le souligne Antoine de Saint-Exupéry : « Aimer, ce n'est pas se regarder l'un l'autre, c'est regarder ensemble dans la même direction ». <sup>53</sup>

Il me regarde toujours, avec un sourire l'air de dire : « Ne t'inquiète pas, je suis là, je sais ce que tu ressens, moi-aussi ! » J'ai très envie de le prendre dans mes bras, mais le champ magnétique nous en empêche, c'est comme si je regardais une statue dans un musée, un objet d'art qui me provoque beaucoup d'émotion, mais il est comme sous une vitrine.

Je recule mes mains, nos paumes se séparent. Il me suit du regard, toujours avec ce sourire qui est apaisant, mais... Je fais un pas en arrière. J'attends qu'il fasse un signe, mais il ne fait rien, il est comme figé, comme une statue de cire. Lui qui avait le regard si brillant, si étincelant, désormais il est une statue, comme s'il n'avait plus d'âme.

La statue de cire désormais séparée par une vitrine en verre évoque une image de soi enfermée dans la glace, qui annonce un tournant, l'abandon d'une situation caduque, le fait de tourner la page en vue de la préparation de quelque chose de nouveau.

J'ai un frisson, et... je recule dessus. Je vais vers les draps. Je prends un drap et je me mets dessous, je m'enroule dedans, je m'agenouille, et je me cache... pour ne plus y penser et pour être caché et, à la fois, parce que c'est frais, c'est blanc. Pour ne plus voir. Pour être rien.

Le rêveur accepte ici d'être « rien ». Il accepte le vide intersidéral, la blessure narcissique, que l'idéal de lui-même lui cachait jusqu'à présent. Mais comme le dit Tenzin Wangyal, maître Dzogchen : « Il n'y a aucun problème à être personne, car en étant personne on peut être qui on veut ! » « C'est frais et c'est blanc », c'est plein de tous les potentiels.

Je m'allonge, il y a toujours les draps sur moi, partout, je respire parfaitement, il y a une légère pente, je me mets rouler sur le côté, c'est drôle, ça me fait rire.

---

<sup>53</sup> Saint-Exupéry, Antoine de. *Ceuvres, Terre des hommes*. Paris. Gallimard, Bibliothèque de la Pléiade, 1959.

Son être est radicalement transformé, c'est du plaisir, le rire et la légèreté. D'une certaine manière il a dépassé sa blessure narcissique, ainsi que l'identification à son idéal, et retrouvé la légèreté du cœur d'enfant sans regrets, ni rancune.

J'ai l'impression d'être un enfant. Je roule, je roule, je ris, tout seul, mais je ris. J'ai tellement roulé que je me suis emmêlé dans les draps, j'arrive en bas de la pente, tout en riant, et j'essaye d'enlever les draps qui se sont emmêlés dans mes jambes et dans mes bras.

Je reste allongé, il y a du Soleil, je suis dans l'herbe. C'est l'été. Je me sens bien. Je regarde le haut de la colline, il n'y a plus personne. Il a disparu.

Alors, je me lève, prends le drap en guise de cape, je me mets à courir dans le vent, pour faire gonfler le drap dans mon dos, puisque ça m'amuse. J'ai l'impression que je pourrai voler. Ensuite, je prends le drap, je m'en fais comme une robe, je marche avec, en riant, je sautille, sensation de légèreté et d'insouciance. J'adore jouer ! »

Le rêveur se redresse et se « dresse » au sens de s'habiller, puis il retrouve la sensation de ses pieds, de la marche et du sautiller. Il renait à soi-même, tel un enfant androgyne, Mercure transfiguré. Cette liberté qu'il s'approprie par un long travail laborieux, cette légèreté et cette insouciance, cette impression qu'il pourrait voler, sont l'achèvement naturel de son parcours onirique de douze séances, dans lequel il a pu retrouver sa joie de vivre et le plaisir de jouer avec les éléments. En d'autres termes, il se sent à nouveau relié à la Grande-Dame Nature qui a doté les êtres vivants de cette jouissance instinctive comme moyen le plus sûr d'apprentissage de la survie.

Voici comment Antoine vit cette rencontre avec Elle au tout début de son rêve 3, La rencontre avec la Grand Dame :

Je suis allongé dans l'herbe face contre terre, et tout doucement j'arrive à relever la tête, je relève la tête et mon corps met du temps à réagir. J'arrive à me lever, je peux marcher, il y a une Dame qui est là. Elle me tend la main pour essayer de me relever. Je lui attrape la main, elle a la main chaude et très agréable. Je me relève. La première chose que je lui demande, c'est comment je fais pour voler, elle ne me répond pas,

mais elle sourit. Elle m'attrape par la main, on fait un bout de chemin ensemble, sa présence est assez réconfortante, on se balade dans un parc, il y a plein de fleurs très colorées : des pivoines, des roses, un environnement qui est très beau, très apaisant. Je me rends compte que l'on marche très lentement quand-même. C'est Elle qui guide mes pas, on avance tout doux, en regardant les fleurs, la beauté de la nature, en sentant leurs odeurs. Le temps est presque suspendu, mais c'est très agréable. J'ai plus du tout envie d'aller vite, mais je lui dis que j'ai toujours un peu envie de savoir voler, de pouvoir être libre, tant à l'horizontale qu'à la verticale, c'est comme s'il me manquait quelque chose.

On se retrouve sur un grand plateau vert, et j'arrive à voir la mer, au loin. Il y a encore beaucoup de fleurs mais plutôt des fleurs, des maquis, ou des petites fleurs sauvages, un peu jaunes, un peu violettes, on n'est plus sur ce quelque chose luxuriant. On avance à travers ces petits buissons, avec cette Dame. On est comme dans un paysage de Bretagne, on est sur un grand plateau qui surplombe la mer. On continue à marcher très lentement, je sens vraiment les odeurs de la mer, j'arrive même à sentir de petites gouttes d'humidité salée et très fraîche. Le contact de la terre est très agréable, je vois mes orteils qui avancent dans la terre. La terre est vraiment très marron mais très sèche, on avance le plus loin que l'on peut, devant, tout en haut de cette falaise, immense, et les vagues de l'océan sont loin et tout en bas. La femme me regarde toujours en souriant, et elle me dit « tu peux y aller, tu peux voler » et elle me lâche la main. Elle a l'air tellement confiante que je la crois mais j'appréhende, le vide me fait peur, je suis partagé entre l'angoisse et la peur de ne pas savoir, est-ce que je dois lui faire confiance ou... mais elle m'a aidé à me relever et, donc c'est quand-même elle qui m'a fait du bien, elle doit savoir ce qu'elle fait et ce qu'elle me dit. Je regarde mes orteils, ils sont au bord de la falaise comme agrippés comme les serres d'un faucon. Comme si j'étais agrippé au bout de la falaise avec le vide en bas, les vagues qui se fracassent contre les rochers. Mon corps vacille, je... il penche un peu en avant, un peu arrière, un peu comme une grosse chaleur qui monte et qui... Le sentiment est... c'est très partagé entre la confiance et la peur.

En fait, j'ai trop peur, du coup je m'allonge, elle m'invite à s'allonger avec moi, et je lui dis que j'ai envie de le faire mais que je ne suis pas prêt et que j'ai besoin d'un peu de temps. Et elle me dit : « on a tout le temps, le temps n'est pas contre toi, au contraire, tu peux le faire et tu le feras quand tu en auras envie ! ». Je reste allongé dans l'herbe presque soulagé, je prends du temps. J'apprécie le moment avec cette petite brise humide, je touche l'herbe, je sens la présence de cette femme qui est réconfortante. Je ne suis plus seul et il y a le temps, et il y a cet environnement qui me plait.

## Chapitre IV - L'émergence du Soi et le dépassement du mythe du Héros Solaire sur le plan collectif

### *Le dépassement du Mythe Personnel dans les récits populaires.*

Faisons une petite incursion dans le monde du récit populaire afin de mieux illustrer ce propos. Dans « l'Anatomie du scénario »<sup>54</sup>, la question de cette fêlure restée dans l'Ombre est évoquée sous forme de fantôme inspiré de « Hamlet ». Le phénomène représente, ni plus ni moins, ce « secret » de *l'histoire personnelle* sur lequel le personnage s'est brisé ! En général, c'est une situation de son passé qu'il n'a pas pu affronter ou résoudre et pour laquelle il se condamne, en croyant assurément que son âme est damnée et que rien ni personne ne pourra l'absoudre.

Cette vérité, ce mal inavouable, est masquée par des « défauts » visibles à l'extérieur : l'addiction, l'égoïsme, le cynisme etc. Ce « fantôme », ce père que le protagoniste porte comme une croix, est à la fois l'initiateur de la quête *du héros solaire* et l'annonceur de la libération de ce fardeau injuste dont le personnage principal se sent responsable.

Cette structure de récit s'est répandue dans le cinéma hollywoodien à partir des années 1970, lorsque « Le héros aux mille et un visages »<sup>55</sup> est devenu la Bible des scénaristes. Cet ouvrage remarquable tente d'élucider le mythe universel du héros solaire. Impossible ne pas voir la ressemblance entre cet ouvrage et celui de C. G. Jung, dont il fut l'élève : « La métamorphose de l'âme et ses symboles »<sup>56</sup> écrit quelques décennies plutôt.<sup>57</sup>

---

<sup>54</sup> Truby, John. *L'anatomie du scénario*. Neuilly-Sur-Seine. Michel Lafond, 2016.

<sup>55</sup> Campbell, Joseph. *Le héros aux mille et un visages*. Paris. Oxus, 2010.

<sup>56</sup> Jung, Carl Gustav. *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*. Paris. Le livre de poche, 2014.

<sup>57</sup> Dans les années 70, la pensée Jungienne avait infusé l'esprit des auteurs américains de talent, et durant des décennies, porté des fruits extraordinaires en nourrissant le grand public. Cependant, comme toutes schématisations et réductions des fonctions archétypales, et de la psyché en général, ces schémas narratifs sont devenus des clichés et sont souvent utilisés à mauvais escient (uniquement commercial) et dans ce cas ils sont dépourvus de la magie originelle.

Ce *mythe du héros solaire*, son voyage dans les enfers, sa mort, sa renaissance et son retour à l'origine, trouve ses racines dans toutes les cultures, notamment dans le premier mythe écrit de l'humanité, l'épopée de Gilgamesh. Déjà à cette époque éloignée le but de sa quête était très clair : la plante de l'immortalité.<sup>58</sup>

Dans le mythe, Gilgamesh, homme pulsionnel et sauvage, sans aucun respect pour les dieux, fait les « 400 coups » avec son ami Enkidu, qui représente en quelque sorte son ombre, et finit par subir la colère des dieux : son ami et fidèle compagnon meurt. Sous le choc de cet événement irréversible, Gilgamesh se lance à la poursuite d'une solution, la plante qu'il retrouve grâce à la *femme* du *vieux sage* de provenance atlante. Cependant, au retour dans son royaume délaissé, il se baigne dans une *fontaine* et un *serpent* lui dérobe son trophée ! En voyant comme pour la première fois son lieu d'origine, bien qu'il soit complètement ravagé par son échec, Gilgamesh découvre son royaume rayonnant d'une lumière dorée, et voit enfin sa véritable richesse en tant qu'harmonie.

En traduisant ce motif mythologique en terme psychologique d'Individuation, nous pouvons conclure que l'immortalité semble toujours échapper au « moi » conscient, cependant que l'avènement du « royaume » du « Soi », telle la descente de la Cité Sainte, la Jérusalem Céleste ou le Shambhala<sup>59</sup>, devient possible par le fait-même de l'abandon du moi. L'immortalité n'appartient donc pas au *moi* conscient, mais à la totalité de l'être, dont la mort en tant que blessure « qui ne peut être guérie » fait partie intégrante.

De ce point de vue, le mythe de Gilgamesh, par définition « masculin » ou « viril », cède la place au *Mythe Féminin*, qui commence peu à peu à émerger dans les récits contemporains.

Il ne s'agit pas dans ce mythe de remplacer les personnages principaux masculins par des personnages féminins, ni de féminiser les *héros solaires*, mais de changer les composants structurels du récit lui-même. À savoir, sacrifier la mécanique bien rôdée depuis la « Poétique » d'Aristote<sup>60</sup>, celle de l'action/réaction et du conflit, plutôt linéaire, pour une structure plus complète, circulaire, celle qui réconcilie les adversaires. Bref, celle du Soi !

---

<sup>58</sup> Il est intéressant de souligner qu'il s'agissait plutôt d'un polype, car elle poussait au fond d'un lac. De nos jours, les scientifiques semblent l'avoir enfin identifié dans la *turritopsis dohrnii* - une « méduse qui refuse de mourir ».

<sup>59</sup> Lieu du bonheur paisible.

<sup>60</sup> Aristote. *Poétique*. Paris. Mille et une Nuits, 2006.

Dans le récit basé sur un *Mythe Féminin*, qu'on pourrait plutôt nommer le *Mythe du Soi*, au lieu de tuer le dragon, ou le serpent (l'Inconscient, le temps, le corps, le pôle féminin), ou le dominer par le fer / « faire » (le métal, l'intellect), pour obtenir de lui un trésor (l'enfant divin), il convient davantage de le soigner, de négocier, autrement dit, de l'apprivoiser par la ruse et l'intelligence du cœur ! Dans certains récits le dragon blessé est guéri par la femme<sup>61</sup>, c'est pourquoi, il devient son allié. Ici donc, il ne s'agit pas de polarité des sexes, mais plutôt de la fonction hermétique ou mercurielle.

Hermès / Mercure, qui apparaît parfois sous forme androgyne, est aussi le symbole de la grande œuvre alchimique, la pierre philosophale qui rétablit l'union du conscient et de l'Inconscient, appelé également *Hieros Gamos*, le mariage des contraires.

Changer de mythe n'est pas une tâche facile, surtout lorsque depuis toujours la culture occidentale base ses meilleurs récits sur l'affrontement, le conflit et la concurrence.

« Sans conflit, pas de récit ! » - dit-on depuis presque toujours. Certes, mais sommes-nous condamnés à toujours le résoudre à coup de fouet, de feu ou de fer ? Rester pour toujours dans la même dualité du dominé et du dominant ?

Aujourd'hui, nombreux sont les films grand public qui nous ouvrent une nouvelle voie.<sup>62</sup> Tous ces récits manifestent la puissance du pôle féminin, la voie du Ying qui vient compléter la voie du Yang en vue de l'équilibre des contraires.

Ici, il est toujours question d'endurance, de confiance, d'amour, d'expression de soi, de connexion profonde avec la nature (le règne animal, végétal ou minéral) mais également de la mémoire et surtout de la maîtrise du temps !

