

Le rêve éveillé libre : réponse à l'hypersensibilité

Extrait d'un article de Georges Romey - paru dans *Spasmagazine*

La personne hypersensible réagit vraisemblablement de la même façon que l'individu ordinaire à toute la gamme des affects, des complexes, des traumatismes, sans qu'on puisse identifier un cheminement particulier dans le jeu des causes et des effets. Par contre, l'hypersensible présente un terrain spécifique, une réactivité physiologique d'un niveau plus élevé que celui de la moyenne des individus. C'est cette hyper-excitabilité qui provoque un effet d'amplification des ressentis, des émotions et porte ceux-là jusqu'au point d'intensité où ils s'avèrent difficilement supportables.

Le malaise psychologique, quelle qu'en soit la nature, résulte presque toujours des mêmes données : des inhibitions, qui se sont inscrites dans le dispositif neuronal au fil des expériences traumatisantes de l'enfance ont favorisé l'élaboration du système de défense du mental. Celui-là, expert en argumentation intellectuelle, s'épanouit en réseaux toujours plus complexes de justifications dont le rôle est d'interdire aux sentiments réels, aux pulsions naturelles, de s'exprimer. Les tensions occasionnées par la confrontation entre les sentiments opprimés, qui font constamment pression pour se faire reconnaître et les résistances du mental, engendrent une souffrance dont l'origine échappe à la personne qui la subit. Cette souffrance se traduit habituellement par un inconfort psychologique d'une intensité plus ou moins tolérable mais, chez l'hypersensible, elle se transforme en angoisse si aiguë parfois que les crises émotionnelles les plus spectaculaires ne suffisent pas à la dissiper.

Le praticien du rêve éveillé libre a presque chaque jour l'occasion de constater un même phénomène : une personne arrive, manifestant un état de surexcitation intense, qu'elle justifie, pendant la phase d'accueil, par l'exposé d'une préoccupation consciente. Le thérapeute est enclin à se laisser entraîner par les arguments qui lui sont présentés, bien ancrés dans une logique qui paraît sans appel. Pourtant, au terme de cet entretien d'accueil, qui devrait avoir une action cathartique, apaisante sinon résolutoire, la tension qui animait son interlocuteur n'a pas diminué. Souvent même, au contraire, l'expression véhémement de ce qu'il estime être la cause de son inconfort alimente la surexcitation. Alors, le patient s'allonge, entre dans la phase de « rêve », exprime, trente à quarante minutes durant, les images qu'il se donne à voir et les émotions qu'elles induisent. Lorsqu'il ouvre les yeux et se prête au dialogue d'interprétation, la tension qui le hantait s'est évaporée ! Quelques instants plus tard, il prend congé sur des paroles de reconnaissance, heureux de s'être libéré du poids qu'il portait sur l'âme en arrivant ! A quoi tient ce « miracle » ? S'agit-il d'un effet ponctuel ou d'une amélioration durable ?

Essayons de répondre à la première question. Que peut faire la personne, hypersensible ou non, lorsqu'elle est atteinte par un malaise psychologique plus ou moins constant, qui lui gâche le plaisir de vivre ? Réfléchir, bien sûr ! Chercher à « comprendre » l'origine de son inconfort ! Sans savoir que plus elle fait appel à l'intelligence mentale, à la logique intellectuelle, plus elle s'écarte du chemin qui la conduirait au soulagement ! Aux effets douloureux qu'elle ressent, la loi de causalité l'invite à trouver une « raison » logique ! Alors elle cherche, se réjouit d'avoir identifié une cause plausible et doit bientôt constater que le malaise demeure. Que faire sinon chercher une autre cause, qui s'avèrera très vite illusoire ? Cent fois, mille fois, la personne a « réfléchi » aux racines possibles de la souffrance, renforçant à chaque fois le sentiment d'être enfermée dans une ronde infernale de pensées inopérantes. Le labyrinthe des pensées enchevêtrées sera d'ailleurs d'autant plus redoutable que la capacité intellectuelle sera plus développée !

« La névrose, dit A. Janov, n'est pas une maladie du comprendre mais une maladie du sentir ! » - Et si, pour sortir du piège dénoncé plus haut, il suffisait d'admettre cette vérité ? Comme elle apparaît simple alors la clé qui ouvre la voie du bien-être ! Comme elle est aisée à saisir pour qui accepte de ne plus la chercher avec les yeux du mental ! Que se passe-t-il donc lors de ce « rêve » qui paraît doté de pouvoirs quasi magiques ?

