



LES VOIES RÉVELATRICES DE L'INCONSCIENT

I. LE REVE

Pour Freud, son livre sur (*L'Interprétation des rêves*, était « **LE** » livre. Il précisait que si un seul livre devait rester de tous ceux qu'il avait produits, c'était celui-là. Et il a imaginé plus d'une fois, qu'on inscrirait sur sa maison: «*Ici fut découvert par Sigmund Freud, le secret des rêves* ».

Comme *La psychopathologie de la vie quotidienne* et comme les *Trois essais*, c'est un livre qui a été revu constamment, et auquel Freud a apporté des ajouts jusqu'à la fin de sa vie. Malheureusement, comme pour bien d'autres ouvrages, il faut encore nous reporter à l'édition anglaise pour que les passages rajoutés soient signalés et datés. Je ne conçois pas pour ma part qu'on puisse effectuer un travail quelconque dans le domaine « *psy* », que ce soit comme analyste, comme conseiller ou thérapeute, sans avoir au minimum lu et travaillé *L'Interprétation des rêves* de Freud. Ce livre est irremplaçable, non pas seulement par ce qu'il nous enseigne sur le rêve, mais par ce qu'il nous dit sur le fonctionnement complet de l'appareil psychique et sur tous les processus que le rêve met en lumière.

Freud n'est pas le premier bien sûr, à avoir travaillé les rêves, il le signale dans l'importante bibliographie qui figure à la fin de son livre, ainsi que dans le premier chapitre. On trouve dans la littérature grecque une masse d'études sur la signification des rêves et certaines sont rédigées par les plus grands philosophes. Je me contenterai de vous en citer une qui s'intitule *La clé des songes*, dont l'auteur s'appelle Artémidore, du deuxième siècle après J-C.

Ce livre a été analysé et commenté par Michel Foucault au Tome 3 de *L'histoire de la sexualité* dans son premier chapitre. Artémidore avait déjà derrière lui toute une série d'études sur ce sujet, et il s'en sert admirablement pour expliciter une méthode d'interprétation qui est une espèce d'interprétation des rêves en raccourci, ce qui nous donne une idée de la façon dont les grecs intégraient le rêve à leur culture et à leur existence collective. Il n'était pas convenable dans une mentalité grecque de laisser le rêve en dehors de la pensée et de la réflexion. Par exemple, dit Artémidore, quand vous rêvez d'inceste, c'est une très bonne chose, cela veut dire que ce que vous entreprenez va bien se passer. Nous, nous dirions : c'est en effet une bonne chose de rêver d'inceste, puisque cela signifie que nous osons laisser venir à jour un des désirs les plus refoulés et des plus structurants de notre psychisme. Eh bien ! Artémidore dit la même chose, mais en l'inscrivant dans une autre perspective qui est celle d'une adaptation correcte et productive à la réalité. Autrement dit, même si ce langage est aujourd'hui dépassé et si ce qu'il dit est, à la lettre, inexact, l'idée centrale et fondamentale est juste, et ce que Freud a dit n'a absolument pas rendu caduc ce genre de recherche et d'étude. On pourrait même ajouter que c'est bien le génie de Freud que d'apporter un point de vue absolument nouveau, tout en respectant et intégrant le donné antérieur et même en lui donnant une fécondité nouvelle.

Vous savez que Freud, désignait le rêve comme « *la Voie royale vers l'inconscient* » ; c'est à cette expression que j'ai emprunté mon titre, avec toutefois une petite nuance ; je dirais que je me suis montré un peu plus républicain, puisqu'à cette voie royale il m'a semblé indispensable de joindre les autres, pour montrer de cette façon que bien des voies viennent de l'inconscient, même si le rêve demeure irremplaçable.

Le rêve ne peut pas être isolé de tous les autres moyens d'accès, ce que d'ailleurs Freud lui-même n'a cessé de répéter par la suite.

1). Actualité du rêve

Pour souligner la nécessité et la valeur propre de l'activité onirique, je commencerai par évoquer une expérience relativement récente et très instructive, celle des psychosomatiques. La première découverte des psychosomatiques a été celle-ci : ils ont constaté, chez les sujets qui souffrent de maladies psychosomatiques, la présence d'un mode de pensée assez particulier, assez typique, et qu'ils appellent : « *la pensée opératoire* » (Marty). Il s'agit d'une pensée rationnelle, efficace, adaptée, mais qui en même temps supprime peu à peu l'élaboration des fantasmes, l'imaginaire et surtout le rêve. Ce type de patients ne rêve pas, ou tout au moins fait comme si le rêve n'existe pas pour lui, et plus les choses avancent, plus cet état ne s'installe.