Dans quelques films, que je qualifierais de même « pain béni » que les rêves alchimiques, c'est surtout le facteur *temps* qui est pleinement intégré. Par exemple, dans « Premier

---

<sup>61</sup> Par exemple : Johnson, Rian. *Star Wars, épisode VIII : Les Derniers Jedi*. 2017.

<sup>62</sup> Pour citer quelques exemples : Anderson, Paul Thomas. *Phantom Thread*. 2017 ; Campion, Jane. *La leçon de piano*. 1993 ; Sanders, Rupert. *Blanche-Neige et le Chasseur*. 2012 ; Cameron, James. *Avatar*. 2009 ; Scorsese, Martin. *Silence*. 2016 ; Besson, Luc. *Le Cinquième élément*. 1997; la troisième trilogie de Star Wars : Abrams, Jeffrey Jacob. *Star Wars, épisode VII : Le Réveil de la Force*. 2015 ; Johnson, Rian. *Star Wars, épisode VIII : Les Derniers Jedi*. 2017 ; Abrams, Jeffrey Jacob. *Star Wars, épisode IX : L'Ascension de Skywalker*. 2019 ; et surtout Villeneuve, Denis. *Blade Runner 2049*. 2017 ; Villeneuve, Denis. *Premier contact*. 2016.

contact »<sup>63</sup> ou « Harry Potter et la Coupe de feu »<sup>64</sup>, les héroïnes arrivent à changer un destin néfaste, non pas grâce à la confrontation frontale avec le mal, mais grâce à leur capacité à transcender l'espace-temps et donc, la mémoire collective.

### *Transcender l'espace-temps et réhabiliter le pôle féminin.*

Certaines légendes cosmologiques décrivent les dieux morcelés qui donnent naissance à l'espèce humaine ou la terre qui va l'abriter. Osiris, Mithra, Orphée, néanmoins semblent tous avoir un lien de parenté avec le culte des dieux chthoniens et les mystères d'Éleusis, ayant des racines encore plus anciennes. Quoi qu'il en soit, grâce à leur sacrifice, les humains retrouvent leur capacité d'engendrer, de se régénérer ou de créer, autrement dit : le principe Créateur.

Or, Osiris, préfiguration du Christ, nous renvoie vers l'archétype *d'Anthropos*.<sup>65</sup> Cependant jusque-là, comme l'explique Marie Louise Von Franz, il s'agit de :

« L'esprit de coalition humaine et de fraternité, mais dépourvu de son pôle sombre, le mal. »<sup>66</sup>

« Selon Jung, l'image du Christ est trop unilatéralement spirituelle et bonne pour pouvoir représenter de façon adéquate la totalité de l'homme. Il lui manque l'obscurité et la réalité matérielle du corps. C'était déjà là le sentiment des explorateurs médiévaux de la nature : les alchimistes. Ils ne visaient pas à leur propre rédemption, mais voulaient délivrer Dieu de l'obscurité de la matière. Leur *anthropos* divin était une image de l'homme dans laquelle s'unissaient réellement le bien et le mal, l'esprit et

---

<sup>63</sup> Villeneuve, Denis. *Premier contact*. 2016.

<sup>64</sup> Newell, Mike. *Harry Potter et la Coupe de feu*. 2005.

<sup>65</sup> « De façon analogue, le Christ, second Adam, représente dans la multiplicité des individus une sorte de l'« âme collective » de l'humanité. (...) Divers gnostiques décrivent sous forme dramatique comment l'homme de lumière, *l'anthropos*, identique à la divinité suprême, habitait d'abord dans l'au-delà spirituel. Séduit par les puissances astrales mauvaises, il s'engloutit ou s'enfuit dans la matière. Là, ayant éclaté en mille morceaux qui sont les étincelles lumineuses, dispersé dans la matière sous forme d' « âme du monde crucifiée », il aspire ardemment à sa délivrance. » Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 126.

<sup>66</sup> Ibid. p.138.

la matière, et destinée à assurer non seulement la guérison de l'homme, mais celle de la nature tout entière. Cette image à la fois humaine et divine de l'alchimie est ce qui est constellé à l'arrière-plan des phénomènes collectifs de la psyché moderne. »<sup>67</sup>

Cela semble confirmer l'hypothèse de la nécessité du sacrifice de l'idéal de lumière en tant que modèle incomplet, au profit du principe du Soi, qui, lui, englobe le principe du mal, de la matière et du pôle féminin.

Marie-Louise Von Franz met l'accent sur cette *activation collective* de ce pôle féminin contemporain :

« Toutefois l'Intégration du féminin dans l'univers du logos masculin que notre civilisation a tenté de réaliser jusqu'à présent n'a pas seulement chez Jung cet aspect personnel. Il était en effet convaincu qu'elle est exigée de nous tous sur une grande échelle. On voit se multiplier des écrits soulignant que nous devons maîtriser notre agressivité si nous voulons échapper à la catastrophe mondiale. Toutefois, la raison s'est toujours révélée désarmée pour faire face à cet instant fondamental. Il faut une puissance supérieure, *c'est-à-dire un archétype constellé* pour contrebalancer l'unilatéralité d'une attitude trop agressive. Cet archétype aujourd'hui sans conteste est celui du principe féminin, insuffisamment intégré jusqu'à présent dans notre image religieuse du monde. »<sup>68</sup>

Pour cette raison, il semble que pour elle l'intégration du Féminin Sacré en tant qu'archétype fondamental de la Terre, *la Grand(e) Sage*, la « grande matrice », la voie des mystères du monde manifesté, *Neith-Isis-Minerve*, s'impose aujourd'hui sur une échelle globale. Mais comment se présente-t-elle aujourd'hui ?

Lorsque nous nous familiarisons avec les nouvelles théories de la physique quantique, la théorie jungienne de l'Inconscient collectif, et la théorie du champ unifié, autrement dit, du vide quantique (qui n'est pas sans rappeler *Sunyata* - le néant plein de toutes les potentielles

---

<sup>67</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, pp. 138-139.

<sup>68</sup> Ibid. p. 150.

manifestations des bouddhistes), nous ne pouvons que nous réjouir du fait que l'intuition Jungienne s'est avérée définitivement vraie.

« La psyché et les représentations du continuum espace-temps de la physique nucléaire se rejoignent ultimement quelque part. Ainsi est évoquée la question de la réalité trans-psychique qui est le fondement immédiat de la psyché ». <sup>69</sup>

## [Restaurer le Libre Arbitre et intégrer la 4<sup>ème</sup> dimension - le temps !](#)

Aujourd'hui, en France, à notre époque où la *théorie des cordes*<sup>70</sup>, la *théorie de la gravitation quantique à boucles*<sup>71</sup>, la *théorie de la relativité d'échelle*<sup>72</sup> de Laurent Nottale, la *théorie de la double-causalité*<sup>73</sup> de Philippe Guillemant, parmi d'autres théories émergentes sur la nature de l'espace-temps, incluent de plus en plus la loi de l'observateur, la question de la conscience et du libre arbitre se pose plus que jamais auparavant. Ces questionnements les poussent à approfondir leur compréhension du temps en particulier, car déjà Einstein avait affirmé que :

---

<sup>69</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 64.

<sup>70</sup> Théorie fondée sur l'idée que les particules élémentaires ne sont pas des points mais des bouts de cordes infinitésimalement petits (10-33 cm), attribuant ainsi à l'espace des dimensions supplémentaires invisibles. Guillemant, Philippe. *La Route du temps*. Asnières. Le temps présent, 2014, p. 345.

<sup>71</sup> « La gravitation quantique à boucles est l'une des principales voies de recherche concernant le problème de l'élaboration d'une théorie capable de décrire l'aspect quantique de la gravitation. Il faut en effet une théorie quantique de la gravitation lorsque l'on veut comprendre la naissance de l'univers et ce qui se passe à l'intérieur des trous noirs. » Source : <https://www.futura-sciences.com/sciences/definitions/physique-gravitation-quantique-boucles-8832/>

<sup>72</sup> « En Relativité d'Échelle, une critique de la théorie de la mesure en physique, en particulier du rôle joué par les résolutions, (c.f. l'importance de l'analyse de la manière dont on effectue les mesures de longueur et d'instant dans les prémisses de la théorie d'Einstein) a conduit Laurent Nottale à abandonner l'hypothèse (implicite) de différentiabilité de l'Espace-Temps, ce qui implique sa nature fractale et courbe. L'espace-temps fractal, explicitement dépendant des résolutions, peut se ramener à la définition d'un "Espace-Temps-Zoom" à 5 dimensions (x,y,z,t,D) ». Source : Glossaire réalisé par E.T. Lefèvre : <https://luth2.obspm.fr/~luthier/nottale/frmenure.htm>

<sup>73</sup> « Car la théorie de Double Causalité est d'avant tout d'intérêt scientifique par sa mise en lumière de la théorie de relativité, de la physique statistique, de la théorie du chaos, et de la mécanique quantique... dont les portées philosophiques sont essentielles pour permettre à l'homme de trouver sa place dans l'univers. Et de ce point de vue, il faut reconnaître que ces principes ont toujours joué un rôle réducteur, allant jusqu'à nier l'existence de notre libre arbitre. » Guillemant, Philippe. *La Route du temps*. Asnières. Le temps présent, 2014, p. 18.

« La distinction entre le passé, le présent et le futur n'est qu'une illusion, aussi tenace soit-elle. Le temps n'est pas ce qu'il semble être. Il ne s'écoule pas dans une seule direction, et le passé et le futur sont simultanés. »<sup>74</sup>

Aujourd'hui, la théorie de *rétro-causalité du temps* de Philippe Guillemant, en particulier, basée en partie sur les recherches d'Olivier Costa de Beauregard, fournit une explication nouvelle, raisonnée et logique au phénomène de la *synchronicité*<sup>75</sup> Jungienne, qui semble être une des voies d'expression de la réalité transpsychique sur le plan humain.

Pour lui, le Soi étant le principe ordonnateur, il se situe à l'opposé du principe de l'entropie<sup>76</sup>, caractéristique au temps. Ainsi le Soi se trouvant en dehors du temps linéaire peut-être « contacté » et « transité » par *l'Intention* consciente du sujet, afin de modifier sa trajectoire en vue d'un chemin plus adapté à la finalité du Soi. Philippe Guillemant compare cela au trajet du GPS, le chemin semble s'adapter en fonction de la cible finale et bifurque, si nécessaire, afin d'éviter les obstacles encombrants dans le futur et même dans le passé. Il « harmonise » et ordonne ses courbes ou leur amplitude.

Cela semble correspondre également au champ unifié de la conscience, dont parle le neuroscientifique Dr. Joe Dispenza. C'est ce « noir quantique » à partir duquel toute manifestation des phénomènes devient possible, en accord avec *l'Intention* du sujet.

Certains auteurs prennent le risque de sortir du déterminisme philosophique communément accepté et illustrer ce propos. Dans « Harry Potter et la Coupe de feu », afin de sauver Pégase condamné à la décapitation, Hermione et Harry font un retour dans le temps et se retrouvent à intervenir dans les événements dont ils connaissent le déroulement sur une ligne temporelle

---

<sup>74</sup> « ... Aujourd'hui cette conception d'Einstein revient en force avec théories dites de grande unification, comme la théorie des cordes et la théorie de gravité quantique à boucles, qui traitent l'univers comme un bloc d'espace-temps déjà déployé dans le futur tout comme dans le passé, où le présent n'a aucune place. La seconde théorie affirme que le temps n'existe pas... la sensation du temps présent est purement une propriété de conscience, et donc de l'observation. » Guillemant, Philippe. *La Route du temps*. Asnières. Le temps présent, 2014, p. 126.

<sup>75</sup> « Coïncidence signifiante c'est à dire dont le caractère mystérieux est porteur d'un sens. Elle se caractérise par le fait que le psychisme de la personne semble d'autant plus impliqué que sa probabilité est plus faible, laissant penser à un « signe du destin ». Ibid. p. 352.

<sup>76</sup> « Quantité qui mesure le désordre dans un ensemble d'atomes et de molécules. Selon la seconde loi de la thermodynamique, l'entropie d'un système isolé ne peut qu'augmenter. Il s'ensuit que selon cette loi, le désordre de l'univers ne peut qu'augmenter avec le temps, or cette conclusion est âprement discutée dans la communauté des physiciens. » Ibid. p.347

supplémentaire. Autrement dit, ils se voient eux-mêmes en tant que tierces personnes et continuent à agir en vue de modifier cette issue fatale, qui finalement, s'avère être toute autre que ce qu'ils croyaient auparavant !

La maîtrise du temps est ici effectuée par le dédoublement ou une superposition d'une dimension supplémentaire, car les personnages disposent d'une connaissance de ce qui va se passer, et cette connaissance leur permet d'agir en parallèle, et non pas « à la place ».

Ce point-là est crucial, car il nous renvoie également à la Théorie des Cordes qui ajoute des dimensions supplémentaires à l'espace et introduit des univers parallèles<sup>77</sup>. Il en va de même avec le « rajout » des futurs multiples introduit par Hugh Everett et John Wheeler dans les années 1970.

Cela suppose que c'est la possibilité d'avoir un point de vue différent sur la situation et sur soi-même qui peut, éventuellement, changer la trace d'un événement traumatique !

De ce point de vue le Rêve Éveillé Libre, qui par l'intermédiaire des symboles nous incite à « réécrire le passé », tout au moins la trace profonde que certains événements ont laissée en nous<sup>78</sup> et de les désamorcer grâce à notre regard averti, remplit parfaitement cette fonction transcendante.

Cette communication de soi-même avec un « autre soi-même » qui « sait déjà » à travers le présent, permet d'orienter le destin du sujet vers le futur « alternatif », plus en accord avec son intention émise. Mais, attention, rajoute Philippe Guillemant, cette intention doit être en accord avec le Soi, le chemin l'Individuation pour être au maximum de son efficacité !<sup>79</sup>

---

<sup>77</sup> Guillemant, Philippe. *La Route du temps*. Asnières. Le temps présent, 2014, p. 128.

<sup>78</sup> « Mon idée est donc que lorsque le présent a perdu toute trace d'un certain passé, ce passé se recrée de façon la plus simple qui soit, en suivant la ligne de moindre entropie. Cela veut dire que dans ce nouveau passé, je ne me suis pas blessé. Remarquez qu'il ne suffit pas que mes cellules aient perdu toute trace, il faut aussi que toute trace ait disparu de mon cerveau, or ceci pourrait aider à comprendre certaines guérisons spontanées : on pourrait peut-être en garder le souvenir, vu qu'on ne sait pas où se loge la mémoire, mais celui du traumatisme dans le cerveau doit être effacé. Éliminez le traumatisme et toute trace matérielle disparaît. Ne serait-ce pas ce que font les guérisseurs ? Je me demande même si cela n'expliquerait pas l'effet placebo. » Ibid. p. 328.