Dans toutes les techniques de relaxation faisant appel à la position allongée, une modification importante du métabolisme intervient. Le rythme de circulation sanguine se ralentit, l'irrigation du cerveau en oxygène diminue et, de ce fait, l'emprise du contrôle mental s'affaiblit naturellement. La conscience latente est toujours présente mais n'exerce plus la vigilance qui, en état de veille active, lui permet de refouler les sentiments réels. Dans cette situation, l'influx nerveux, libéré des contraintes que lui imposait le service de la raison, exerce son action sur des zones habituellement inaccessibles du dispositif neuronal. Ce faisant, il rencontre des positions neuronales inhibitrices qui se sont formées en réponse à des menaces ressenties par l'organisme à des stades très précoces du développement : au cours de l'enfance, de la toute première enfance, de la naissance et même de la période de gestation. Les engrammes qui se sont fixés au cours de ces temps où le dispositif intellectuel n'était pas encore présent, sont, par ce fait même, inaccessibles à la réflexion consciente ! Le mental ne peut retrouver dans la mémoire que ce qui est passé par lui. L'influx nerveux, lui, atteint sans difficulté, dans l'état de relaxation, ces enregistrements très anciens, érigés en réponse à quelque danger aujourd'hui disparu et donc inutiles, voire nocifs pour le fonctionnement de l'organisme. Il accomplit alors un travail de rétablissement de l'état initial de la zone neuronale concernée. Cette action réalisée, rien ne pourrait la remettre en cause puisque l'inhibition supprimée répondait à un

besoin de défense de l'organisme, aujourd'hui disparu. Ce qui est acquis au cours de chaque séance de rêve éveillé libre est de ce fait *irréversible*. Ceci constitue la réponse à la deuxième question posée : oui, le soulagement constaté après la séance n'est pas une simple amélioration ponctuelle mais bien un résultat dont la pérennité est démontrée par l'expérience.

La petite fille qui ne souriait plus...

Extrait d'un article de Georges Romey - paru dans *Spasmagazine* sous le titre *Hanna, la petite fille qui ne souriait plus...*

Ce qui nous trouble, face à l'enfant, c'est qu'il ne sait pas qu'il sait déjà tout !

Le mois de juin s'achevait. Avec l'été, allait s'ouvrir le temps des vacances. Les fleurs s'épanouissaient sous les soleils quotidiens et les cris des enfants joyeux emplissaient l'air... Hanna, depuis plusieurs semaines, restait à l'écart des jeux. Le visage de la petite fille trahissait une tristesse qui ne lui était pas habituelle et dont son professeur tenta de comprendre la nature. Les interrogations prudentes de l'enseignante lui permirent seulement de déceler la profondeur et l'intensité de ce qui lui apparut comme des « idées noires ». En fait, de lourdes angoisses pesaient sur l'âme de cette enfant de neuf ans, sans qu'aucun indice ne permît d'en identifier la cause. Alarmée, la jeune femme estima devoir informer la maman d'Hanna de ses observations

Un an plus tôt, le père de la petite fille, dirigeant d'une entreprise plutôt prospère, avait connu les souffrances d'un sérieux épisode dépressif. Au fil d'une cure de « Rêve éveillé libre » que j'eus l'avantage d'accompagner, cet homme de trente huit ans avait non seulement élucidé rapidement les origines de son malaise mais aussi, comme il est fréquent, découvert la richesse des potentialités dont il était porteur. Devant le succès de cette démarche thérapeutique, la maman d'Hanna avait choisi d'entreprendre à son tour une cure de rêve. Les alertes de l'enseignante concernant l'état psychologique d'Hanna intervinrent dans un moment où le couple, animé d'élan nouveaux, mettait en œuvre d'importants projets et se préparait à l'accueil d'un troisième enfant.

Vivement préoccupés par l'état psychologique de leur fille, enthousiasmés aussi par les résultats de leur propre démarche thérapeutique, les parents me demandèrent si la même méthode conviendrait à leur enfant. Hanna avait laissé deviner qu'elle était depuis peu hantée par la crainte de la mort, cette crainte étant surtout projetée sur les membres de sa famille. Je dois à la vérité d'avouer que je suis moins à l'aise dans le dialogue avec les enfants que dans mes rapports avec des adolescents ou des adultes. Cependant, la sympathie que j'éprouvais pour le couple me commanda d'accepter. C'est ce que je fis en exprimant des réserves relatives à la faiblesse de mon expérience concernant les jeunes enfants. Le groupe de ceux que j'avais eu l'opportunité d'accompagner ne dépassait pas la dizaine. En dépit du fait que chacune de ces démarches avaient apporté des résultats rapides et positifs, je n'étais pas encore certain que la méthode du Rêve éveillé libre pouvait convenir dans le cas d'aussi jeunes patients. J'avais tort ! l'étude approfondie d'un nombre significatif de cures m'a depuis convaincu que l'imaginaire de l'enfant fonctionne exactement comme celui des adultes placés dans la situation du rêve éveillé ! Le premier scénario produit par Hanna est l'un de ceux qui permettent d'étayer cette affirmation. Je présente le rêve dans son intégralité, en respectant les changements de temps tels qu'ils furent exprimés par la petite fille :