C'est au point que toute la thérapie mise en place par certains psychosomatiques consiste à faciliter par tous les moyens la réapparition des rêves. Pour quelqu'un comme Françoise Gontard par exemple, qui a soutenu une thèse sur les maladies psychosomatiques en cardiologie en septembre 82, le tournant du travail qu'elle accomplit se situe toujours au moment où les rêves réapparaissent.

Moment, où elle constate dans les 3/4 des cas une évolution notable dans l'élaboration des troubles et une amélioration irréversible.

Les théoriciens actuels en déduisent qu'il existe une véritable corrélation entre la vie onirique et les troubles psychosomatiques : Ce qui ne peut passer dans les rêves, passe dans le corps, ce que l'activité onirique ne parvient pas à lier fait le jeu de la pulsion de mort et devient destructeur au niveau somatique. C'est le point de vue de Sami Ali dans son livre *Le visuel et le tactile*, paru chez Dunod en 1985 : Cet auteur émet son hypothèse sur une étude approfondie de l'analyse du président Schreber, montrant comment le délire paranoïaque, — ici ce ne sont pas les rêves mais le délire —, s'installe dès l'instant où les manifestations dermatologiques disparaissent. Et il théorise cette corrélation négative à travers sa propre conception de la projection. Pour Sami Ali, toute sa théorie est partie d'une expérience clinique, qu'il raconte dans un de ses livres, et qui a été sa « *révélation à lui* ». Il s'agit du cas Zéinab. Les choses se sont passées de la façon suivante. Zéinab depuis un très long temps, ne faisait pas autre chose dans la cure que de raconter des rêves, elle noyait littéralement le discours dans un flot onirique ininterrompu, ce qui a fini par agacer l'analyste et par l'amener à réagir. Il lui a donc fait remarquer, un peu brutalement reconnaît-il, que c'était une manière de défense. Aussitôt les rêves ont disparu et il a vu se produire à la place une magnifique allergie qui s'est développée pendant plusieurs semaines.

C'est à ce moment-là que lui est apparue la corrélation production **onirique/allergie**, qu'il n'a cessé ensuite de reprendre et d'exploiter dans toutes ses implications.

Revenons maintenant à « *la pensée opératoire* ». Si on prend les choses à la lettre, ce n'est pas à proprement parler d'une absence de rêves qu'il s'agit chez les sujets concernés, car nous le savons depuis quelques années, tout le monde rêve au moins plusieurs fois par nuit ; si l'on empêche par des moyens sophistiqués une personne de rêver au moment de la phase paradoxale du sommeil, il s'ensuit des effets catastrophiques et même des déséquilibres absolument insurmontables. Donc, même celui qui ne se souvient pas de rêves possède à son insu une activité onirique importante. Ce qui veut dire que dans le cas de la pensée opératoire, la caractéristique essentielle n'est pas l'absence de rêves, mais le refus inconscient de se les remémorer, d'en parler, de les faire entrer dans le discours conscient et de leur donner droit de cité dans la pensée commune.

Ce dont souffrent réellement les malades psychosomatiques, ce n'est pas l'absence de rêves, si c'était le cas il en résulterait des troubles bien plus graves et en particulier à la longue des lésions neurologiques irréversibles.

Ce dont ils souffrent en réalité, c'est d'un clivage, inconsciemment voulu et entretenu entre leur moi inconscient et leur moi conscient, clivage qui devient coupure, séparation irrémédiable. Ce clivage bien sûr est voulu, pour éviter l'irruption dans la pensée rationnelle d'une autre pensée, immaîtrisable, révélatrice, au sens où elle nous réserve quelquefois des surprises étonnantes, et qu'elle risque de bouleverser les processus rationnels. Et il est certain que le monde actuel, avec ses exigences d'efficacité et de technicité, encourage ce genre de clivage.