<sup>79</sup> Pour le jeu des synchronicités selon le protocole de Philippe Guillemant, voir Guillemant, Philippe. *La Route du temps*. Asnières. Le temps présent, 2014, p. 178.

## De l'Apocalypse à la Révélation

Le Rêve Éveillé Libre offre l'espace-temps le plus propice et le plus fluide à l'avènement du Soi et à la restructuration la plus spectaculaire, la plus rapide et la plus naturelle de la psyché.

Lorsque dans le Rêve Éveillé Libre nous parlons de la *Voie Initiatique jungienne*, orientée vers le futur et la totalité de l'être (car, et je le crois profondément, *ce n'est pas tant l'endroit d'où nous venons qui est important, que l'endroit où nous allons*), en tant que facteur unificateur, nous revenons ici à l'idée de l'Anthropos, le Shamballa, ou la Jérusalem Céleste en tant qu'archétype de la Révélation<sup>80</sup> qui descend sur terre.

Cet archétype du Soi s'oppose à son versant dramatique, celui de l'Apocalypse (en tant que destruction globale du vivant), la fin du monde, tout aussi opérant dans l'Inconscient collectif.

C'est pourquoi, pour moi, le Rêve Éveillé Libre, est la méthode actuelle la plus efficace et indolore de réunion des contraires, de renforcement de la force personnelle, de dépassement du *mythe intérieur* lié à l'histoire personnelle, et de *l'émergence du Soi*.

Il permet l'émergence de la « carte qui est, en vérité, le trésor elle-même » en tant que structure permettant la descente de la « *Cité Céleste* », la vision de la totalité, de la nature même de l'Inconscient et la possibilité de s'orienter.

De même, par l'apprentissage de l'Intention et l'Attention, l'exercice du Rêve Éveillé Libre, provoque les synchronicités et induit un effet thérapeutique en soi, car il suggère la connexion étroite entre l'intérieur et l'extérieur, l'interdépendance de toutes choses et l'influence de notre regard sur notre expérience de la vie.

Le Rêve Éveillé Libre, par son accueil inconditionnel, nous offre la possibilité de découvrir par nous-mêmes la nature transpersonnelle qui nous guide et nous soigne, celle qui s'exprime aussi bien dans les paysages d'infinie beauté de la Terre et du Ciel, qu'au sein d'un cœur humain ouvert et vaillant, en accord avec les nécessités urgentes de notre temps - un carrefour important sur les routes de l'éternité.

---

<sup>80</sup> Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020, p. 126.

## Conclusion

Lorsqu'Antoine a achevé le cycle de ces douze rêves, il a décidé d'interrompre sa cure, n'en sentant plus la nécessité.

Le passage du mythe du héros solaire à l'avènement du Soi avait été franchi et avait libéré sa force vitale renfermée dans cette image idéale. Antoine avait résolu la problématique initiale de communication avec laquelle il était venu au cabinet, sa vie matérielle et amoureuse s'était nettement améliorée et était devenue plus apaisée, il avait arrêté de fumer et de prendre des drogues au profit d'une pratique méditative. Quant à moi, sa cure me démontrait que le Rêve Éveillé Libre en tant que méthode thérapeutique, dans sa dynamique et son protocole, permet l'expression et la réalisation d'une transformation psychique puissante, connue depuis des temps immémoriaux sous le nom de « transmutation » alchimique.

Il semble que l'Inconscient répond précisément au besoin immédiat du rêveur, et le fait traverser un certain nombre de situations archétypales, afin de l'autonomiser et alléger sa souffrance.

Comme nous avons pu constater par la symbolique des rêves, Antoine a bien traversé les différentes étapes du travail alchimique : du renfermement dans le noir (cf. Annexe, Rêve 2) de la dissolution (cf. Annexe, Rêve 4), de l'anéantissement (cf. Annexe, Rêve 5), de l'invisibilité et du sacrifice (cf. Annexe, Rêve 6), du perte du sens de la vie (cf. Annexe, Rêves 7 et 8) de l'étouffement du réchauffement extrêmes (cf. Annexe, Rêve 9), ainsi que des états de la colère, du doute, de la mélancolie, de la solitude, de l'isolement, que ces rêves exprimaient par ailleurs, jusqu'à la guérison, le sentiment de liberté, la joie et la légèreté de l'être, ainsi que la résilience (cf. Annexe, Rêves 11 et 12) en l'espace de 12 séances !

Il a pris conscience de son propre comportement, parfois trop rigide et verbalement violent vis à vis de ses proches et il a pu se désidentifier de l'image d'enfant délaissé et mal aimé de son père, ainsi que de l'idéal de beauté et de bonté inaccessibles, exprimé par le héros solaire souffrant. Sa vie a repris son cours normal, et il a pu maîtriser enfin ses addictions et se sentir à nouveau aimé et accepté par les autres, aussi bien dans son nouveau travail, moins stressant, que dans sa vie privée, plus équilibrée et moins solitaire, ce qui dans la mesure du possible, a pu soigner sa blessure narcissique - sa mauvaise estime de soi, ses crises d'angoisse et de mélancolie, son isolement et l'autodestruction dont il souffrait en arrivant.

Pour ma part, ce travail pratique m'a permis de forger une immense confiance en la méthode du Rêve Éveillé Libre de Georges Romey, et d'encourager ma propre pratique clinique grâce à la meilleure compréhension du processus d'alchimie interne qui se joue dans le cadre des séances entre le thérapeute et le rêveur. Cela sans oublier mon émerveillement total face au génie d'expression vivifiante du Soi et ses symboles au sein de la psyché !

Durant ce temps, j'ai également réalisé toute l'importance du rôle de l'Intention avec laquelle le patient se présente au cabinet et toute l'importance de l'Intention du thérapeute, à qui échoit le rôle de continuer de croire que le patient est sur la voie de la guérison, quoiqu'il arrive durant le processus de la cure et quelle que soit sa propre étape d'Individuation.

Quelle que soit la durée de la cure et l'importance de l'achèvement de l'œuvre alchimique qu'elle permettra de réaliser, ce processus évitera au patient de vivre bien des drames dans son quotidien. Et qu'est-ce qui est au fond plus important que cela ?

Je ne saurai trancher la question d'une prédominance de l'expérience du quotidien sur l'expérience onirique à l'ère de la Réalité Virtuelle, car dans les deux cas il s'agit d'expériences vécues par la psyché. Je constate seulement que les états modifiés de conscience sont aujourd'hui sérieusement étudiés par la science, ce qui témoigne de l'intérêt collectif croissant pour leur potentiel, et exprime *in fine* le déplacement du curseur des valeurs extérieures et matérielles vers celles plus intérieures et subtiles.

À ce jour, je peux remarquer que la plupart des patients qu'il m'a été donné d'accompagner produisent ce type de rêves, ont des traits en commun qui, hélas, ne sont pas toujours perçus par la société contemporaine comme des avantages :

1. Ils envisagent une cure relativement longue, d'au moins une dizaine de séances ;
2. Ils souffrent d'abandon ou de malveillance parentale, présentent des séquelles de maltraitance ou d'agression sexuelle, et portent une blessure narcissique avec son cortège d'addictions ;
3. Presque tous ont fait une cure psychanalytique ou psychologique avant de venir au cabinet et disposent déjà d'une certaine vision de ce travail sur soi ;
4. Ils se situent, pour la plupart, dans le profil des « sauveurs », et sont écrasés par la culpabilité et la responsabilité qui leur incombent, souvent très injustement ;
5. Ils sortent tous des tiroirs exigus de la « normalité » en ce qui concerne leur identité sexuelle, familiale, ou générationnelle.

Bref, ils présentent tous les traits des « blessés narcissiques » dénigrés par la société, ou ceux des « héros solaires » ou des « guides » si aimés par le cinéma : ils ont été abandonnés à leur sort, déracinés et malmenés, mais ils ont reçu des pouvoirs « surnaturels » dont ils ne se rendent nullement compte. Ces pouvoirs sont leur intelligence, leurs talents, leur force de vie, leur capacité d'adaptation et leur capacité d'aimer qui dépassent largement l'ordinaire, mais ils ne reconnaissent pas leurs propres atouts et ne s'autorisent ni le bonheur et ni le repos. Ils demeurent dans l'attitude de la survie et ont une intolérance absolue à la sensation du vide, bien qu'ils supportent une vie isolée ou solitaire.

La portée de cette étude ne me permet certes pas d'affirmer que le Rêve Éveillé Libre apporte une résolution univoque et irrévocable à la problématique du narcissisme blessé, mais émet l'hypothèse de cette forte probabilité, à condition que le thérapeute garde confiance dans l'ensemble du processus et dans la « bonne étoile » du patient.

Après que ma propre confiance ait pu être bien mise à l'épreuve, avec de multiples facteurs personnels et collectifs durant ces quelques dernières années, je ne peux qu'exprimer mon sentiment subjectif mais sincère quant au rôle le plus important qui échoit au thérapeute. Ce rôle n'est autre que de continuer à rester dans la barque de la confiance ! Attendre que les « eaux agitées » de la psyché du patient se calment, afin qu'il puisse voir clairement les sentiers de « l'âme du monde » qui mettra en équilibre ses éléments épars et le libèrera des entraves d'une histoire personnelle, d'une « blessure qui ne peut être guérie », et pour finir, lui offrira une porte vers une perception élargie et une conscience illimitée.

Mais avant que cela ne se produise, l'effort de continuer sur ce chemin graduel avec une confiance inébranlable, sans jamais renoncer, malgré les doutes et les hésitations, de garder le cap sur la « meilleure version » du réel, reste un véritable défi qui vaut la peine d'être vécu.

## Annexe – Les rêves d'Antoine

*Le prénom du patient a été volontairement modifié.*

### L'Anamnèse

*Cette anamnèse a été réalisée pendant la cure.*

Antoine.

J'ai rencontré Antoine, jeune homme brun de 33 ans, entrepreneur, en phase de sortie de crise, au moment de la faillite de sa microentreprise de production de jus bio.

Antoine est un enfant du siècle : il porte à la fois la culpabilité d'abuser de « substances », cocaïne et autres drogues modernes. Il s'inquiète beaucoup pour les autres dont il se sent responsable. Il fait du running et du Yoga Bikram - dans la chaleur extrême. Il n'aime pas son corps, son apparence - bien qu'il soit un homme jeune et attractif - et subit des malaises nocturnes multiples, des élans mélancoliques, des angoisses de mort, des paralysies du sommeil.

Il a un BTS de chimie mais s'est professionnalisé dans le métier de la vente depuis plusieurs années.

Enfant parentalisé, de l'âge de 7 à 16 ans il s'est occupé de sa mère, souffrant de détresse et tombée dans l'alcoolisme à partir du moment où son père l'a quittée pour une autre femme.

Il se sent isolé, pas « grand-chose en commun avec son frère », aîné de 5 ans, ni avec son père, « homme à femmes », avec qui « c'est compliqué » malgré le fait qu'il lui ait « pardonné » son départ.

Sa grand-mère maternelle adorée, avec qui il partageait le sens du beau, fut paralysée cinq ans avant mourir. Les deux dernières années, il ne put plus la voir, ce dont il se sent coupable durant la cure.

Il est en rupture affective avec son partenaire, plus âgé que lui, qu'il n'arrive pas à oublier.

Il aimerait exprimer les choses librement, spontanément, et être lui-même. Il aspire à se retrouver. Il a déjà eu l'expérience du rêve éveillé dirigé pendant dix mois, deux ans avant de venir au cabinet.

## Rêve 1 - Le bus jaune

Je vois comme un bus jaune d'école, il ne bouge pas, comme en attente, pas d'enfants. Je suis petit, je le regarde. Ça m'effraie. Je ne sais pas si je dois rentrer ou pas. À l'intérieur, il y a un monsieur, avec un regard assez noir. Ma curiosité est assez forte. J'ai envie de monter. Il y a des marches, et elles me paraissent très grandes. Plus j'essaye de monter, plus l'escalier est lourd, et cela prend du temps. À côté des marches, comme un vide. J'arrive en haut, le monsieur ne dit rien. Je vais me mettre au fond du bus, comme pour les escaliers, j'ai l'impression que le bus s'allonge, je monte à travers les rangs.

À l'extérieur du bus, c'est un univers blanc. Comme s'il n'y a rien, ou c'est de l'air. Il fait chaud et c'est réconfortant, mais je suis seul, cela ne m'effraie pas. Il est vieux, les sièges vieillis, un peu marron.

J'arrive enfin, et je m'assois, je regarde autour de moi, et le chauffeur qui ne bouge pas. Il ne me paraît plus très grand. Comme s'il attendait que je lui dise où l'on va.

Je n'ose pas le lui dire. L'environnement est tellement blanc et inconnu que c'est plus confortable d'être à l'arrêt. Je lui fais signe d'avancer sans lui parler, il se retourne, me regarde et enclenche le moteur.

Ça fait un bruit comme dans un véhicule qui n'a pas fonctionné depuis longtemps. Sensation comme si le véhicule se met presque à la verticale.

Ce n'est pas la sensation de chute, mais d'avancer vers le bas. C'est impressionnant, ça fait mal au ventre. Je m'accroche, mais l'ambiance est rassurante, je n'ai pas peur de ce qui passe dans ce bus.

C'est impressionnant. Comme dans les nuages, les couleurs bleu et gris. Comme si c'était dans un avion.

On change d'altitude, ça monte et ça descend. Le voyage a l'air d'être long. Je fais confiance au conducteur, il n'est pas très loquace, mais il a l'air de savoir conduire. Je prends mes aises, je m'allonge à l'arrière du bus. Je regarde par la fenêtre. Ça me rappelle des souvenirs, un peu comme quand on est allongé dans l'herbe, on regarde les nuages, c'est bien, c'est presque poétique.

Comme une sensation de chute, ce n'est pas désagréable, une sensation de chute maîtrisée. Comme un faisceau de moi qui descendait et laissait une trace dans le ciel, comme si les choses

négatives s'en allaient. Je ressens la sensation de bien-être. Il y a des passages plus compliqués dans la descente, parfois je dois m'agripper et parfois je me sens serein et confiant. Mais le monsieur ne parle pas. Je n'ose pas lui demander. Comme si le silence a été établi comme cela entre nous. J'observe cette chute, qui est assez lente et douce mais qui ne s'arrête pas.

C'est comme si c'était un film. Il n'y a aucune notion de temps, ni d'espace, je ne sais pas dans combien de temps, où, quand et où est-ce qu'on arrive et peu importe !