10h44 - « Je vois une fenêtre... elle est ouverte et je suis juste à coté... j'ai envie de sauter... je saute, j'arrive sur une route... je traverse la route... de l'autre coté il y a plein d'animaux, plein d'arbres... c'est une grande forêt avec plein d'animaux : des girafes, des lions, des centaures, des dinosaures, une licorne aussi... je vois un cheval ailé, je monte dessus, il m'amène très haut dans le ciel et, après, il me laisse tomber... je tombe sur la route et je reviens chez moi...

La maison n'était plus blanche, elle était bleue... je grimpai sur les murs pour arriver à la fenêtre d'où j'ai sauté... ma mère n'était plus comme avant ! Elle était devenue un serpent et mon père un lion... mais ils me parlaient humain... ma mère me disait des choses dangereuses : « fais attention aux hommes » et mon père était rassurant : « les hommes sont loin d'ici »... ils me voyaient comme un animal...

Je descendais un escalier qui ne finissait jamais ! Il allait jusqu'à l'infini... et je vois une porte, je l'ouvre et je vois des bêtes bizarres... je fermis cette porte, je remonte les escaliers... j'ouvre une autre porte vers ma maison, j'ai couru vers la maison... la maison était devenue gigantesque et moi minuscule... et je passai sous la porte... je grimpais les escaliers... les escaliers s'arrêtaient, je regardais en bas... toutes les voitures étaient minuscules tellement la maison était haute et j'avais peur ! J'avais le vertige et je tombai mais je n'ai pas eu mal...

Tout à coup, tout tournait dans mon cerveau et je revis ma vraie maison, je revis ma vraie mère, mon vrai père et j'arrivai à la fenêtre d'où j'avais sauté ! » 10h53 -

En ouvrant les yeux, Hanna dit spontanément : « oh ! Je suis soulagée ! » L'enfant rayonnait d'un sourire que je qualifierai de « profond »... Nous fîmes une seconde séance la semaine suivante et nous décidâmes, d'un commun accord, qu'il n'était pas utile de poursuivre la démarche, Hanna ayant retrouvé sérénité et joie de

vivre ! Plus l'enfant est jeune, en fait, et plus les effets de la cure sont rapides, la psychologie n'étant pas encore encombrée par les réseaux de fausses justifications du mental.

La séquence dans laquelle la petite fille entend sa mère lui dire, sous la forme d'un serpent, « des choses dangereuses », exprime les conséquences d'un incident récent. Quelques semaines plutôt, un exhibitionniste avait été arrêté en flagrant délit, à quelques centaines de mètres du domicile de la famille. L'événement avait suscité un émoi d'autant plus grand que la cible du pervers était l'amie d'Hanna. La maman de la petite fille agressée, choquée, avait fait part de son émotion à la mère d'Hanna, en présence de celle-ci. D'où des mises en garde amplifiées concernant la prudence à observer vis à vis des hommes. Ces mises en garde relatives aux « choses dangereuses » avaient amorcée une fantasmagorie qui n'aurait pas manqué de laisser des traces dans le dispositif neuronal d'Hanna. Son père, devant le désarroi d'Hanna, avait exprimé des « choses rassurantes » - On sait, depuis Freud, que ces inscriptions fantasmagoriques ont le même impact que des faits réels dans la psyché où elles s'installent. Dans le cas présent, la dynamique de l'imaginaire a permis l'évacuation de ces traces avant qu'elles ne deviennent définitives.