Si on revient au cas Zéinab, on peut dire que ce n'est pas en empêchant la patiente de rêver mais en l'empêchant de raconter ses rêves, que Sami Ali a provoqué indirectement l'apparition des troubles psychosomatiques.

Compte tenu de ce qui vient d'être dit, à quoi servent les rêves ? D'abord à effectuer le travail de liaison/déliation, dont nous avons constaté l'importance et la place essentielle : pas seulement entre les traces inconscientes proprement dites, mais aussi entre les formations de l'inconscient, les instances, les références, etc. La question qu'on s'est longtemps posée est de savoir, s'il s'agit seulement dans le rêve, d'un *témoignage* de ce travail à l'œuvre, ou bien s'il l'effectue vraiment ? Les travaux actuels tendent plutôt à étayer la seconde hypothèse et à prouver que le rêve n'est pas seulement un révélateur, mais qu'il réalise effectivement la liaison, auquel cas c'est un laboratoire absolument irremplaçable. Tout le travail de décomposition que nous avons vu s'effectuer en étudiant les différentes voies de l'inconscient a surtout lieu dans le rêve, grâce au rêve, au cours de ce moment privilégié du sommeil qu'est la phase paradoxale. Là où le rêve ne peut jouer son rôle ; il n'y a pas d'équivalent possible : Tantôt c'est la décision qui ne s'opère plus, quand il y a eu traumatisme par exemple ; Tantôt c'est la liaison. Rien ne peut remplacer le rêve dans ce type de travail. Le rêve est une composante indispensable au fonctionnement de l'inconscient tel que nous l'avons perçu jusqu'ici.

Mais il ne fait ce travail qu'à demi : dans la mesure où pour l'effectuer, il se coupe de la réalité environnante, dans son actualité immédiate : C'est d'ailleurs ce qui fait la différence entre le rêve chez l'animal et le rêve chez l'être humain, un autre aspect de l'inachèvement humain comme tel. Car l'animal rêve aussi, mais il ne se souvient pas de ses rêves et il n'a pas besoin de s'en souvenir. L'homme au contraire se souvient de ses rêves et le travail de liaison amorcé dans le rêve ne peut parvenir à ses fins que dans la journée, où non seulement il s'en souvient mais il en parle. Le travail du rêve est donc à poursuivre du côté de la pensée consciente en s'ouvrant autant que faire se peut à la pensée onirique et en lui permettant de s'associer effectivement, efficacement, à la pensée rationnelle. S'il est utile de faire place aux voies fragmentaires, il est indispensable de faire place aux rêves, qui constituent un élément constant, stable et efficace pour notre pensée complète.

Le rêve en effet tient compte de tous les éléments en présence, de toutes les instances, sauf une : La réalité. **Pour dormir, on ferme les fenêtres, on ferme tous les orifices, il faut être insensible à tout. Cela permet de tenir compte des innombrables composantes en jeu dans notre vie inconsciente.**

L'inconvénient c'est qu'on laisse de côté la dimension réelle et pour que la liaison soit complète, il faut la rejoindre par un côté ou par un autre. Il manque dans le rêve, pour que toute la liaison s'opère, un pôle irremplaçable. *Le fait de parler les rêves, de les laisser s'exprimer, au fur et à mesure qu'ils nous reviennent, permet au processus onirique d'achever son travail.*

Et c'est en ce sens que lorsqu'une cardiologie réussit, non pas à provoquer les rêves, mais à les laisser s'inscrire dans la relation thérapeutique transférentielle, dans le travail médical lui-même, elle rend sa place à la dimension psychique en même temps que se fait le travail somatique.

C'est en ce sens que le rêve est une liaison/déliation, car les deux se font en même temps, mais à demi, et le drame sans doute de notre pensée rationnelle, de notre pensée scientifique, c'est de freiner au maximum ce second temps. Il est certain que lorsqu'on est chef d'entreprise, qu'on est amené à faire des travaux extrêmement précis à longueur de journée, on n'a pas le temps de rêver, il ne faut surtout pas rêver, et on peut acquérir au bout d'un certain temps une espèce de réflexe qui refoule toute la pensée onirique. **Cela, c'est dramatique pour une personnalité, et on peut dire (et là je fais confiance au travail de toute l'école de psychosomatique française à cet égard) que la floraison des maladies psychosomatiques est liée en grande partie à ce fait.**

Il est certain aussi que lorsqu'on ne fait plus aucune place aux loisirs, aux moments sans objet, à la culture, sous une forme ou sous une autre, on arrive à un résultat analogue.