## Rêve 2 - La prison

Je vois les barreaux d'une prison, avec une grande porte double d'une forme ronde au-dessus, la pièce derrière est très grande mais vide. Le sol, c'est du béton, et les murs en pierre, ça sent un peu l'humidité. Je m'approche de la grille, je regarde à l'intérieur, il n'y a personne, la pièce est vide, j'entre dans cette grande pièce par une grande porte. La porte claque derrière moi, j'ai peur d'être enfermé, je vérifie que la porte soit ouvrable, et elle ne l'est pas, je stresse, à regarder partout comment faire, je déteste la sensation d'être enfermé, surtout dans un endroit sans soleil, sans lumière, dans un endroit humide et moite.

J'appelle quelqu'un mais à part l'écho de ma voix qui retentit dans le lieu, je n'entends aucun bruit, je marche je marche, j'essaie de trouver une solution pour sortir. La pièce est sacrément grande, ça résonne, je crie, j'appelle quelqu'un, personne n'est là ! Je regarde à droite et à gauche, je marche, j'essaie de trouver la solution pour sortir de cette pièce. Les barreaux sont serrés, il n'y a pas de fenêtres.

Je stresse, le temps ne passe pas, j'ai l'impression que les minutes sont des heures, je réfléchis, je cherche la solution, ça ne vient pas. Ça ne passe pas dans cet endroit qui ne me représente pas du tout ! J'essaie de longer les murs en pierre pour voir s'il n'y a pas de pierres qui bougent qui pourraient s'enlever, car finalement, les barreaux sont fins, je suis sûr qu'ils peuvent être cassés. J'essaie de trouver une pierre, un trou, un orifice pour essayer de taper sur une serrure ou taper sur les barreaux qui sont rouillés, j'essaie avec mon pied, je donne des coups dans les barreaux, mais cela ne bouge pas, ils sont rouillés, mais quand même solides. Je suis sûr que je vais trouver ! Il faut être patient, mais enfermé dans un endroit pareil, on perd vite sa patience.

Je pense à mes proches, je me dis qu'ils vont s'inquiéter, en même temps je ne sais pas si j'ai des proches. Peut-être qu'ils me cherchent, peut-être pas du tout ! Peut-être mon absence

ne les inquiète pas du tout. Peut-être ils ont d'autres problèmes à gérer et cela ne les inquiète pas. C'est sûrement le cas, d'ailleurs.

Je ne trouve toujours rien dans cette pièce, je continue à faire les cent pas comme un lion en cage, ça m'énerve je suis stressé. Je sais qu'il y a une solution, mais je n'arrive pas à la trouver ! Je le sais, je m'en veux de ne pas trouver la solution, une clef, une pierre, un barreau. Je retouche la poignée de la porte, je tourne à droite, elle ne s'ouvre pas, j'essaye un peu de bousculer la porte avec mon épaule, rien ! Il n'y a rien.

Je suis devant la porte de la cellule, dans un coin avec un espace un peu vouté, il y a un vieux tonneau avec une petite lampe dessus, c'est une chose réconfortante. Je continue de faire le tour de la cellule, en marchant vite, je regarde en bas pour trouver cette satanée solution. Toujours besoin de trouver des solutions !

Je retouche la serrure, la poignée de la porte. En la tournant à gauche, la porte s'ouvre !

Alors je sors en riant, en me trouvant bête ! Par la serrure je regarde la cellule avec un petit sourire, mon cœur qui se calme et des angoisses qui partent.

### *Rêve 3 - La rencontre avec la Dame*

Je vois un green de golf, un terrain assez plat avec une herbe coupée très finement, très courte, je suis comme porté par des fils qui me font raser le sol à toute vitesse. J'avance et je sens juste ce petit brin d'herbe qui me chatouille, c'est agréable, c'est presque comme un jeu, mais je ne suis pas libre de mes mouvements, ce n'est pas moi qui décide, parce que mes deux mains et mes pieds sont attachés comme ceux d'une marionnette. Cela ne me déplaît pas, c'est assez rigolo, je vais à droite à gauche, le terrain est assez vallonné, cela me fait monter et descendre toujours très vite. Comme si je volais, un sentiment de liberté, et d'amusement, mais pourtant je suis accroché, ce n'est pas moi qui décide, ce n'est pas moi qui tiens les rênes. Mais cela ne me déplaît pas.

Ensuite, il y a de l'eau, un océan, je tourne vers l'océan, toujours au ras de l'eau, je reste vraiment au contact de la matière. J'arrive à toucher les vagues en bougeant mes pieds et en bougeant mes mains, avec le peu de mouvement que j'aie, c'est agréable, je joue avec même, je joue avec les vagues, je joue avec l'eau. Tout est très rapide, tout défile, c'est comme si avec cette vitesse le temps était un peu distendu, cela me fait plaisir de voir beaucoup de paysages, de toucher l'air et l'eau, et c'est confortable, ce n'est pas haut, je n'ai pas le vertige, pourtant je

suis proche de la terre, je suis proche de l'eau. C'est agréable, du coup je sens mes mains et mon buste, qui sont tirés par ces ficelles pour me faire gagner un peu de hauteur, je suis au-dessus de l'océan, ça défile vite, je ne peux plus toucher l'eau.

C'est impressionnant, car si les ficelles cassent je me retrouverai tout seul au milieu de l'océan. J'essaye de tourner avec mes mains qui sont comme étendues comme des ailes, et je veux retourner vers la terre et je passe au-dessus des arbres.

Et du coup, je peux jouer avec les arbres en faisant des petits virages, en inclinant mes bras d'un côté ou de l'autre, à droite et à gauche, je touche les arbres, je touche les feuilles, la vitesse est toujours impressionnante. C'est la vitesse d'un oiseau, la vitesse, ça va vite. La vitesse ne me fait pas peur, la hauteur ne me fait pas peur non plus au-dessus de la terre, c'est même plutôt assez agréable.

De plus en plus je sens que ça m'embête d'être accroché. Je voudrai pouvoir choisir d'aller toucher l'herbe, toucher les arbres comme bon me semble, j'essaye de me débattre en agitant mes mains d'un côté comme de l'autre, mais les ficelles sont toujours là, ce n'est pas moi qui décide, ni de la vitesse ni de la hauteur. Juste, je ressens maintenant un sentiment de frustration. Ne pas pouvoir être libre.

Je me concentre pour essayer de m'arrêter, c'est comme si mon corps devenait très lourd, la vitesse s'arrête, je suis au sol, allongé, mon corps est si lourd que des ficelles continuent à avancer mais elles se transforment en élastiques. Et puis, les élastiques se tendent, se tendent, et puis je suis toujours au sol, comme un objet de plomb. Mon corps n'est pas dur, mais en tout cas c'est comme une énergie ou une volonté qui font que je n'ai plus envie de bouger et que j'ai envie de sortir des élastiques. Les élastiques se tendent et deviennent rouges et se cassent, d'abord sous les bras, puis sous les pieds.

Je suis allongé dans l'herbe face contre terre, et tout doucement j'arrive à relever la tête, je relève la tête et mon corps met du temps à réagir. J'arrive à me lever, je peux marcher, il y a une Dame qui est là. Elle me tend la main pour essayer de me relever. Je lui attrape la main, elle a la main chaude et très agréable. Je me relève. La première chose que je lui demande, c'est comment je fais pour voler, elle ne me répond pas, mais elle sourit. Elle m'attrape par la main, on fait un bout de chemin ensemble, sa présence est assez réconfortante, on se balade dans un parc, il y a plein de fleurs très colorées : des pivoines, des roses, un environnement qui est très beau, très apaisant. Je me rends compte que l'on marche très lentement quand-même. C'est Elle qui guide mes pas, on avance tout doux, en regardant les fleurs, la beauté de la nature, en sentant

leurs odeurs. Le temps est presque suspendu, mais c'est très agréable. J'ai plus du tout envie d'aller vite, mais je lui dis que j'ai toujours un peu envie de savoir voler, de pouvoir être libre, tant à l'horizontale qu'à la verticale, c'est comme s'il me manquait quelque chose.

On se retrouve sur un grand plateau vert, et j'arrive à voir la mer, au loin. Il y a encore beaucoup de fleurs mais plutôt des fleurs, des maquis, ou des petites fleurs sauvages, un peu jaunes, un peu violettes, on n'est plus sur ce quelque chose luxuriant. On avance à travers ces petits buissons, avec cette Dame. On est comme dans un paysage de Bretagne, on est sur un grand plateau qui surplombe la mer. On continue à marcher très lentement, je sens vraiment les odeurs de la mer, j'arrive même à sentir de petites gouttes d'humidité salée et très fraîche. Le contact de la terre est très agréable, je vois mes orteils qui avancent dans la terre. La terre est vraiment très marron mais très sèche, on avance le plus loin que l'on peut, devant, tout en haut de cette falaise, immense, et les vagues de l'océan sont loin et tout en bas. La femme me regarde toujours en souriant, et elle me dit « tu peux y aller, tu peux voler » et elle me lâche la main. Elle a l'air tellement confiante que je la crois mais j'appréhende, le vide me fait peur, je suis partagé entre l'angoisse et la peur de ne pas savoir, est-ce que je dois lui faire confiance ou... mais elle m'a aidé à me relever et, donc c'est quand-même elle qui m'a fait du bien, elle doit savoir ce qu'elle fait et ce qu'elle me dit. Je regarde mes orteils, ils sont au bord de la falaise comme agrippés comme les serres d'un faucon. Comme si j'étais agrippé au bout de la falaise avec le vide en bas, les vagues qui se fracassent contre les rochers. Mon corps vacille, je... il penche un peu en avant, un peu en arrière, un peu comme une grosse chaleur qui monte et qui... Le sentiment est... c'est très partagé entre la confiance et la peur.

En fait, j'ai trop peur, du coup je m'allonge, elle m'invite à s'allonger avec moi, et je lui dis que j'ai envie de le faire mais que je ne suis pas prêt et que j'ai besoin d'un peu de temps. Et elle me dit : « on a tout le temps, le temps n'est pas contre toi, au contraire, tu peux le faire et tu le feras quand tu en auras envie ! ». Je reste allongé dans l'herbe presque soulagé, je prends du temps. J'apprécie le moment avec cette petite brise humide, je touche l'herbe, je sens la présence de cette femme qui est réconfortante. Je ne suis plus seul et il y a le temps, et il y a cet environnement qui me plaît.

### *Rêve 4 - Le Léviathan*

Je vois un gros chien, ou un gros loup plutôt, une figure assez esthétique qui court au travers des herbes. Il y a comme un champ avec plein de personnes qui discutent entre elles. Ce chien

il court, il court comme si j'étais collé à lui, parce que je le vois courir de côté. Comme si on n'était qu'un. On slalome entre les personnes. Tous les chemins sont possibles. On va à droite à gauche, on revient sur nos pas, le museau en l'air, tout en trotinant, d'un coup la tête se met en bas en reniflant, ça sent l'herbe fraîche. Le sol est un peu humide, on tourne, on vire, on cherche de l'eau, il y a un lac pas loin, et on court, on court, on court.

C'est un chien très élégant, d'une élégance de cheval, les pattes très fines, un poil assez soyeux et doux. Mais personne n'essaye de le caresser, on n'a pas envie, on continue. J'ai l'impression d'être à côté de lui, mais en même temps, j'ai l'impression de ressentir la même chose, l'air sur ma peau, l'humidité sous mes pieds, puis mon odorat est développé, ça sent le matin, la rosée, l'herbe fraîche.

On trouve le lac entouré de sable blanc. On s'arrête devant l'eau. Quand on se regarde dans l'eau, c'est ma tête, ce n'est pas le loup, ça ne fait rien. On met une patte, l'eau est très fraîche mais c'est très agréable. On s'amuse au bord de l'eau, on court dans un sens et dans l'autre, personne des humains n'essaie de jouer avec nous, on n'y prête pas attention, comme si on était seuls au monde alors qu'il y a quand même du monde. On avance dans l'eau petit à petit, comme si l'eau était aspirée par nos pattes pour nous faire grossir.

On se met à nager dans l'eau, on n'a plus pied, il y a des algues qui nous touchent les pieds, on avance en battant les pattes, on met la tête sous l'eau, on s'enfonce complètement jusqu'à toucher le fond. Comme si notre poids était lesté, plombé, on avance au fond du lac, comme si on était sous la terre, c'est très calme, on arrive à peine à distinguer l'agitation avec les gens qui jouent, on n'avance que doucement à travers les algues il y a quelques petits poissons. Tout notre corps se transforme encore en s'imprégnant d'eau, il s'allonge, s'allonge, on se rend compte qu'on prend la forme d'un poisson noir et marron. Très long, très mou et très grand, avec une énorme bouche.

Au fond du lac, jusqu'à prendre conscience qu'on peut nager dans toutes les directions, non seulement à l'horizontale, mais on peut arriver à remonter à la surface. On entend toujours les bruits au loin des personnes qui jouent. On est libre, on nage de plus en plus vite, on essaye de chercher des petits poissons pour se nourrir, on a des petites dents dans la bouche. On nage, puis on mange les petits poissons qu'on avale d'un seul coup, on est bien mais l'eau est trouble. On ne distingue pas vraiment les choses.

Un poisson nous attire, plus vif que nous, il nous fait aller de haut en bas, très rapide, très vif, on ouvre la bouche et au moment de le mordre, une fois que notre bouche s'est fermée, on

se rend compte qu'il n'est pas constitué de chair, mais plutôt de plastique. On sent une forte douleur à la lèvre supérieure comme si quelque chose venait de transpercer celle-ci, c'est un hameçon ! Et au moment où on ferme la bouche, en un quart de seconde on ressent cette forte pression sur notre bouche, c'est un pêcheur ! On se débat, on essaie de sortir l'hameçon comme on peut, mais le pêcheur tire tellement fort qu'on n'arrive pas à se défaire. On se sent encore prisonnier. Ce n'est plus nous qui décidons où aller. Quand on veut aller à droite, on est tirés vers la gauche, quand on veut aller à gauche, on est tirés vers la droite. Mince, c'est stressant, on sait qu'on est pris, mais on ne lâche pas. On se débat c'est un combat. On lutte, on lutte. À force de lutter on perd la force, on ne veut pas céder, dans un ultime effort on essaie de prendre une virée à droite. Mais on est quand même rattrapés, petit à petit l'hameçon nous fait remonter. La force nous quitte. On remonte tout doucement.

Au moment de quitter l'eau on aperçoit le pêcheur. C'est un vieux monsieur avec une moustache grise, quand on sort de l'eau notre corps se fige, comme si nous devenions mous, perdions toute vie.

Je regarde la scène de côté, le gros poisson devient un gros poisson en plastique. Le pêcheur est rouge, il fronce les sourcils comme énervé. Je regarde le pêcheur, je suis content qu'il ne soit qu'un morceau de plastique, qu'il y ait une justice. Le pêcheur est énervé, il râle et il peste, il insulte le poisson en plastique, il me(le) rattrape et me(le) défait de l'hameçon et me(le) rejette.