En fait, l'angoisse que beaucoup de personnes ressentent s'alimente le plus souvent à la même source. Nul n'a reçu de réponse satisfaisante aux questions que tout enfant se pose concernant l'origine et le sens de la vie, le devenir post-mortem et le caractère imprévisible du destin. Refoulées, ces interrogations engendrent l'angoisse existentielle, poison permanent duquel le mental s'efforce vainement d'élucider la cause. Cette angoisse métaphysique est réactivée chaque fois que la personne se trouve brutalement confrontée aux arrêts du destin, comme le décès d'un proche ou un accident grave. C'est ce qui s'était passé pour Hanna dont le frère avait dû subir, quelque mois plus tôt, une opération chirurgicale lourde. Et c'est ici qu'apparaît, dans toute son évidence, la connaissance innée ou tout au moins précoce concernant les valeurs symboliques ! Hanna exprime spontanément son angoisse existentielle par la même image, très spécifique, que la dynamique de l'imaginaire inspire aux adultes : l'escalier sans fin, dressé dans le ciel ou descendant « jusqu'à l'infini » ! Dans le cas d'Hanna, le seul fait d'exprimer cette image eu un effet résolutoire immédiat.

Un autre fait vient démontrer l'identité de fonctionnement entre l'imaginaire de l'adulte et celui de l'enfant : dans huit scénarios de rêve éveillé sur dix, on observe une correspondance entre la première image du rêve et celle qui le termine. Ce que j'ai appelé les « scénarios en boucle » témoigne en fait d'un cheminement particulier de l'influx nerveux dans le dispositif neuronal. Hanna commence son rêve par les mots : « je vois une fenêtre » et le termine par la phrase : « j'arrive à la fenêtre d'où j'avais sauté ! »

Oui, l'enfant porte en lui, à son insu, l'immense champ des connaissances symboliques inconscientes que découvre l'adulte étonné dans la situation du rêve éveillé ! Cela fournit une réponse positive et rassurante à l'interrogation : « peut-on proposer cette méthode aux enfants ? » Cela justifie aussi mon affirmation initiale : « ce qui nous trouble, face à l'enfant, c'est qu'il ne sait pas qu'il sait déjà tout ! »

Les rêves et leurs fonctions

Extrait d'un article de Georges Romey - paru dans *Spasmagazine* sous le titre *Les rêves et leurs fonctions*.

Devant chaque symbole, la question naturelle est : « qu'est-ce que ça veut dire ? » Question pertinente, mais qui masque l'autre question : « qu'est-ce que cela fait ? »

Quand les Editions du Chêne m'ont demandé d'écrire un livre sur les rêves, il s'agissait, lors de notre premier contact, essentiellement des rêves nocturnes ! Cette demande avait été inspirée par les ouvrages que j'ai publiés depuis vingt ans sur le symbolisme. C'était oublier que ceux-là reposent sur une expérience exceptionnelle de praticien du rêve éveillé libre. Nous convînmes rapidement que l'ouvrage commandé devrait couvrir les deux champs d'observation. J'ai donc choisi de développer particulièrement les différentes fonctions du rêve nocturne et d'apporter une information aussi claire que possible sur l'action réalisée par ce que j'appelle la « dynamique de l'imaginaire » dans la séance de rêve éveillé libre. Avant même d'exposer ce qu'est la technique du REL, il convient de préciser que tout symbole, qu'il apparaisse dans un rêve nocturne ou dans un rêve éveillé conserve le même potentiel de représentation. Dans « les rêves et leurs symboles » j'insiste sur le fait que le sens symbolique se construit universellement en priorité sur la forme de l'image. Ainsi la girafe, avec son long cou, inspirera l'idée de velléité, quand le taureau, dont la tête fait corps avec les épaules, active l'idée du fonceur ! Ce qui distingue les deux champs oniriques c'est la structure des scénarios produits et les fonctions remplies par l'influx nerveux dans chacun d'eux. Certaines de ces fonctions sont identiques, d'autres très différentes.

L'une des différences, fondamentale, c'est que pendant le rêve nocturne l'action se porte, pour environ 85%, sur la dissolution d'engrammes très récents et que cette proportion est exactement inverse dans la séance de REL. Celui-ci prenant pour cible des engrammes datant de la petite enfance voire de la naissance ou de la gestation. C'est d'ailleurs sur ce plan que le REL se révèle comme une méthode très efficace pour réduire les états d'hypersensibilité puisqu'il agit directement sur des zones de mémoire physiologique qu'il ne peut être question d'atteindre par le raisonnement. Comment cela serait-il possible puisque celui-ci n'était pas encore

présent lorsque ces engrammes se sont encodés dans les neurones ? J'espère avoir l'opportunité de revenir sur ce point dans les colonnes de Spasmagazine..