Certes il ne faudrait pas tomber dans la systématisation absolue et en déduire que tous les gens sans culture, ou tous les gens suroccupés sont menacés par des désordres somatiques. On peut en déduire cependant que c'est sagesse de laisser sa place à la vie onirique et à ses prolongements conscients quels qu'ils soient, d'ailleurs, s'il n'y avait pas le rêve, il n'y aurait ni artiste, ni culture, ni poésie.

2). Le « travail du rêve ».

L'expression « *travail du rêve* » a été utilisée par Freud pour désigner la façon dont s'opère la transformation des traces psychiques dans le rêve au fur et à mesure qu'elles se présentent. On a longtemps opposé la pensée rationnelle où les idées s'articulent de façon raisonnée, à la pensée onirique où elles semblent arriver n'importe comment et d'une manière un peu folle. Freud montre qu'il n'en est rien. Non seulement la pensée onirique ne fonctionne pas n'importe comment, mais il s'agit d'une entreprise parfaitement cohérente, obéissant à des exigences qu'on peut systématiser. Toute une partie de *L'Interprétation des rêves* est consacrée à repérer comment la pensée onirique est commandée par des processus bien précis, ceux que nous avons déjà repéré précédemment en étudiant les voies fragmentaires : déplacement, condensation, refoulement, renversement, etc.

Deux processus jouent ici un rôle plus notable,

— **La condensation** tout d'abord, puisque chaque image permet d'exprimer plusieurs idées, plusieurs chaînes associatives, et qu'il faudrait des livres entiers pour rendre compte de ce qui est inclus dans une séquence de rêve ;

— **La mise en images** aussi, puisque le rêve réussit ce tour de force de transformer tous les éléments qui se présentent à lui en visions.

Pourtant ce n'est pas ce qui fait la valeur propre du rêve, ce qui la rend incomparable, irremplaçable ; sa valeur propre, c'est qu'il est la seule opération psychique humaine qui soit capable d'accomplir ce prodige : parler plusieurs langues à la fois, ou plus exactement s'exprimer sur divers registres à la fois sans pour autant se contredire. *Chaque rêve est une polyphonie, tout rêve est polyglotte, le récit de tout rêve peut être lu et décodé selon des systèmes et des grilles différentes.*

Pour être plus précis, je dirai que le rêve parle à la fois en termes de symbolique et en langage somatique, que c'est un langage gestuel et un langage d'action, une expression verbale et une expression visuelle. Autrement dit le message qu'il élabore et qu'il diffuse peut être reçu et compris aux différents niveaux du psychisme par les instances les plus opposées, les plus étrangères les unes aux autres, et par les parties les plus différentes de nous-mêmes. C'est cela sa grande originalité.

Certes, Freud a augmenté et enrichi notre connaissance des différents registres de cette polyphonie en repérant l'importance du langage et du symbolisme sexuel dans les rêves ; mais il ne faudrait pas que nous restreignons à notre tour l'expression onirique à ces registres là, ce serait revenir sur l'avancée des connaissances en ce domaine.

Vous voyez pourquoi un rêve n'a rien à voir avec un fantasme, ou bien avec une élaboration imaginaire quelle qu'elle soit. Le fantasme est un aplatissement sur un registre donné d'un certain nombre d'éléments du désir.

C'est une manière de les mettre en ordre, de les coordonner, mais il n'y a pas dans le fantasme cette prolifération sémantique qui existe dans le rêve. Récemment une littéraire vantait les qualités poétiques d'un grand auteur italien, Cesare Pavese, en soulignant que certains de ses récits étaient aussi révélateurs que des rêves, qu'ils en avaient la richesse et la fécondité.

Je lui ai répondu qu'aucun récit humain, si génial soit-il, ne pouvait remplacer un rêve, car aucun ne peut être à la fois une odeur, une action, un geste, un mot, une image, et se présenter avec une cohésion réelle malgré cette diversité.