### *Rêve 5 - Le grand passage*

Je suis dans une ville dans la nuit, il y a un brouillard très épais, le sol est chaud, je sens la chaleur qui émane des murs et du sol et le brouillard est frais.

C'est la fin de la journée, le brouillard est frais, mais c'est très sombre. J'essaye de me guider mais je ne vois pas beaucoup, pas devant, pas plus de 5-10 mètres, il y a un silence impressionnant, juste le bruit des gouttes l'eau qui tombent. Je cherche la vie, l'activité. Je ne trouve personne. J'avance dans une petite rue, à droite, cette fraîcheur est assez agréable. Comme une double sensation : la fraîcheur sur la peau du brouillard qui se dépose, et la chaleur dans le corps, le corps qui a vécu une journée très chaude. C'est comme une double-sensation.

Au sol, il y a une ligne blanche qui est tracée, alors je décide de la suivre. Je marche tout droit, je marche assez lentement, mais je suis curieux de voir où elle mène, alors j'avance un

peu plus vite, on est dans une grande rue qui va tout droit. Alors, je découvre la Lune qui devient visible petit à petit, au fur et à mesure que j'avance.

Il y a un éclairage public, il ne fait pas sombre, c'est sombre mais ça ne l'est pas... j'arrive à y voir, pas loin, mais je vois ! Un petit virage à droite, mais la rue part aussi à gauche, donc je décide de suivre la ligne qui part à droite.

Sur un mur il y a un dessin en forme de bouche, une bouche toute rouge comme une bouche, cela me fait sourire, j'avance. Je suis un peu dans une attraction, un parcours, comme le train fantôme mais sans le fantôme. Ce n'est pas effrayant, c'est presque excitant de découvrir ce qui se passe petit à petit en suivant cette ligne blanche. Je la suis mais je me demande pourquoi suivre cette ligne blanche ? Peut-être parce que c'est le seul repère, donc je continue à la suivre.

On arrive à une intersection, la ligne va à gauche, je la suis. Les murs deviennent de plus en plus clairs, comme si la couleur des murs changeait. Au départ ils étaient noirs, des pierres polluées et usées, plus on avance, plus la couleur des pierres devient beige. Il y a toujours ce brouillard, la ligne blanche. Sur un mur, un homme avec un béret, ou plutôt une casquette bleue, il ressemble à un marin, c'est une photo. Je me dis que c'est une énigme, une énigme à résoudre avec des images, trouver les réponses, des clés qui sont peut-être au bout de la ligne ou peut-être pas.

Je me mets accroupi. Le brouillard s'arrête à la hauteur de mes genoux, et si je me penche, au-dessous de mes genoux, il n'y a plus de brouillard du tout. Je décide de m'allonger, et d'avancer en étant le plus bas possible. J'ai une meilleure visibilité, je suis tout seul, je ne risque rien, j'avance à quatre pattes. J'arrive à voir un peu plus loin, à voir autour de la ligne, par contre je ne vois plus ce qu'il y a sur les murs.

Je me demande s'il faut suivre la ligne avec de la perspective, où s'il vaut mieux la suivre avec moins de perspective et regarder ce qui défile à côté, sur les murs. Non, je préfère regarder ce qu'il y a sur les murs, donc je me relève, et je continue à avancer en regardant à droite et à gauche.

Le ciel est blanc-orange, ça donne une ambiance chaleureuse, avec les murs beiges, mais comme un peu de brouillard des entrées maritimes, c'est étonnant, mais agréable. Sur un mur il y a une étoile à cinq branches, jaune. Elle semble bouger comme si elle n'était pas fixée sur le mur, elle se déplace, sur un carré, sur le même mur, mais elle se déplace, elle est comme emprisonnée dans un carré, mais c'est rassurant qu'il y ait quelque chose qui bouge dans cette immobilité.

J'entends comme des bruits de sabots sur les pavés, mais très lents. C'est un cheval sans doute, j'entends, il est devant moi. Le bruit de ses sabots résonne entre les murs. Il marche presque à mon allure, au pas. J'avance, on avance en même temps. Je ne le vois pas. Sur tout le mur il y a de l'eau qui coule comme une cascade. Étonnant, tout ce silence avec le bruit du cheval, ses sabots, et de l'eau qui ruisselle sur le mur. C'est une ambiance très calme, très paisible. Je suis la ligne blanche, le cheval est devant, toujours. J'observe à droite, à gauche, sur les murs, le sol, la ligne blanche est toujours là, elle rassure.

Au bout, il y a comme une énorme lumière blanche, au bout de la ligne, mais assez loin, après un grand couloir, une grande distance à parcourir, blanche, mais comme la lumière du soleil, blanche, éclatante, comme un projecteur, une lumière très vive, très vive et très loin.

Je ne vois que le contour du cheval qui apparaît dans l'ombre, je vois l'ombre du cheval avancer. Je le suis. Quand j'écarte les bras je peux toucher les murs. J'arrive à toucher les murs des deux bras. J'avance vers la lumière avec les bras écartés en touchant les murs. Je sens vraiment la pierre qui est lisse, tous les interstices entre les pierres qui avancent, cette sensation est douce. J'avance toujours avec les bras écartés, le cheval est devant, la lumière s'intensifie de plus en plus. J'avance encore, la lumière est de plus en plus intense, je ferme les yeux. Seuls les murs sont mes guides. J'avance toujours en les touchant tous les deux, les bras en croix, la lumière est vive, vive, très puissante, même en ayant les yeux fermés, ça m'éblouit.

J'entends toujours le cheval, pas à pas, qui avance, je me suis calé sur lui pour avancer, je connais la direction grâce aux murs, et tout d'un coup, je sens une énorme chaleur, le brouillard ne me rafraîchit plus du tout, il fait beaucoup trop chaud, je n'entends plus le cheval. Je touche cette paroi qui est devant moi, qui au moment où je la touche, transforme toute ma peau, petit à petit, comme en paillettes... Comme si la peau devenait incandescente, je ne ressens pas la douleur.

Après cette porte, je n'ai plus de corps. Seul mon esprit est dans l'immensité blanche, une immensité pure. Sans bruits, sans rien, c'est le calme.

### *Rêve 6 - Le sacrifice*

Je vois une colline, avec l'herbe sèche, c'est l'été, il fait chaud. Les collines à perte de vue. Des groupes de personnes qui discutent. Je marche, j'observe ce qui se passe. Je m'approche d'un groupe, ils parlent une langue que je ne connais pas. Ils sont tous habillés en beige, en lin,

ils s'expriment avec leurs deux mains croisées dans le dos, c'est assez étonnant. Ils ne me voient pas, comme si j'étais transparent. Ils ne sentent pas ma présence.

Je repars, je marche sur une allée avec des arbres. Un chemin au milieu. Il y a des belles marches avec une mousse. Je regarde un interminable escalier droit qui serpente. Je monte la première marche, elle s'aplatie comme si je ne pouvais pas monter. J'essaye la deuxième, pareil, je redescends. Je reviendrai plus tard.

Je vois toujours des petits groupes qui discutent, en communauté, ils sont assis au bord du Lac. Je vais, mais c'est impossible de discuter avec eux. Je me demande si ce n'est pas mon esprit qui me joue des tours. Peut-être que je n'ai pas trop envie de discuter, ni de monter les marches, comme si le réel me renvoyait ce que je pensais.

Je regarde le Ciel, il est assez voilé, je n'arrive pas à apercevoir le soleil, il y a comme un œil bien dessiné, aux contours noirs, et des grands cils qui me regardent, je sens que je suis levé sur le dos, je me fais absorber dans cet œil, comme dans le trou noir, aller dans l'inconnu.

La terre s'éloigne désormais, une boule noire, j'observe ces petites personnes qui parlent, qui sourient et qui jouent. C'est bon d'être spectateur. La notion du temps s'arrête. Je redescends. L'œil s'éloigne. Je revois le Ciel ≡ voilé. Je me relève. J'arrive à parfaitement bien respirer. L'herbe est devenue verte, tout est empli de couleurs comme si quelqu'un les a arrosées.

Quelqu'un vient de me parler. Un jeune homme de 20 ans, en short et tee-shirt. Il s'appelle Ludovic. On commence une petite discussion.

Je lui demande ce qu'il fait ici, la même chose, il cherche la paix et la tranquillité. Ça me rassure, il est sympathique, on parle la même langue on se balade, on se raconte nos vies, on regarde la nature, le Lac, c'est très agréable.

Il y a comme une secousse, ça a figé tout le monde pendant trois secondes. On s'est figés on s'est regardés, puis le temps s'est suspendu pendant ces quelques secondes. Il y a une femme avec une petite fille. Elles jouent. Elles sont très jolies, toutes les deux rousses, elles sont habillées pareil, elles ont l'air heureuses. Elles jouent à cache-cache. Comme s'il y avait en elles des vagues de bonheur, de plénitude. Et il y a une biche qui apparaît à dix mètres de nous. Elle fait des petits bonds, elle s'en va, c'est très élégant.

Nos échanges sont très fluides comme si on se connaissait depuis toujours. Un petit chemin autour du Lac avec plein d'arbres, c'est une fontaine, pleine de jets d'eau. C'est assez agréable, le garçon me prend la main. Il m'invite à aller dans l'eau. Elle est un peu fraîche, c'est agréable.

Je m'allonge et je me fais aspirer tout au fond de l'eau. Comme si les parois étaient transparentes, je vois tout ce qui se passe comme dans un bocal, je suis seul, en silence, j'ai une vision globale de tous ces gens qui prennent du bon temps, comme un spectateur, c'est beau à regarder.

### Rêve 7 - Playmobil

Je vois comme une espèce de baie, je suis à côté de l'eau, de l'océan, il n'est pas transparent, il est de couleur blanche comme du lait, et au bord il y a un sapin qui est pointu et tout vert. Je suis sur une barque, j'essaye de rejoindre la rive. Comme si quelque chose me retenait, je n'arrive pas à avancer, comme si mon bateau était bloqué dans de l'eau blanche. Je vois une petite fille avec des cheveux noirs longs, habillée avec une robe jaune et une ceinture rouge, elle me fait des signes. Je suis comme bloqué et avec la rame, j'arrive à rompre les fils qui me retenaient.

Je vais voir la petite fille, mais comme si elle perdait toute trace d'humanité, elle devient comme un petit Playmobil, elle est toute petite, comme une petite poupée. Comme elle m'a fait des gestes, je me dis qu'elle a besoin d'aide, je la prends, je la mets dans ma poche droite.

Je marche sur la plage, les sapins sont très hauts, très verts et en forme de triangle comme la représentation des sapins de Noël. Cette eau est blanche avec des paillettes et des reflets nacrés, c'est très beau, c'est très doux aux pieds, puisque j'ai les pieds nus, je suis extasié devant la beauté de ce liquide.

Je vois un petit chalet au loin, sur la côte. Je vais dans le petit chalet, j'ouvre la porte, toute en bois, tout est renversé, sens dessus-dessous. Il y a une table avec des tasses renversées, deux tasses en email, et un lit, un lit simple qui est défait, comme si quelqu'un était parti. J'ai l'impression que c'est la maison de la petite fille, mais j'ai une sensation étrange, comme si elle était partie depuis longtemps. Je décide d'attraper la poupée dans ma poche, je la mets dans le lit et je la borde. Comme si c'était ma fille. Je sors tranquillement, à pas de velours, pour qu'elle ne se réveille pas, je la laisse dormir tranquillement, je ferme la porte tout doucement, et je décide d'aller voir dans la forêt, derrière la maison. Le sol est fait de mousse, c'est agréable, c'est humide, mais c'est très doux, on sent cette odeur de cèdre et de sapin.

J'observe, je ne vois plus trop de lumière, c'est sombre, j'aperçois une clairière avec des habitations et de l'herbe vert-clair. Il y a comme une agitation, une sorte d'usine, il y a du mouvement, je n'arrive pas très bien à distinguer, ça bouge. Comme des gens qui savent faire

sur la chaîne de production. Tout est assez archaïque, en bois avec des poulies, des cordes. En fait, ils sont en train de confectionner des poupées aussi, la même poupée que j'ai vue sur la plage. Je suis sûr de l'avoir vue en vie ! Là il y a des dizaines de poupées inanimées, ce sont juste des poupées, elles sont toutes stockées dans des gros sacs en jute.

Les gens, ils ont tous les yeux bizarres, ils ont les yeux clos, pas d'œil, comme s'ils étaient complètement aveugles, et pourtant ils savent parfaitement... chacun est à son poste, chacun fait des choses, des petits allers-retours, tout est très structuré, un peu à la manière d'une fourmilière, où chacun a son rôle bien déterminé. Tout le monde se ressemble, tout le monde a les yeux fermés, ils font tous partie de cette création de la petite poupée sans vie. Pour qui, pour quoi ? Je ne sais pas. J'essaie de comprendre, je regarde, il y en a qui accrochent les jambes, d'autres qui accrochent le tronc, d'autres mettent les bras, et d'autres mettent la tête. Puis, ensuite, ils lui mettent ses vêtements, sa robe jaune.

Je pense à la petite fille en vie sur la plage, elle était comme triste, elle avait besoin d'aide, ou de soutien, je culpabilise, je l'ai laissée toute seule dans son lit.

Les gens... ils sont tous pareils, pas l'air très agréables, j'ai l'impression que je ne suis pas le bienvenu, j'essaie de me cacher, j'essaie de me rendre tout doucement jusqu'à la salle des jutes, j'attrape une poupée, je la mets dans poche et je m'en vais discrètement, sans me faire voir. En même temps, ils n'ont pas d'yeux, ils ne peuvent pas me voir, ils n'ont pas d'yeux. J'essaie de faire en sorte de ne pas les toucher, ne pas déranger ce qu'ils font. Et je réussis à sortir.

Ça m'embête que cette petite fille soit habillée comme l'autre sur la plage, je lui donne mes vêtements, lui enlève sa robe jaune. On est pratiquement de la même taille. Puis je l'emmène à la maison.

Et là, je la positionne sur la table, assise, avec l'autre petite fille qui dort. Je regarde la scène, je les vois toutes les deux, il y a une petite bougie, l'atmosphère est assez chaude, c'est assez « cocoon ». C'est beau comme scène, elles sont toutes mignonnes toutes les deux, elles ont l'air d'être heureuses, celle qui est assise, elle regarde par la fenêtre, et l'autre, elle dort, comme si elle veillait sur elle. Je me dis que je peux disparaître, les laisser tranquilles, elles sont deux, elles sont en sécurité, elles veilleront l'une sur l'autre.