Dans « les rêves et leurs symboles » je développe huit des fonctions du rêve nocturne, dans l'ordre : *compensation ; défense ; réorientation ; anticipation ; prémonition ; illumination ; guérison ; intégration.*

Au cours de la séance de REL, le patient est allongé, les yeux fermés, invité à se détendre et à exprimer verbalement les images qui s'enchaînent dans un scénario qui dure entre 20 et 50 minutes. La structure du rêve et les symboles qui sont soumis à l'interprétation sont le produit d'une action sélective de l'influx nerveux sur les connexions neuronales. Elle sont les témoins, très réducteurs, d'un énorme travail qui s'opère à ce niveau. L'une des vertus de la méthode est que les résultats obtenus à chaque séance sont irréversibles du fait de la dissolution des engrammes responsables des tensions psychologiques et donc, souvent, de l'hypersensibilité.

Engramme : « trace organique hypothétique qui constituerait le support de la mémoire »

REL : Rêve éveillé libre

De l'Œdipe à l'IVG

Extrait d'un article de Georges Romey

De l'Œdipe à l'IVG, Quel thérapeute pour quelle problématique ?

Posée de cette façon, la question surprendra. Il me faut donc la reposer en termes clairs. Il est admis, depuis longtemps, que le psychanalyste ou le psychothérapeute ne recevra, de la part de son patient, que ce qu'il est en mesure d'entendre. Ce qui supposerait que toute personne qui se propose à la relation d'aide devrait, pour prétendre exercer sa fonction, disposer d'une connaissance universelle de tout ce qui touche à l'humain. Certes, c'est bien dans cette intention que la plupart des instituts de formation exigent de leurs élèves un nombre impressionnant d'heures de « travail sur soi » - Il n'est pas certain pourtant que des milliers d'heures d'exploration de son propre psychisme assurent au praticien la capacité de répondre à tous les aspects des nombreuses configurations psychologiques auxquelles le confrontent ses patients.

Mon expérience de thérapeute me permet de développer un exemple qui démontre que, quelle que soit l'étendue des connaissances d'un praticien dans un domaine donné, un aspect ultra-sensible de ce domaine peut totalement lui échapper. Cela parce que l'inconscient de ses patients « sait » qu'il est inutile de lui adresser des *signes* dont le *sens* ne sera pas perçu !

Pourquoi ce titre : « De l'Œdipe à l'IVG » ? Œdipe n'est pas seulement roi dans la mythologie. Chacun sait, depuis Freud, qu'il trône au centre de la psyché. Il n'est pas un psychanalyste, pas un psychothérapeute qui ne sache interpréter le moindre symbole exprimant ce complexe. Il n'est probablement pas non plus un seul patient qui puisse douter que les signaux oedipiens qu'il émet : soleil, lune, lion, biche etc.. seront compris par le thérapeute. De ce fait, il n'est pas une psychanalyse, pas une démarche de psychothérapie d'où les manifestations de l'Œdipe sont absentes. Si l'on se réfère à la proposition qui veut que le thérapeute ne reçoive que ce qu'il est en mesure d'interpréter, il n'y a aucun risque que l'inconscient d'un patient fasse de la rétention concernant les images révélatrices de l'Œdipe !

Il en va tout autrement, par exemple, des images susceptibles de manifester les séquelles laissées par une interruption volontaire de grossesse. Dans mon dernier livre « L'IVG à cœurs ouverts » je dévoile une série de mots et d'images dont j'ai pu constater qu'ils sont en rapport direct avec la blessure intime dont souffre immanquablement toute femme ayant été contrainte de recourir à un acte de cette nature. Peu importe les raisons qui ont entraîné une telle décision, sur laquelle personne d'autre que la mère n'a le droit de porter un jugement. Il reste que, dans tous les cas, l'acte engendre de multiples facettes du malaise psychologique ou psychosomatique : angoisses récurrentes, difficultés relationnelles, surcharge pondérale, douleurs vaginales etc.. Le *syndrome post-abortif* rassemble un nombre important de symptômes semblables à ceux que l'on observe dans l'état dépressif. Hormis le désir de promouvoir un livre qui peut aider des dizaines de milliers de femmes à se libérer de leur souffrance, pourquoi porter ici l'attention sur ce sujet controversé ? Parce qu'il répond d'une façon exceptionnellement démonstrative à l'interrogation posée : le savoir, le vécu, la personnalité du thérapeute sont-ils de nature à favoriser ou à bloquer les confidences du patient ?

La méthode du *rêve éveillé libre*, que j'ai initiée et que je pratique depuis trente ans m'a permis de constituer une immense base de données concernant les productions de l'imaginaire. L' « *Encyclopédie de la symbolique des rêves* » expose, en mille cinq cent pages, une part des résultats de mes recherches. Je me sentais alors autorisé à penser que ma connaissance du sens des images était aussi complète que possible ! Ce qui va suivre infirme cette prétention.