Il y a entre le fantasme ou le récit et un rêve, la même différence qu'entre une fleur artificielle ou une fleur peinte dans un tableau et une fleur naturelle. Rien ne nous permettra jamais de rendre toutes les nuances, tous les enseignements et toutes les virtualités dont la fleur est porteuse, et tout ce que nous pouvons représenter à notre niveau n'en est jamais qu'un pâle reflet. Voilà où se situe l'originalité la plus profonde du rêve, c'est d'être une capacité incomparable présente en tout être humain et qui dépasse toutes les possibilités dont la raison dispose. A ce niveau-là, l'homme de génie et l'homme le plus frustré sont exactement sur le même plan. Dans nos rêves, nous avons tous le même capital de productions, de créativité.

Comment cela se passe-t-il ?

Pour rejoindre ce travail dans sa complexité, j'envisage maintenant par quelles opérations successives le rêve réussit à brasser tant et tant de traces inconscientes et à composer le bouquet incomparable dont je viens de parler.

Je vais donc décomposer le travail du rêve, en gardant bien à l'esprit que toute décomposition constitue un *artefact*, un procédé pour comprendre, et que par le fait même on y perd toujours un peu de la vérité qui est incluse dans le rêve lui-même. C'est de la dissection.

***Dans un premier temps**, au moment où commence la phase paradoxale du sommeil, on pourrait dire qu'il se produit une *ouverture* à un certain nombre d'informations qui sont restées en souffrance dans notre esprit et qui attendent. Pendant la journée, l'ouverture de l'appareil psychique se fait vers la réalité, et nous méconnaissions la plupart du temps un certain nombre de réactions inconscientes, pourtant très virulentes parfois, qui ont été provoquées par telle rencontre, par telle pensée, par telle évocation. Au moment où nous nous endormons, il n'y a plus d'ouverture du tout, ni vers l'extérieur, ni vers l'intérieur, et c'est indispensable pour que la récupération soit possible. Au moment de la phase paradoxale, une ouverture se produit, essentiellement vers l'intérieur, tout en demeurant sensible à certaines données environnantes; car les informations en souffrance qui sont là toutes prêtes à rentrer, sont de deux ordres :

— Il s'agit d'abord des impressions éprouvées à l'état de veille, en cours de journée, et qui n'ont pu trouver à s'exprimer. Si elles sont si vivantes, c'est qu'elles ont été liées à notre insu à des souvenirs, à des mots, à des affects extrêmement actifs en nous.

Et toutes ces choses, maintenant, veulent avoir la parole, il n'est pas question de les laisser de côté, elles sont là comme des quémandeurs qui ont été rameutés pendant la journée et qui veulent entrer envers et contre tout. Freud les appelle « *les restes diurnes* ».

— Il s'agit d'autre part d'impressions produites pendant le sommeil lui-même : par certains organes du corps, certaines souffrances inconnues, par la position que nous avons adoptée pour dormir ou même par l'environnement : lumière, bruit, odeurs, etc.

C'est telle petite douleur intestinale passée inaperçue au cours de la journée et qui cherche à se faire entendre, tel robinet qui coule au goutte à goutte et qui se rappelle à notre attention, tel membre enkylosé par notre posture de sommeil et qui nous rappelle à l'ordre.

***Dans un second temps**, ces informations, ces sensations, ces traces ravivées sont acceptées en vrac et entrent telles quelles dans le circuit onirique. Le rêve procède alors d'une façon bizarre, il met tous les messages en morceaux; il en fait un véritable bric-à-brac en visant à la décomposition maximum dont nous avons déjà eu quelques aperçus. Et il opère ensuite des mélanges sans la moindre précaution. Seules quelques traces demeurent, seules les impressions trop fortement investies résistent en partie ou de façon globale à la décomposition et se présentent telles quelles : c'est le cas de sensations trop fortes du moment : une rage de dents par exemple, ou de l'eau qui vous tombe sur la figure ; c'est le cas aussi lorsque au cours de la journée il y a eu traumatisme, c'est-à-dire un événement extrêmement angoissant et qui a trouvé en nous des échos fort anciens, auquel cas on rêvera de l'événement lui-même tel quel, sans parvenir à le décomposer.

Mais la plupart du temps ce travail de décomposition se fait sans trop de difficulté, il finit par se faire, et seuls subsistent les fragments les plus investis par le désir.