Je sors, je retourne sur la petite plage avec le liquide blanc à paillettes qui m'effleure les pieds et le sable tout fin et blanc, et je m'arrête sur cette plage de sable, je m'amuse à confectionner des châteaux avec un sable fin beige-clair mélangé avec le lait blanc à paillettes.

C'est magnifique, ça scintille avec le soleil, c'est vraiment très beau et enfantin. Je prends le temps. Je perds la notion du temps qui passe.

Je remonte sur ma petite barque, en contemplant une dernière fois mon petit château de sable et la maison, et je vois la lueur de la bougie qui lui confère un aspect chaleureux. Je suis rassuré.

En fait, je suis un enfant, un garçon. Une voile qui apparaît sur mon bateau, elle se gonfle par le vent et m'emporte. Et d'un coup sec, je me retrouve assis sur mon bateau, les bras en croix, je regarde le ciel, ça me fait sourire, je me laisse porter.

### Rêve 8 - Le Grand Saut

Je suis au sommet d'une falaise, le vide est derrière moi, et devant moi il y a un paysage assez aride, assez humide, ambiance blanche et humide comme s'il y a des embruns.

Je vois une maison qui est toute noire, de plain-pied. Elle n'est pas très accueillante. Autour de la maison il y a trois petits arbres noirs, aussi noirs, on dirait presque des sapins. Je suis très curieux, j'essaye de m'en approcher, mais j'avance très doucement. Elle ne me paraît pas très chaleureuse, très foncée, elle est faite en bois, très massive. J'arrive, la porte est vitrée avec la poignée qui est ronde, et j'entre sans frapper. À l'intérieur c'est une table de séjour en bois noir, et 4 chaises. Sur ma droite, un coin cuisine, et au fond de la pièce, il y a une grande cheminée, avec des traces de suie noire, comme s'il y avait un feu qui serait resté allumé pendant 100 ans sans qu'on aère la maison, ça sent la suie noire.

Un grand fauteuil noir, avec des clous, il y a un homme assis dessus. Je m'approche tout doucement. Il n'y a pas la moindre once de vie, c'est lugubre, je distingue un homme vieux de 80 ans, cheveux longs, poivre et sel, longue barbe, poivre et sel, longue aussi, je m'approche de lui, il a un visage très émacié, très sec, il dort, il a l'air de dormir.

Sur ses genoux, il y a un livre, une sorte de carnet, il n'y a rien sur la couverture, le livre est posé sur ses genoux, ouvert. Je me déplace tout doucement, comme si je ne voulais pas le réveiller, troubler le silence qui l'entoure. Je le tire vers moi, tout doucement, pour ne pas le réveiller. Ses mains sont toutes fines, toutes sèches.

J'attrape le livre, je regarde ce qu'il y a de marqué dedans, il y a une écriture presque illisible, ce n'est pas une écriture que je connais. Quand je me focalise sur un paragraphe pour essayer de déchiffrer ce qui y est noté, du moins comprendre dans quelle langue c'est, l'encre disparaît,

les pages deviennent blanches. Je tourne une page, regarde une autre page, toutes les pages deviennent blanches, tout ce qui est écrit disparaît. C'est très étrange.

Le monsieur dort toujours, je garde le livre blanc avec moi, je le serre contre ma poitrine en regardant ce monsieur. Il est très ridé, très vieux, il me fait de la peine, il est un peu recroquevillé dans son fauteuil, immobile et très raide. Est-ce qu'il est mort ? Je ne vois pas sa poitrine bouger, peut-être que je suis en train de troubler son repos éternel ?

J'essaye de regarder autour dans la pièce pour voir si quelque chose me montrerait qu'il est en vie depuis longtemps ou décédé depuis un petit moment. La froideur de la pièce m'indique que ça fait des lustres qu'il est ici à attendre sur son canapé. Pas de vaisselle, pas d'électricité, juste cette odeur de suie noire, mais étonnamment, c'est assez paisible. On entend le bruit des vagues se fracasser contre les falaises en bas, le bruit du vent qui s'engouffre par les fenêtres et qui siffle.

Qu'est-ce que je fais là ? Je ne sais pas. Je laisse le livre, qui est devenu tout blanc, et je le repose sur ses genoux. En le reposant délicatement, je sens le soubresaut de ce monsieur, comme s'il se réveillait. Il ouvre les yeux au contact de son livre posé sur ses genoux.

Il a les yeux très bleus, bleu-ciel, perçants, qui ressortent beaucoup avec ses cheveux gris et sa barbe grise. Un bleu-piscine, un bleu-marine. Il ouvre les yeux, se redresse, me regarde, déplie ses doigts longs et maigres, déplie son bras qui est long et fort. Comme s'il n'avait pas mangé depuis dix ans.

Il me tend le livre et me dit : « C'est à toi maintenant d'écrire ». Il est si faible que quand il me tend le livre, il tremble. Ne sachant pas quoi faire, ne comprenant surtout pas ce qu'il veut que j'écrive dans son livre, je prends le livre bêtement. Et quand je prends le livre, sa tête tombe, ses yeux aussi, comme dans un dernier soupir.

Il est parti, c'est comme s'il me transmettait un message, me donnait la responsabilité d'écrire dans son livre, mais à quoi bon écrire dans son livre si, quand on meurt, ça ne reste pas écrit ?

Je ne sais quoi faire. Est-ce que je garde son livre pour écrire pour ne laisser aucune trace lorsque je partirai, ou est-ce que je le repose sur ce monsieur ? Après tout, c'est son livre, et sans doute, son histoire.

Il me l'a donné, c'était sa dernière volonté, donc je le garde ! Je le prends à nouveau entre mes deux bras, je le serre contre ma poitrine, je recule petit à petit, un pas après l'autre, en

respectant le silence. Je retourne à la porte, tourne la poignée ronde vers la gauche, j'ouvre la porte, je mets un pied dehors.

Il y a du brouillard, c'est blanc. J'avance sur une falaise, je vois la maison disparaître, je m'assois sur un rocher. Je pose le livre sur ma paume, et je le regarde, fermé avec sa couverture blanche et toutes ces pages blanches et ce que je suis censé écrire. Est-ce que je suis forcé d'écrire ?

À quoi bon écrire si ça ne reste pas ? Je trouve un stylo, j'écris sur la première page : « À la mémoire de cet homme, mort dans cette maison ». J'ouvre le livre en deux, au milieu, j'écris : « Je ne sais pas quoi écrire, désolé. » Je referme le livre, le pose sur le rocher et me lève.

J'avance vers la falaise, je me tourne, je vois la maison, ce vieux monsieur, je regarde une dernière fois le livre... Je sens le vide derrière moi... Je mets les bras en croix... Je me laisse tomber dans le vide... En pensant très fort : « Advienne que pourra, je ne suis rien, rien n'est écrit ! ... » (silence, pleurs).

***Après avoir fait ce rêve émouvant, Antoine commente son expérience :***

« J'ai à la fois froid et chaud. C'est triste. Parce que c'est le destin tragique, qui, à la fois, se fait spontanément, comme s'il n'y avait plus rien à dire, plus rien à écrire, et à la fois, ça ne fait pas peur, comme si c'est la fin d'un cycle, ce saut dans le vide ne me fait pas peur, c'est comme un retour à la nature, il n'y a pas la sensation de vertige ou la peur de la souffrance, comme une libération, ça lâche. Je ne saurai pas dire s'il y a la souffrance derrière ce saut ou pas, mais en tout cas, quand je me jette les bras en croix, je n'ai pas de peur, je n'ai pas de souffrance ».

### *Rêve 9 - Rubik's Cube*

Un cube rouge pétant, une pièce rouge, les cloisons peintes en rouge, la porte noire, comme si elle tremble dans le sens de la verticalité, comme s'il y a quelque chose dedans. J'essaye de saisir la poignée, ça bouge, ça fait peur, il n'y a rien à l'intérieur, je rentre, je referme la porte, j'ai du mal à respirer, les parois vibrent par intermittence, je regarde la pièce, il y a un bruit assourdissant, j'essaye d'ouvrir la porte, elle est fermée.

La pièce devient noire, les murs se déforment, rétrécissent, j'essaye de plonger contre le mur pour l'ouvrir, mais cela ne marche pas. Il y a une chaise, j'essaye de la bouger. Elle ne bouge pas, toujours ce bruit, je m'assieds, je respire, je ferme les yeux et je respire, je ferme les yeux et je vois le rouge au-travers. J'essaye de me lever et d'avancer les yeux fermés pour que ça soit moins stressant.

Je touche le mur, c'est comme des cheveux longs, secs, je tire dessus, ça se décroche. Je touche cette paroi de cheveux, pour essayer de trouver les coins de la pièce. Je bute sur quelque chose, la chaise s'est déplacée. C'est la panique. J'ai l'impression qu'on veille à ce que je m'asseye. Je m'assois, j'ai l'impression que la chaise est collée au sol et ça continue à vibrer. C'est comme un poumon, un organe qui est en vie. Alors je recule, je lâche la chaise. J'avance toujours en marchant en arrière, je me cale au mur de derrière qui devient tout chaud. Je me mets au milieu. Ça m'angoisse car j'ai besoin de repères. Je me colle au mur, il y a plein de trous. J'essaye de poser ma bouche pour récupérer l'air, je cherche au sol qui se met à pencher, je me relève, je touche les murs, j'essaye de trouver les clefs, mais il n'y a rien, j'essaye de passer mes doigts, mais je me fais engluier dans le mur. Cette sensation d'être agrippé par les choses me fait encore plus peur. Où je suis et comment je suis arrivé là ?

J'essaye de sauter mais rien ne se passe. Il y a une odeur de feu, comme si quelque chose brûle, j'ouvre les yeux. Je vois quelque chose qui brûle la chaise, c'est au milieu, je monte dessus, il n'y a pas de passage. Le plafond c'est comme s'il y a des épines partout. Mince, qu'est-ce que je vais faire ? Tout doucement ça vibre, ça secoue. Ça sent le brûlé, il faut que je me dépêche. Je ne sais pas par où sortir ou entrer mais je veux vraiment sortir de là. J'essaye de monter sur la chaise et de pousser le plafond tout doucement. Le plafond n'est pas fixé, mais ça fait mal. Je le fais avec les paumes. J'appuie sur le coin, le plafond se défait, j'agrippe les murs et je passe la tête. Je peux respirer il y a de l'air frais. Mais en voulant passer, je sens que mes jambes restent collées à la chaise. J'essaye de crier à l'aide, mais je suis tout seul, au moins je peux respirer. Ça m'ennuie d'être accroché, j'ai envie d'être libre. Je déteste être collé, rester là sans rien faire. Ce n'est pas une vie. Alors je pose ma tête et j'attends. Peut-être en dormant j'arriverai à sortir d'ici. Au moins je respire.

### *Rêve 10 - La pyramide Maya*

Je vois une pyramide plutôt Maya, pas pointue, qui s'arrête « en carré » au sommet, recouverte de mousse verte et de vieilles pierres. Il y a un grand escalier, j'avance, il y a d'autres

gens qui avancent en file indienne, ils sont une centaine. Ils avancent, de part et d'autre, moi je suis au milieu, ils montent les marches une par une, les marches sont hautes, il y a comme des paliers dans la pyramide, une espèce de plats. Ces hommes sont plus des hommes, ils sont tous identiques, des copies conformes, les cheveux noirs au carré, très bronzés, avec un nez tout plat, c'est très silencieux, on n'entend pas les pas de ceux qui montent, c'est humide et chaud. Les marches sont toutes fendues, pleines de nervures. Autour de la pyramide, il y a une grande clairière, et après il y a la forêt dense, c'est la jungle. On entend les bruits des animaux, des oiseaux.

Plus on monte, plus les marches semblent hautes. Pour moi c'est de plus en plus dur, mais pour les hommes à côté de moi qui montent, eux ils ont le même geste, comme si leurs jambes s'allongeaient, pour moi c'est plus difficile, mais je continue à monter, mais plus tranquillement.

On arrive presque au sommet. Il reste encore une trentaine de marches. Je suis bientôt obligé de monter en me servant de mes mains pour ne pas tomber, si je regarde en bas, c'est très pointu, ça me donne le vertige. De temps en temps, je m'arrête contre la paroi de la marche, pour respirer, ne pas stresser, ne pas regarder en bas. Une chute à cette hauteur me tuerait sans doute.

Il fait chaud, j'ai les jambes qui commencent à trembler, parce qu'on est très haut, la pyramide est de plus en plus étroite vers le haut, on a moins d'ancrage, j'ai toujours détesté la hauteur, ça ne me semble pas naturel d'être en hauteur, mais il faut monter apparemment. J'ai envie de savoir ce qu'il y a en haut, quand je vois tous ces hommes qui n'ont aucune peine à monter avec leurs grandes jambes, presque des jambes qui s'allongent pour qu'ils montent, et moi je galère avec mes petites jambes.

Les pierres, c'est comme si elles tremblaient, quand je m'arrête de temps en temps pour me reposer, ces pierres, en les touchant de mes deux paumes, sont chaudes et humides, comme si quelque chose grondait à l'intérieur, le grondement sourd, voire, léger tremblement. Il y a du vent, le vent et la hauteur, ça me stresse, mes jambes elles tremblent toujours, mais je continue à monter. Je n'ose pas regarder vers le bas, mais c'est inévitable, j'ai loupé une marche, et je glisse, parce que c'est tout humide, j'essaye de me rattraper avec les mains, j'y arrive, mon cœur s'emballe, je remonte, je reprends mon chemin sans trop réfléchir.

Mais où vont ces hommes, tous à monter ? Des centaines et des centaines qui montent toujours vers le haut. Me voilà presque en haut. Il reste deux marches, la largeur en haut de la pyramide doit faire dix mètres à peine, j'y arrive, je suis pressé d'arriver en haut, et voir ce qui se passe, ça a l'air super.

Je me hisse sur la dernière marche, qui doit faire ma taille, 1,80 m, je suis obligé de grimper avec mes mains, de me hisser. Me voilà tout en haut de la pyramide, je regarde autour, c'est très haut. Mais comme je suis au centre, j'ai moins peur du vertige.

Mais ce qui est étonnant, c'est que les hommes qui montent, redescendent de la même manière de l'autre côté. Pourquoi ils font ça ? Pourquoi monter pour redescendre ? On dirait des fourmis, tous en file indienne, sans broncher, qui montent et qui descendent. Je ne comprends pas bien ce qu'ils font là.

On peut observer une superbe vue, tout ce poumon vert, cette verdure, c'est agréable. M'asseoir un moment au centre de la pyramide, avoir encore plus de surface de contact quand je suis assis sur la pyramide, ça me rassure. J'ai l'impression d'être moins grand, moins haut, de ne pas pouvoir tomber.