Mon intérêt concernant les séquelles psychologiques manifestées par les femmes ayant connu la douloureuse expérience de l'IVG remonte à quatre années seulement. Exactement au 10 Octobre 2002. Ce jour-là Denise, une femme de soixante ans me confia, dans une impressionnante crise de sanglots, la souffrance qui la rongait depuis quarante ans et dont elle n'avait jamais fait part à personne. Il s'agissait d'un avortement

bricolé selon les recettes de l'époque, d'une hospitalisation rendue inévitable par une grave hémorragie et de l'opprobre familial et social qu'entraînait alors ce type d'événement. Dans « *l'IVG à cœurs ouverts* » je m'étonne du fait que, depuis cette date, j'ai décelé les traces laissées par l'IVG dans la cure de dizaines de patientes alors que, pendant plus de vingt ans, je ne les avais pas vues à travers environ six cent cures ! Dans le livre, je formule assez candidement l'hypothèse que « peut-être, si je n'avais rien vu, c'est aussi parce que ces patientes ne m'avaient rien donné à voir » ! Le cas de Jocelyne corrobore cette supposition.

Jocelyne, vingt-six ans, se présenta à la consultation après le décès de son père, survenu quelques mois auparavant. La jeune femme, célibataire, avait cru devoir faire appel à l'avortement au cours d'un séjour d'un an dans un territoire d'outre-mer. Elle était revenue en Bretagne pour assister son père en ses dernières semaines de vie. Et c'est ici que les faits nous permettent une étonnante observation. Jocelyne fit, entre la fin de l'année 2000 et le mois de juin 2001, huit séances de rêves. La cure se déroula de façon satisfaisante, à travers des scénarios d'un bonne richesse symbolique mais sans aucun des mots, des signes qui me permettent aujourd'hui d'identifier les traces d'une IVG. Jocelyne décida de faire une pause dans la cure, sans que nous ayons défini un calendrier pour une reprise éventuelle. Cette reprise eut lieu, à sa demande, à la mi-septembre 2002. Deux séances eurent lieu sans qu'apparaissent les images ou symboles qui dénoncent les séquelles de l'IVG. Pour la troisième séance, nous étions convenus de la date du 13 Octobre, soit exactement le lendemain du jour où la douleur de Denise exprimant ses sensations post-abortives m'avait bouleversé ! Bouleversé à un point tel que j'allais entreprendre une recherche approfondie sur les signes qui dirigent l'attention sur cette blessure de l'âme. Ce jour-là, alors que je n'avais évidemment pas encore entrepris la recherche, Jocelyne m'offrit dans son rêve un florilège d'images, de mots, de situations dont je sais aujourd'hui qu'ils expriment toujours la souffrance consécutive à l'interruption d'une grossesse. Me sentant prêt à recevoir ce qui se rapportait à ce problème, l'inconscient de Jocelyne n'hésitait plus à m'envoyer des signes dont je ne comprenais pas encore le sens. Cette incompréhension est manifeste lorsqu'on écoute l'enregistrement de la traduction que je lui fis ce jour-là de son rêve et dans laquelle j'effleure à peine la question de l'IVG ! Ce rêve figure aujourd'hui parmi les plus solides points d'appui des conclusions que je propose dans mon ouvrage *l'IVG à cœurs ouverts*.

Chacun se doit à son destin, fut-il de rêve !

Extrait d'un article de Georges Romey - paru dans *Spasmagazine*.

Quand on résiste au destin, il nous traîne, quand on lui cède, il nous porte ! (Pascal Jardin)

J'avais vingt-deux ans, un désir naturel mais vague de conquérir une place dans le monde, des potentialités peut-être mais un bagage scolaire mal adapté à de grandes ambitions ! Cependant, avoir vingt-deux ans en 1951, dans un après-guerre où tout était à reconstruire et à imaginer, autorisait bien des espérances. Époque heureuse où la réussite dépendait des aptitudes et de la volonté d'engagement de chaque personne. Recruté dans l'un des plus puissants groupes industriels mondiaux mais au plus petit niveau de fonction possible, déjà en charge de famille, en proie à des accès d'angoisse dont je ne soupçonnais pas l'origine, je glissais inexorablement vers un enfer dont les flammes se nourrissent de cet inépuisable carburant qu'est « le regard des autres » ! J'ai écrit de celui-là qu'il est le plus cruel des tyrans. Il faut avoir souffert sous sa contrainte pour connaître à quel degré de désespérance peut conduire le malaise psychologique.