***Dans un troisième temps** enfin, le rêve compose à partir des millions d'éléments qui sont ainsi à sa disposition une espèce de symphonie ou un scénario visuel, en s'arrangeant pour que l'organisation s'opère au profit des désirs les plus forts, les plus profonds, les plus enracinés et tout cela en recourant aux divers langages dont nous avons parlé précédemment, de telle sorte que le message puisse être reçu et entendu à tous les niveaux du psychisme. C'est ainsi que se construit et se reconstruit constamment en nous notre « *moi* » inconscient qui constitue la partie inconnue et immergée de notre personnalité, une partie dynamique puisqu'elle n'est jamais identique à elle-même et qu'elle est constamment en recreation ; mais une partie stable puisqu'elle repose sur certains désirs fondamentaux dans lesquels nous nous reconnaissons. Il est clair que le travail de l'analyse tel qu'il se pratique dans la cure va à rebours du troisième temps, celui de la recomposition, puisqu'il vise à mettre à profit notre connaissance des processus et des mécanismes du rêve pour retrouver les éléments qui ont permis son élaboration. D'ailleurs l'analyse ne s'intéresse vraiment qu'à deux des systèmes de communication utilisés par le rêve, le verbal et le visuel, en s'attachant à interpréter le symbolisme des images et le discours latent. Pourquoi cette limitation ?

Bien sûr parce que l'analyste ne s'intéresse ni aux problèmes somatiques, ni à l'avenir, ni aux petites questions matérielles qui peuvent survenir dans votre vie intime, ni aux schèmes moteurs eux-mêmes, mais bien plutôt aux désirs les plus refoulés. Or ce sont eux qui servent de cadre directeur à l'élaboration du rêve et ils s'expriment dans les traces significatives de départ et dans les images qui sont l'aboutissement du rêve. Ceci dit, si l'analyse s'intéresse davantage aux images et aux mots, c'est aussi parce que le rêve nous donne la clé de la façon dont ils s'articulent dans l'inconscient.

Alors que ce sont deux types de traces qui normalement fonctionnent en ordre dispersé comme je l'ai figuré dans les tableaux précédents. C'est probablement grâce à l'association mot/image que s'opère en définitive l'articulation entre l'inconscient et le préconscient, et aussi l'articulation entre le discours intime et personnel à chacun et le discours collectif.

3). Les récits de rêve

On raconte qu'Einstein dormait un nombre d'heures supérieur à la moyenne... Peut-être que cet homme génial avait plus besoin que d'autres de laisser travailler son inconscient. Quoiqu'il en soit, ce travail onirique dont nous venons de percevoir la richesse et la complexité ne suffit pas, nous l'avons dit. Encore faut-il que les rêves trouvent leur place dans notre discours conscient.

Nous allons maintenant poser à ce propos quelques questions :

— Pourquoi est-ce nécessaire ?

— Comment y parvenir ?

a) Pourquoi ?

*D'abord pour des raisons « économiques » : les rêves nous mettent en communication avec notre « moi » inconscient dans toute sa richesse et sa complexité. Il révèle jour après jour l'existence en chacun de nous d'un être inconnu, parfaitement cohérent, d'une intelligence et d'une créativité incommensurables, et avec lequel nous avons tout avantage à collaborer. Il est doté de potentialités nettement supérieures à celles que nous utilisons dans la vie consciente et il effectue même à notre insu 99% du travail psychique indispensable à l'élaboration de notre pensée.

C'est au point que les poètes, qui sont plus que d'autres sensibles à cet aspect-là des choses, en sont souvent venus à se demander si la vraie réalité n'était pas là : comme l'écrit Pirandello dans « *On ne sait comment* » : qui me dit, lorsque je rêve, que ce n'est pas la réalité, et inversement, qui me dit que la réalité vécue aujourd'hui n'est pas autre chose que le simple prolongement d'un rêve ?

Quoiqu'il en soit, si nous avons tout intérêt à laisser parler le rêve, c'est que nous avons là le moyen par excellence pour assurer la libre circulation des représentations et des affects entre conscient et inconscient.