Alors, il va falloir redescendre. C'est impossible, la pente est très raide, les marches sont très hautes, ça glisse. Si je tombe, je vais mourir. Comment faire ? Mais eux, les hommes d'à côté, qui marchent des deux côtés, pour eux ça a l'air plutôt facile, facile ou pas facile, je ne sais pas, en tout cas, ils le font sans broncher, ils montent et descendent, comme si c'était facile, comme s'ils n'avaient pas peur surtout !

J'essaie de tendre les bras sur le côté, pour essayer de prendre la main à deux personnes, de part et d'autre, pour qu'ils puissent m'aider à descendre. Mais personne ne prend la main, personne ne réagit, ils ont l'air imperturbables, pas très souriants, je réessaye avec les autres, non ils ne prennent pas ma main. C'est moi qui attrape leurs mains, chacun ; comme j'ai la main dans leur main, ils sont obligés de la garder. Je ressens une énorme force, comme s'ils pouvaient soulever des montagnes, je sens dans leur poigne que leur force est comme décuplée, presque surnaturelle.

Ils me font descendre. Je suppose, comme un enfant qui, tenu par ses parents, s'amuse à sauter de trottoir en trottoir, au-dessus des flaques, et ses parents les aident. En fait, je suis comme suspendu à leurs mains. Du coup, c'est plus facile de descendre, je suis en confiance, je sers leurs mains tant que je peux, ils ne bronchent pas, et je descends tout doucement. Bizarrement, je n'ai plus peur, tout est sécurisé, j'ai confiance en eux, je ne suis pas tout seul. Je ne comprends toujours pas leur but, pourquoi ils montent et ils descendent, en même temps, pour eux, monter n'a pas l'air d'être une épreuve, descendre n'a pas l'air d'une épreuve. Comme si pour eux tout était plat. Sinon ils contourneraient du coup la pyramide.

J'arrive au sol, c'est du sable blanc fin, avec quelques petits cailloux, je lâche les mains, je m'arrête pour les remercier, mais ils continuent, ils ne s'arrêtent pas. Il y en a encore deux qui passent, puis deux autres, et d'autres, tous identiques.

Je me retourne, je regarde le sommet. Il doit être midi, le soleil tape très fort, le soleil est très fort, et tous ces hommes qui montent et descendent.

Finalement, cette pyramide est plus belle d'en bas, mais en bas, le champ de vision n'est pas dégagé, la forêt est tout autour, c'est un peu oppressant, alors qu'en haut on a une vue imprenable, une sensation de liberté, comme si tout nous appartenait, alors qu'on ne peut pas voler. En bas, c'est ce manque de vision lointaine, on ne peut pas se projeter après ça, on ne peut pas voir ce qui se passe.

Je suis le seul à être arrêté, alors que tout le monde continue à marcher, toujours en file indienne, toujours deux par deux. Un flot ininterrompu de personnes qui montent et descendent, imperturbables, ni heureux, ni malheureux, ils sont tous pareils, comme des moutons, ils sont capables de penser, je ne sais pas, peut-être ? Pas humains ?

Je ne peux pas comprendre comment ils préfèrent monter pour redescendre, plutôt que de rester sur une ligne horizontale, ce qui est moins contraignant pour le corps que de monter toutes ces marches et redescendre. Tout le monde passe, tout le monde avance et moi je suis planté là, je ne sais pas quoi faire, est-ce que je les suis ? Je n'ai pas vraiment envie. Je ne suis pas un suiveur, en même temps, si je ne suis pas, je suis toujours seul, mais ce n'est pas grave. Ils n'ont pas l'air d'être heureux, ça se voit sur leurs têtes, ils ne sourient pas, ils font triste mine, les yeux dans le vague, ils n'ont pas l'air d'être libres. Ce n'est pas ça la liberté.

Je me mets sur un côté de la pyramide, je ne contemple plus personne, il y a comme une petite ombre de la pyramide et du soleil, je m'assois dans le sable, adossé à la pyramide, je regarde la forêt et le sable. Je ne sais pas quoi faire. Si je reste au pied de cette pyramide, il ne va rien se passer. Je verrai toujours les petits Aztèques monter et descendre, monter et descendre, sans s'arrêter.

Il y a comme un grillage entre la clairière de sable et la forêt.

J'ai compris qu'ils vont à une cérémonie, en fait, passer sur cette pyramide est un rituel, quelque chose de religieux. Qui sont-ils ?

***Après ce rêve Antoine commente son état en mettant des mots sur ses vieux mécanismes d'adaptation, dont voici un extrait :***

« Je suis bien, c'est calme, il n'y a pas toute cette agitation, mais on s'ennuie, on apprécie le calme, mais quand c'est trop calme, on s'ennuie. C'est comme une sensation de non-accomplissement permanent, d'insatisfaction permanente, de ne pas s'autoriser à prendre le moment comme il est.

C'est bizarre, n'être jamais satisfait, et peu importe la situation. J'ai l'impression d'aimer le calme et le silence mais parfois, quand je me retrouve dans cette situation, ça m'opresse, j'ai l'esprit qui ne s'arrête jamais de penser.

Quand je suis dans un endroit, quand je suis en train de contempler ou de penser à quelque chose, je ne sais pas si je m'ennuie ou si je ne suis pas utile à quelque chose dans cet instant. Il y a aussi le fait de la peur de la solitude et la peur de ne pas être aimé. »

Il est évident qu'ici il verbalise le fondement de sa blessure narcissique, et avoue que se donner le temps de repos, de quiétude, l'angoisse et le fait de culpabiliser, car il est bridé par une croyance profonde que pour être aimé et soutenu, il faut se rendre utile à tout instant. C'est cet idéal viril de productivisme et d'activité permanente sur un niveau collectif qui crée en lui une véritable usure énergétique et la sécheresse émotionnelle, le privant ainsi des ressources vitales, que sans doute représente la forêt amazonienne derrière les grillages.

### *Rêve 11 - La tente de guérison*

Je suis au bord d'une plage, il fait grand soleil, la mer est très loin, la marée est basse. Je vois au loin des grands draps blancs, comme une grande tente avec les draps blancs qui volent au vent, j'essaye d'y aller. Plus je m'approche, plus j'entends le bruit du vent dans les draps blancs. Il les fait claquer. On sent le grand air marin, l'air iodé, on le respire bien.

Je rentre dans cette espèce de construction, comme une grande tente berbère avec les draps très blancs qui volent un peu au vent, l'air est frais à l'intérieur.

Il y a plusieurs pièces. Je rentre dans les pièces. Il y a quatre personnes qui sont assises en tailleur. Deux hommes et deux femmes. Ils méditent en rond. Toujours avec le bruit du tissu et du vent, cette fraîcheur. Ils sont tous habillés en blanc, en lin, l'air calme avec un petit sourire sur les lèvres.

Je ressens une énergie importante entre eux, presque palpable, ils ont l'air d'être en transe, dans une méditation profonde, ce cercle génère une énergie.

Doucement, j'avance. J'essaie de me positionner au milieu du cercle. Je peux ressentir toute leur énergie, quelque chose de chaud, comme un fluide invisible d'énergie qui va arriver de leurs mains, qui passe par le sol et rejoint le centre du cercle où je suis positionné.

Ils sont comme les quatre éléments. Chacun a quelque chose, une énergie différente. Je ferme les yeux, je me rends compte que je peux communiquer avec eux. Une communication des ressentis. Je les remercie d'être là et de m'apporter le fluide. Je ressens quelque chose de très bienveillant, comme s'ils sentaient que ma lumière n'était pas à un bon niveau, et qu'ils prenaient soin de la recharger. Tant de bienveillance, comme si ça leur faisait plaisir de pouvoir apporter ça à quelqu'un. Je me sens regonflé, toutes ces énergies puissantes, je passe derrière chacun d'entre eux, je pose la main sur l'épaule de chacun en guise de remerciement. Ils sont imperturbables, ils ont un petit sourire, un demi-sourire, ils continuent. Je sors de la pièce. Je pars dans les dédales des draps blancs, ça sent la lavande mélangée à l'eau de mer, c'est très agréable, c'est frais.

Il y a encore quelqu'un dans une pièce. Un jeune homme tout seul, allongé, lui aussi. Il est allongé sur le dos, il a un sourire, il ferme les yeux, il est assez beau. Je sens que quelque chose ne va pas chez lui. Une tristesse, une mélancolie. Je m'assois à côté de lui, puis je me rends compte qu'il n'a pas le même niveau d'énergie que celui que je viens d'avoir. Mais je ne peux pas lui envoyer l'énergie comme l'ont fait les vieilles personnes à côté.

Donc je pose ma main sur la sienne, c'est en touchant que j'arrive à lui passer l'énergie. C'est un partage important. On se transmet de l'énergie, on communique par la pensée, il est assez timide, et j'ai l'impression qu'il ne va pas bien, il a besoin de compagnie, la solitude lui pèse un peu. Pour le rassurer je lui dis que j'ai tout le temps, je passerai du temps avec lui. Il me remercie de l'aide que je lui apporte, et c'est tout naturel. Il a des longs cheveux châtain, une tête d'ange. Le niveau d'énergie est remonté, je peux le laisser tranquille. Je me relève en mettant mes doigts dans le sable, le sable fin, frais, très agréable.

Je sors de la pièce. Une autre pièce. C'est une pièce où il y a du linge bien plié, bien propre. Le linge de toutes les couleurs, coloré, noir et blanc, il s'agit d'habits que portent les personnes qui sont dans les tentes. Je décide de prendre un habit bleu-ciel, un bleu très clair, presque blanc, mais pas blanc, parce que blanc à l'air de signaler un... être particulier. Moi, je prends le bleu.

Le vent s'engouffre dans la tente, l'air fait chahuter tous les draps qui sont suspendus. La tente est un peu mouvante, il y a du mouvement, ça bouge avec le bruit du vent qui souffle. Et les embruns, l'ambiance très fraîche, très apaisante. Je prends la sortie de la tente, j'essaie d'aller dehors.

Il y a comme un homme en noir, assis, prostré, qui a l'air triste et qui pleure.

Immédiatement, je vais vers lui, je l'enlace, j'essaie de le réconforter. Je lui demande ce qui se passe. « Tu veux aller dans la tente ? » À lui aussi, ça lui fera sans doute du bien. Il me dit qu'il ne peut pas y aller, il n'est pas autorisé, car il n'est pas comme nous, il a fait plein de choses mal, et peut-être du mal aux gens. Comme je l'enlace, j'essaie de l'apaiser un peu, il semble être très triste, je n'aime pas voir les gens tristes, je passe ma main dans ses cheveux, le caresse amicalement pour essayer de le calmer en lui disant que tout va aller. Il se calme petit à petit, il y a moins de sanglots. Je lui prends la main et je l'invite à entrer avec moi dans la tente. Il fait tellement chaud à l'extérieur que c'est difficile de rester, son corps doit souffrir. Au départ, il n'ose pas. Mais je lui dis : « fais-moi confiance, tu y seras bien. Tu en as besoin ».

C'est la tente de la guérison. On entre dans la tente, dans la partie où on choisit des vêtements, étonnamment, il choisit un vêtement blanc, l'enfile, une sorte de tunique en blanc, une fois à l'intérieur, il se calme. Je l'emmène vers les trois personnes âgées, qui sont toujours en tailleur, deux femmes et ces deux hommes, je lui dis : « va te positionner au milieu, va avec les tiens, tu verras, ils te feront du bien ». Je l'amène au milieu et je m'en vais en reculant. Je ressors de la pièce et je retourne dans la pièce où le jeune homme était allongé. Il a l'air d'aller bien et de se reposer.

Alors, je peux sortir de la tente. D'un seul coup, je m'éloigne de la tente, en gardant un bout de drap dans la main. En un seul geste, en tirant le drap, la tente se rétrécit, et puis elle devient un foulard blanc que je peux mettre en boule et mettre dans la poche.

Je regarde le Soleil, je souris, la maison et les éléments sont avec moi, toujours et partout, je n'ai besoin de rien d'autre.

## *Rêve 12 - L'Idéal*

Je vois les fils à linge, avec le linge de couleur bleu-clair. Un grand drap qui s'agite au vent et qui ondule, un air marin, il y a une brise assez fraîche, une brise d'été. Il y a de la brume au petit matin. Une silhouette longue très élancée, un homme. Je vais le voir. Il est beau, les traits

très fins, il a de beaux yeux, il me regarde avec un air complice. On ne se parle pas, on se regarde. Nos yeux sont figés dans les yeux de l'autre.

Il n'y a pas de bruit, si ce n'est le bruit des oiseaux et des draps qui claquent au vent. On est chacun assis sur une petite pierre. C'est le physique que j'aimerais avoir.

Il y a comme une énergie qui à la fois nous attire et nous repousse, comme si on ne pouvait pas entrer en contact, comme une énergie magnétique, on la sent, mais cela ne nous dérange pas. Il y a comme un halo de brumes un peu illuminé autour de nous, comme si ce champ magnétique qui nous entourait était visible, on peut toucher les paumes contre nos paumes de mains devant nous, et de suite, c'est comme si nos deux mains se confondaient, comme si on était qu'un, mais...

Il me regarde toujours, avec un sourire l'air de dire : « Ne t'inquiète pas, je suis là, je sais ce que tu ressens, moi-aussi ! » J'ai très envie de le prendre dans mes bras, mais le champ magnétique nous en empêche, c'est comme si je regardais une statue dans un musée, un objet d'art qui me provoque beaucoup d'émotion, mais il est comme sous une vitrine.

Je recule mes mains, nos paumes se séparent. Il me suit du regard, toujours avec ce sourire qui est apaisant, mais... Je fais un pas en arrière. J'attends qu'il fasse un signe, mais il ne fait rien, il est comme figé, comme une statue de cire. Lui qui avait le regard si brillant, si étincelant, désormais il est une statue, comme s'il n'avait plus d'âme.

J'ai un frisson, et... je recule dessus. Je vais vers les draps. Je prends un drap et je me mets dessous, je m'enroule dedans, je m'agenouille, et je me cache... pour ne plus y penser et pour être caché et, à la fois, parce que c'est frais, c'est blanc. Pour ne plus voir. Pour être rien.

Je m'allonge, il y a toujours les draps sur moi, partout, je respire parfaitement, il y a une légère pente, je me mets rouler sur le côté, c'est drôle, ça me fait rire.

J'ai l'impression d'être un enfant. Je roule, je roule, je ris, tout seul, mais je ris. J'ai tellement roulé que je me suis emmêlé dans les draps, j'arrive en bas de la pente, tout en riant, et j'essaye d'enlever les draps qui se sont emmêlés dans mes jambes et dans mes bras.