En fait, j'étais aussi mal dans ma peau que le sont beaucoup des patients qui se présentent aujourd'hui à ma consultation ! Jusqu'à quels abîmes de souffrance serais-je descendu, livré à mes seules ressources ? Impossible de le savoir. Mais le ciel veillait. J'étais mal, je cherchais une voie salvatrice, une main se tendit. Je la saisis avec l'énergie farouche de la personne sur le point de se noyer et à laquelle on lance une bouée. L'envoyé du destin s'appelait Roger Lenoble. Consultant en recrutement, graphologue, il était aussi l'un des rares praticiens utilisant la méthode du *Rêve éveillé dirigé*, telle que Robert Desoille l'avait élaborée. J'ignorais tout de cette démarche mais, du fond de mon malaise, j'eus l'intuition que je devais accorder ma confiance à celui qui me proposait de faire quelques séances sous sa conduite.

J'ignorais alors qu'à travers elles, au-delà de la renaissance psychique que j'allais connaître, une voie s'ouvrirait dont ma vie entière ne suffirait pas à cueillir toutes les richesses ! D'une dizaine de séances sortit un être neuf, libéré des angoisses auxquelles l'avait soumis le piège oedipien. Enthousiasmé par la puissance réparatrice des images, je sentis aussitôt naître une double vocation : celle de me placer aussi, le temps venu, dans la relation d'aide et celle de mener à bien une recherche systématique sur la valeur des symboles.

S.Freud, C.G.Jung et quelques autres avaient apporté le résultat de leurs investigations dans l'univers des symboles. Cette moisson était si prodigieuse qu'il paraissait impossible de la dépasser. Cependant les interprétations symboliques étaient dispersées dans de nombreux ouvrages et aucune œuvre de synthèse ne se proposait alors de faciliter l'initiation du néophyte. Je ressentis si fortement ce manque qu'il me parut évident d'inscrire cette tâche parmi mes projets de vie ! Avant qu'il me soit donné de la réaliser, beaucoup plus tard, sous la forme du *Dictionnaire de la symbolique*, d'autres auraient répondu à leur manière, excellente, à cette même intention.

Robert Desoille n'était ni médecin ni psychologue au sens universitaire du terme. Ingénieur, il s'intéressait à des recherches auxquelles un militaire, le lieutenant-colonel Castlan, se livrait sur le fonctionnement de l'imaginaire. Ce dernier demandait à des personnes ayant absorbé des substances hallucinogènes de s'allonger et d'exprimer toutes les images qui leur apparaissaient et les sensations qui les accompagnaient. C'était en 1923. Robert Desoille, intrigué par la richesse des scénarios qui se manifestaient dans ces conditions, se posa la question de savoir si des résultats équivalents pourraient être obtenus en l'absence de psychotropes. Les expériences auxquelles il se livra lui apportèrent une réponse affirmative. Très rapidement, le chercheur s'aperçut que toutes les personnes placées dans la situation de relaxation allongée semblaient destinées à rencontrer tôt ou tard des images similaires, notamment les grands archétypes décrits par C.G.Jung. L'idée lui vint alors, dans un souci d'efficacité, de proposer, au début de chaque séance de « rêve » l'une de ces images, choisie par lui suivant le thème qu'il souhaitait explorer. D'autres observations le poussèrent à proposer, au cours du rêve, des images de montée ou de descente dont il avait compris qu'elles conduisaient le cheminement de l'imaginaire vers des développements différents. C'est ainsi qu'il élaborait sa méthode de psychothérapie par le rêve éveillé. Très logiquement, il appela cette méthode, fortement marquée par la directivité, « rêve éveillé dirigé »!

Il m'est toujours désagréable d'exprimer mon désaccord sur cette forme de pratique, compte-tenu de la reconnaissance que je lui dois, ainsi qu'à son auteur et tant son apport fut déterminant de mon parcours de vie ! Aussi dois-je exposer la raison pour laquelle je fus conduit à renoncer à toute directivité, puis à découvrir de ce fait quelques-unes des lois qui régissent le fonctionnement de l'imaginaire et qui font du « rêve éveillé libre » l'une des voies thérapeutiques les plus efficaces.