*Autre raison, plus métapsychologique :

Il existe aux origines de notre psychisme une cassure de départ, une dissociation fondamentale, inévitable, que le rêve au fil du temps permet de résorber. Pour clarifier ce donné essentiel, il faut revenir au point de départ. Notre naissance à la vie psychique s'opère à partir de deux vécus complètement dissociés :

— **le premier** c'est l'*expérience réelle*, la rencontre effective avec le monde qui est autour de nous, avec ses exigences les plus immédiates : le rythme du temps, la température ambiante, la résistance des choses, les événements environnants, le vécu parental. Il y a là des réalités qui s'imposent à nous, qui ne sont absolument pas imaginables ni pensables, et avec lesquelles il faut faire, quoiqu'il arrive ; et qui s'inscrivent comme des données imparables. L'enfant, là, n'a pas le choix : c'est à prendre ou à laisser.

Tout ce vécu impensable modèlè son accès à la vie psychique, c'est ce qui nous « *tombe dessus* » à la naissance, les données de base qui se présentent à nous dès la sortie du sein maternel.

— **le second vécu**, c'est précisément *noire vie onirique*. Nous naissons aussi au psychisme par le canal des rêves : on le sait plus clairement aujourd'hui, le nouveau-né dispose déjà d'une capacité onirique importante et qui occupe une place considérable dans son esprit. Tous ses fantasmes, toutes ses élaborations imaginaires vont naître à partir de là. Cette vie onirique constitue déjà pour l'enfant un monde à part, luxuriant de richesses, et ayant sa cohésion en soi. Dans ses rêves, le bébé peut jouer tous les rôles à la fois, éprouver des sensations diverses et les combiner à sa manière à lui.

Cette distinction entre deux vécus d'origine a été théorisée sur des modes variés selon les écoles ; elle correspond peu ou prou à ce que Lacan appelle « *le réel ou l'imaginaire* » ; on peut y voir aussi l'équivalent des « *expériences du réel* » telles que les décrit Mélanie Klein, et de « *l'expérience transitionnelle* » dont parle Winnicott.

Finalement peu importe, toutes les études actuelles convergent autour de cette intuition centrale, à savoir que l'enfant naît au psychisme selon deux modes et à partir de deux expériences totalement étrangères et qu'il va falloir les associer, les articuler, les combiner bien qu'elles demeurent toujours d'origine et de nature différentes.

De ce point de vue nous naissons coupés en deux, nous naissons tiraillés entre deux mondes :

— D'un côté le réel qui s'impose à moi avant même que j'ai des images ou des analogies pour me les représenter

— et de l'autre des rêves où prolifèrent images et sensations sans objet correspondant.

Si on n'a pas à la fois cet accès au réel en ce qu'il a de plus brut par l'intermédiaire des sens, et l'expérience intérieure de la production onirique, quelque chose ne fonctionne pas. Les difficultés d'accès au réel sont particulièrement notables chez l'enfant déficient auditif ou visuel par exemple, chez qui on observe certains retards de développement et qui va devoir compenser ces handicaps ; mais ces handicaps seraient bien plus graves encore si les rêves venaient à faire défaut. Car ce sont les rêves qui vont permettre l'association entre ces deux types d'expérience, et qui vont faire en sorte que ce qui se vit à partir de la réalité puisse s'associer progressivement et systématiquement avec ce qui se vit à l'intérieur de moi-même. Ce n'est jamais fini, le travail va se poursuivre jusqu'à la fin de nos jours. Nos rêves jouent à l'égard de notre vie psychique le même rôle que nos sens au cours de la journée ; les sens nous permettent au cours de la journée de connaître le monde, de comparer ce que nous connaissons déjà avec ce qui arrive aujourd'hui et de refaire l'unité entre toutes nos perceptions. Le rêve, c'est ce qui nous permet au cours de la nuit de traiter toutes les informations nouvelles pour les intégrer à l'ensemble de notre fonctionnement inconscient. Or il ne traite pas seulement les sensations connues, imaginables ou visuelles, il traite aussi et intègre ces données brutes inaccessibles dont il était question tout à l'heure sous le terme de « *réel* ».