Je reste allongé, il y a du Soleil, je suis dans l'herbe. C'est l'été. Je me sens bien. Je regarde le haut de la colline, il n'y a plus personne. Il a disparu.

Alors, je me lève, prends le drap en guise de cape, je me mets à courir dans le vent, pour faire gonfler le drap dans mon dos, puisque ça m'amuse. J'ai l'impression que je pourrai voler.

Ensuite, je prends le drap, je m'en fais comme une robe, je marche avec, en riant, je sautille, sensation de légèreté et d'insouciance. J'adore jouer !

## Bibliographie

### ***Le Rêve Éveillé Libre***

- Bouchet, Christian M. *Du rêve éveillé au rêve lucide*. Grenoble. Le Mercure Dauphinois, 2013.
- Romey, Georges. *Le dictionnaire de la symbolique des rêves*. Aubagne. Quintessence, 2005.
- Romey, Georges. *Encyclopédie de la symbolique des rêves*. Aubagne. Quintessence, 2005.
- Romey, Georges. *Les Pharaons survivent en nous*. Paris. Robert Laffont, 1986.
- Romey, Georges. *Le Rêve Éveillé Libre*. Paris. Dervy Poche, 2010.
- Romey, Georges. *Rêver pour renaitre*. Paris. Robert Laffont, 1982.
- Romey, Georges. *Un escalier vers le ciel*. Paris. Dervy, 2009.

### ***Psycho-analyse jungienne***

- Agnel, Aimé. *Le Moi, le Soi, les Rêves*. Paris. Le Martin-Pêcheur / Domaine Jungien, 2016.
- Bergh, Jean-Luc van den. *Le rêve chez C.G. Jung*. Thèse de doctorat en psychologie clinique, 2006.
- Bergh, Jean-Luc van den. *Les rêves et les visions de Carl Gustav Jung*. Paris. L'Harmattan, 2010.
- Franz, Marie-Louise von. *Alchimie & Imagination Active*. Paris. Éditions du Dauphin / Éditions Jacqueline Renard, 2018.
- Franz, Marie-Louise von. *C. G. Jung - son mythe en notre temps*. Genève. Éditions Georg, 2020.
- Franz, Marie-Louise von. *L'individuation dans les contes de fées*. Paris. La Fontaine de Pierre, 2016.
- Franz, Marie-Louise von. *Psychothérapie*. Paris. Dervy, 2014.
- Hannah, Barbara. *Rencontres avec l'âme, L'imagination active selon C. G. Jung*. Paris. Éditions du Dauphin / Éditions Jacqueline Renard, 1990.
- Jung, Carl Gustav. *Aïon*. Paris. Albin Michel, 1983.
- Jung, Carl Gustav. *L'Âme et la Vie*, Éd. Paris. Buchet-Chastel, 1963.
- Jung, Carl Gustav. *L'Âme et le Soi, Renaissance et individuation*. Paris. Albin Michel, 1990.
- Jung, Carl Gustav. *L'analyse des rêves, Tome 1*. Paris. Albin Michel, 2005.
- Jung, Carl Gustav. *L'analyse des rêves, Tome 2*. Paris. Albin Michel, 2006.
- Jung, Carl Gustav. *Commentaire sur le mystère de ma fleur d'or*. Paris. Albin Michel, 1994.
- Jung, Carl Gustav. *Dialectique du moi et de l'inconscient*. Paris. Gallimard, 2014.
- Jung, Carl Gustav. *L'énergétique psychique*. Paris. Éditions Georg, 2015.
- Jung, Carl Gustav. *Essai d'exploration de l'inconscient*. Paris. Denoël, 2015.

- Jung, Carl Gustav. *L'homme à la découverte de son âme*. Paris. Albin Michel, 1987.
- Jung, Carl Gustav. *Introduction à la psychologie jungienne*. Paris. Albin Michel, 2015.
- Jung, Carl Gustav et Kerényi, Charles. *Introduction à l'essence de la mythologie*. Paris. Payot & Rivages, 2001.
- Jung, Carl Gustav. *Le Livre Rouge*. Paris. Éditions de l'Iconoclaste / La compagnie du livre rouge, 2012.
- Jung, Carl Gustav. *Ma vie. Souvenirs, rêves et pensées, recueillis et publiés par A. Jaffé*. Paris. Gallimard, Folio, 1991.
- Jung, Carl Gustav. *Métamorphoses de l'âme et ses symboles*. Paris. Éditions Georg, 2014.
- Jung, Carl Gustav. *Présent et avenir*. Paris. Buchet-Chastel, 2015.
- Jung, Carl Gustav. *Psychologie de l'Inconscient*. Paris. Éditions Georg, 1993.
- Jung, Carl Gustav. *Psychologie du transfert*. Paris. Albin Michel, 1980.
- Jung, Carl Gustav. *Psychologie du yoga de la Kundalini*. Paris. Albin Michel, 2005.
- Jung, Carl Gustav. *Psychologie et Alchimie*. Paris. Buchet-Chastel / Libella, 2014.
- Jung, Carl Gustav. *Psychologie et Religion*. Paris. La Fontaine de Pierre, 2019.
- Jung, Carl Gustav. *Les racines de la conscience*. Paris. Buchet-Chastel, 1971.
- Jung, Carl Gustav. *Les sept sermons aux morts*. Paris. L'Herne, 2014.
- Jung, Carl Gustav. *La structure de l'âme*. Bègles. L'esprit du temps, 2019.
- Jung, Carl Gustav. *Sur les fondements de la psychologie analytique*. Les conférences Tavistock. Paris. Albin Michel, 2011.
- Jung, Carl Gustav. *Symboles oniriques du processus d'individuation, Les séminaire de Bailey Island et de New York*. Paris. La Fontaine de Pierre, 2021.
- Jung, Carl Gustav. *Synchronicité et Paracelsica*. Paris. Albin Michel, 1988.
- Jung, Emma. *Animus et Anima*. Paris. La Fontaine de Pierre, 2017.
- Jung, Emma et Franz, Marie-Louise von. *La légende du Graal, science et symboles*. Paris. Albin Michel, 1988.
- Perrot, Étienne. *Quand le rêve dessine un chemin*. Paris. La Fontaine de Pierre, 2011.

### ***Psychanalyse***

- Anzieu, Didier. *Le Moi-peau*. Paris. Dunod, Psychismes, 2001.
- Freud, Sigmund. *Le Moi et le Ça*. Paris. Points, 2015.
- Freud, Sigmund. *Sur le rêve*. Paris. Gallimard, 1990.

- Freud, Sigmund. *Totem et Tabou*. Paris. Points, 2010.
- Lacan, Jacques. *Des-Noms-Du-Père*. Paris. Édition du Seuil, 2005.
- Laplanche, Jean et Pontalis, Jean-Bertrand. *Vocabulaire de la psychanalyse*, Paris. Presses Universitaires de France, collection Quadrige, 2007.
- Moir, Tristan-Frédéric. *Images et symboles du rêve*. Paris. Éditions Fernand Lanore, 2008.
- Moir, Tristan-Frédéric. *L'interprétation psychanalytique des rêves*. Paris. L'Archipel, 2014.

### ***Psychologie***

- Bourgeois (Pr), Marc-Louis. *Vivre et faire son deuil*. Paris. Éditions Vigot, collection Solutions, 2016.
- Cyrulnik, Boris. *De chair et d'âme*. Paris. Odile Jacob, 2006.
- Klein, Mélanie. *Le complexe d'Œdipe*. Paris. Payot & Rivage, 2006.
- Kristeva, Julia. *Soleil noir, Dépression et mélancolie*. Paris. Gallimard, 1987.
- Martel, Jacques. *Le grand dictionnaire des malaises et des maladies*. Aubagne. Quintessence, 2007.
- Schützenberger Ancelin, Anne et Bissone Jeufroy, Évelyne. *Sortir du deuil, Surmonter le chagrin et réapprendre à vivre*. Paris. Payot & Rivages, 2008.

### ***Symbolisme, Mythologie, Alchimie, Philosophie***

- Apulée. *L'âne d'or ou Les Métamorphoses*. Paris. Gallimard, 2015.
- Aristote. *Poétique*. Paris. Mille et une Nuits, 2006.
- Azrié, Abed. *L'épopée de Gilgamesh*. Paris. Albin Michel, 2015.
- Berteaux, Raoul. *La Symbolique des nombres*. Paris. Edimaf, 1984.
- Campbell, Joseph. *Le héros aux mille et un visages*. Paris. OXUS, 2010.
- Chevalier, Jean et Gheerbrant, Alain. *Dictionnaire des symboles, Mythes, rêves, coutumes, gestes, formes, figures, couleurs, nombres*. Paris. Robert Laffont et Éditions Jupiter, 1982.
- Daco, Pierre. *L'interprétation des rêves, Symbolisme et signification profonde*. Paris. Marabout, 2007.
- Delaage, Guillaume. *Thot-Hermès, Les origines secrets de l'Humanité*. Paris. Alexandre Moryason Éditeur, 2007.
- Droz, Geneviève. *Les mythes platoniciens*. Paris. Éditions du Seuil, 1992.
- Heller, Eva. *Psychologie de la couleur, Effets et symboliques*. München. Pyramyd, 2009.

- Hemenway, Priya. *Le code secret, La formule mystérieuse qui régit les arts, la nature et les sciences*. Köln. Evergreen, 2008.
- Kelen, Jacqueline. *Divine Blessure, Faut-il guérir de tout ?* Paris. Albin Michel, 2005.
- Krisnamurti, Jiddu. *Tel que vous êtes, Libérer l'esprit de tout conditionnement*. Paris. Éditions Synchroniques, 2018.
- La Rocheterie, Jacques de. *La symbologie des rêves, La nature*. Paris. Imago, 2018.
- La Rocheterie, Jacques de. *La symbologie des rêves, Le corps humain*. Paris. Imago, 2018.
- Pinkola Estés, Clarissa. *Femmes qui courent avec les loups*. Paris. Grasset & Fasquelle, 1995.
- Rob, Alexandre. *Alchimie & Mystique*. Paris. Taschen, 2014.
- Souzenelle, Annick de. *Le Symbolisme du corps humain*. Paris. Albin Michel, 2016.
- Trois initiés. *Le Kybalion, Étude sur la philosophie hermétique de l'ancienne Égypte et de l'ancienne Grèce par Trois Initiés*. Paris. Éditions Henri Durville, 1917.
- Trungpa, Chögyam. *Le mythe de la liberté et la voie de la méditation*. Paris. Seuil, collection Points Sagesses, 1979.
- Wilhelm, Richard. *Yi King, Le livre des transformations*. Paris. Médicis, 1990.
- Willis, Roy (sous la direction de). *Mythologies du Monde Entier*. Paris. France Loisirs, 1995.

### ***Les chamanismes***

- Castaneda, Carlos. *L'Art de Rêver*. Paris. Éditions du Rocher 1994.
- Chambon (Dr), Olivier. *Psychothérapie et chamanisme, Thérapie de l'âme, voyage dans le monde du rêve*. Paris. Vega, 2007.
- Donner-Grau, Florinda. *Les portes du rêve*. Paris. Alphée, 2006.
- Dubouchet, Denis. *États de conscience élargie, psychothérapie et chamanisme*. Paris. Dervy, 2007.
- Moss, Robert. *Les Iroquois et le rêve chamanique*. Paris. Vega, 2007.
- Moss, Robert. *Le Rêve Actif, Voyage au-delà des pensées limitantes vers la liberté*. Paris. Vega, 2013.
- Stépanoff, Charles. *Voyager dans l'invisible, Techniques chamaniques de l'imagination*. Paris. Les empêcheurs de penser en rond / La Découverte, 2019.
- Wangyal, Tenzin Rinpoche. *Le Yoga Tibétain du rêve et du sommeil*. Saint-Cannat. Claire Lumière, 1997.

### ***Synchronicité, temps rétroactif et champ quantique***

- Braden, Gregg. *Le temps fractal*. Outremont. Ariane Éditions, 2010.
- Chopra, Deepak. *Le livre des coïncidences*. Paris. Dunod, 2004.
- Chopra, Deepak. *Le livre des secrets, découvrez l'infinie capacité de votre corps et de votre âme à se régénérer*. Paris. Guy Trédaniel Éditeur, 2011.
- Clegg, Brian. *3 minutes pour comprendre les 50 plus grandes théories de la physique quantique*. Paris. Le Courrier du Livre, 2016.
- Dalai-Lama. *Tout L'univers dans un atome*. Paris. Robert Laffont, 2006.
- Dizpenza (Dr), Joe. *Devenir Super-Conscient, transformer sa vie et accéder à l'extra-ordinaire*. Paris. Guy Trédaniel Éditeur, 2017.
- Franz, Marie-Louise von - Solié, Pierre - Humbert, Elie G. - Hillman, James. *Le Temps*. Paris. Cahiers de psychologie Jungienne n°18, 1978.
- Guillemant, Philippe. *La Route du temps*. Asnières. Le temps présent, 2014.
- Letterier, Romuald et Morisson, Jocelin. *Se souvenir du Futur*. Paris. Guy Trédaniel Éditeur, 2019.
- Nottale, Laurent. *Physique et Philosophie Bouddhiste, Relativité et Vacuité*. Paris. non édité, 2012.
- Reeves, Hubert. - Cazenave, Michel - Kugler, Paul. *Synchronicité, un ordre acausal*. Paris. Cahiers de psychologie Jungienne n°29, 1981.

### ***Scénario***

- Truby, John. *L'anatomie du scénario*. Neuilly-Sur-Seine. Michel Lafond, 2016.

### ***Roman***

- Saint-Exupéry, Antoine de. *Œuvres, Terre des hommes*. Paris. Gallimard, Bibliothèque de la Pléiade, 1959.

## Filmographie

- Abrams, Jeffrey Jacob. *Star Wars, épisode VII : Le Réveil de la Force*. 2015.
- Abrams, Jeffrey Jacob. *Star Wars, épisode IX : L'Ascension de Skywalker*. 2019.
- Anderson, Paul Thomas. *Phantom Thread*. 2017.
- Besson, Luc. *Le cinquième élément*. 1997.
- Cameron, James. *Avatar*. 2009.
- Campion, Jane. *La leçon de piano*. 1993.
- Johnson, Rian. *Star Wars, épisode VIII : Les Derniers Jedi*. 2017.
- Mazin, Craig. *Tchernobyl* (série). 2019.
- Newell, Mike. *Harry Potter et la Coupe de feu*. 2005.
- Sanders, Rupert. *Blanche-Neige et le Chasseur*. 2012.
- Scorsese, Martin. *Silence*. 2016.
- Villeneuve, Denis. *Premier contact*. 2016.
- Villeneuve, Denis. *Blade Runner 2049*. 2017.