Une vingtaine d'années s'étaient écoulées depuis ma cure de rêve éveillé dirigé quand je me sentis prêt à me placer aussi dans la situation du thérapeute. Un engagement professionnel intense m'avait permis d'atteindre, dans le groupe industriel de mes débuts sans gloire, un niveau de responsabilités et d'indépendance qui allait favoriser l'épanouissement d'une vocation à laquelle je m'étais, parallèlement, longuement préparé. Le 30 mars 1980, une journée de recrutement de cadres s'achevait. Le huitième et dernier candidat de la session avait vingt-huit ans. De formation prestigieuse, visiblement doté d'un important potentiel intellectuel, il était cependant sur le point de perdre son emploi, de fortes inhibitions s'opposant au déploiement de ses capacités. Devant cet homme désarmé, en proie à des souffrances psychologiques que je percevais d'autant mieux qu'elles entraient en résonance avec mes tourments d'autrefois, je sentis se rompre les dernières réticences à m'engager dans la relation d'aide. Adrien, comme je l'ai nommé dans « Rêver pour renaître », serait mon premier patient ! Il accepta d'emblée l'offre que je lui faisais, ignorant que nous allions ensemble faire œuvre de pionniers ! Lui faire savoir qu'il serait le premier aurait pu affaiblir les chances de réussite en diminuant sa confiance.

Il me faut ici revenir sur le second volet de ma vocation, auquel je n'avais jamais renoncé et qui me commandait de mener une recherche systématique concernant la valeur des symboles à partir des matériaux que j'allais accumuler à l'écoute de mes patientes et de mes patients. Je savais, pour avoir réalisé des expériences suffisantes, que toute suggestion d'image faite par le thérapeute en début ou en cours de rêve, activait un processus d'associations pour une large part automatiques et qui de ce fait, ne sont plus expressives de la problématique du sujet. Cela ne pouvait convenir pour les besoins d'une recherche menée suivant les règles de l'analyse scientifique et me condamnait à pratiquer un rêve totalement protégé de toute intervention.

C'est ainsi que j'entrepris de suivre la cure d'Adrien, en me proposant, bien entendu, d'être très attentif aux résultats thérapeutiques. Si ceux-là se révélaient insuffisants dans ces conditions, il me faudrait revenir à la directivité, même s'il me fallait pour cela renoncer à la recherche. La surprise, heureuse, fut de constater, que la non-directivité ne nuisait pas à la progression des résultats mais que ceux-là s'en trouvaient nettement améliorés ! Au cours de ces débuts mal assurés, quelque peu angoissé quand le fil du rêve ne suivait pas celui de mes projections, il m'arriva de céder à l'impulsion qui me commandait une intervention.

Lorsque j'écoute aujourd'hui des cassettes témoignant de ces faiblesses de débutant, je suis saisi de confusion. Force est d'admettre que toute suggestion du thérapeute en cours de rêve, au minimum dérange un processus qui ne demandait qu'à s'accomplir spontanément et, au pire, rompt définitivement ce processus.

Le hasard (ce nom de guerre de la Providence !) ne m'avait pas incité sans raison à choisir Adrien pour premier patient. La puissance intellectuelle de ce jeune homme s'était comportée jusqu'alors comme sa plus grande ennemie. Elle absorbait une part considérable de son énergie à s'opposer à l'émergence de sa sensibilité, pourtant d'une rare qualité ! Celle-ci trouva dans le rêve éveillé libre la porte par laquelle elle pouvait se manifester. Elle le fit à sa mesure, magnifiquement ! Adrien laissait librement cours à son imaginaire et me donnait, grâce à sa capacité conceptuelle, les informations qui permettaient une traduction assurée des symboles. Les progrès furent rapides et impressionnants. Dès lors, je consacrai une part importante de mon temps à l'accompagnement de nombreux patientes et patients. Les observations furent d'une telle richesse que j'éprouvai le besoin d'écrire un premier livre dans lequel je souhaitais les consigner.

Ce fut « Rêver pour renaître » !.. Vingt-cinq ans et quelque 12000 scénarios plus tard, je ne changerais pas une ligne de ce livre.

Depuis, plus de deux cent thérapeutes ont suivi la formation dans le cadre de l'ADREL, (association pour la diffusion du Rêve éveillé libre) et 120 d'entre eux environ sont, à temps plein, praticiens de cette méthode, en France surtout mais aussi en Suisse, en Belgique et en Espagne.

Neuf ans d'un travail quotidien de recherche et de rédaction sur le sens des symboles ont abouti à la parution des quatre tomes du « Dictionnaire de la symbolique » qui reparaît dès ce mois de septembre 2005 en un seul volume de 1500 pages, sous le titre « Encyclopédie de la symbolique des rêves » . On y trouvera les interprétations auxquelles se prêtent les 500 images que la dynamique de l'imaginaire met en scène le plus fréquemment. Les symboles, ces agents secrets de la psychologie ont tant de choses à nous dire ! Ce sera le sujet d'un prochain article, s'il est de mon destin de l'écrire.