Mais pour que cette opération soit possible, *un intermédiaire apparaît absolument indispensable, c'est le langage* : Les rêves peuvent intégrer les éléments du réel depuis les origines, depuis les toutes premières expériences que l'enfant peut en avoir, seulement dans la mesure où on a parlé les choses, où elles ont été nommées au fur et à mesure, que ce soit directement ou indirectement. Autrement dit, le réel n'est malléable, intégrante et décomposable dans le travail psychique opéré par le rêve, que si l'on passe par cet intermédiaire fondamental qu'est le langage. C'est là probablement l'intuition la plus intéressante de tant de psychanalystes d'enfants, de Françoise Dolto en particulier, quand ils insistent pour qu'on parle aux enfants dès le début de leur existence : **il ne s'agit pas de leur expliquer, il ne s'agit pas de leur donner des théories sur les choses, il s'agit de mettre en mots ce qui leur arrive, de trouver les formules qui conviennent pour désigner toutes ces réalités qui s'imposent à eux sans qu'ils le veulent et sans qu'ils le comprennent.** C'est grâce à ces mots, grâce à ces millions de signifiants que cette réalité peut être traitée et intégrée dans la vie onirique, et que le rêve peut assurer l'unité entre ces deux données fondamentales que sont le réel et l'imaginaire entendus au sens le plus large.

Ce qui est traumatique, ce qui ne peut pas s'intégrer dans les rêves ou qui s'intègre tel quel sans pouvoir être décodé, décomposé s'avère être dans la plupart des cas ce qui n'a pas pu être dit ou ce qui a été insuffisamment formulé aux moments-clés de l'existence. *Le rêve peut traiter des mots mais ne peut pas traiter du réel, celui-ci fait retour à travers les angoisses brutes, les cauchemars, les vécus insurmontables ; tant que les mots manquent, le vécu onirique ne peut pas les intégrer vraiment.* Tout ce qui est vécu par l'enfant comme excessif, que ce soit le bruit, l'angoisse de sa mère, les événements environnants, tout cela ne peut pas être mis en images oniriques si les mots n'interviennent pas pour faciliter le processus.

Toutefois, nous n'avons décrit jusqu'ici qu'un seul aspect des choses: le clivage entre la réalité brute et la vie onirique ne serait qu'à demi-résorbé si l'articulation se faisait seulement à partir du rêve, par le truchement du rêve et du langage reçu ; une autre opération s'impose qui va compléter la première. Dans l'évolution génétique cela se passe de la façon suivante. À partir du moment où l'enfant peut parler, aux alentours de deux ans environ, il peut parler aussi des rêves, les mettre en mots, et même s'il ne le fait pas directement, explicitement, en racontant ses rêves tels qu'il les a vécus, la façon même dont il parle est imprégnée par sa vie onirique : en sorte qu'il a une façon de parler à lui. Un vocabulaire qui lui est propre, des expressions caractéristiques. Ainsi, après que les rêves aient été pénétrés par les mots, pendant toute cette période où l'enfant n'est pas à même de parler, il se produit une révolution considérable puisqu'il se met à parler à son tour, en faisant entrer ses rêves dans le réseau du langage.

Très tôt donc, dès les premiers balbutiements du langage, et même si on ne s'en aperçoit pas, les rêves sont parlés, s'immiscent dans le discours de l'enfant, et c'est grâce à eux que chaque enfant possède une manière de parler qui n'appartient qu'à lui. Bien évidemment, cela va se poursuivre, et nous avons là le point de départ de l'expression personnelle, unique, qui caractérise chaque être humain.

Car tous nous utilisons la même langue, le même discours, les mêmes expressions, mais il n'y a pas deux façons de parler qui se ressemblent, il n'y a pas deux façons d'habiter le langage qui puissent être comparables. Chacun de nous s'intègre au langage par le biais de ses rêves, et par là même lui donne un tour qui n'appartient qu'à lui.

Résumons-nous : l'enfant a dû intégrer le réel à ses rêves par le biais du langage reçu, c'était la première façon de résorber le clivage d'origine. Il s'intègre à son tour dans ce réel par le biais du langage, mais il s'agit cette fois d'un langage à lui, qui respecte certes le code en vigueur dans le lieu où il vit, mais qui exprime aussi ses envies les plus intérieures, ses plaisirs les plus inavoués. À partir de ce moment-là, sa vie imaginaire est à la fois faite des mots reçus et des rêves qu'il élabore pendant la nuit.

Certes, cela n'est jamais totalement achevé, et s'il est essentiel que nous parlions nos rêves, c'est que nous avons toujours à résorber le clivage entre l'expression onirique et l'expression verbale, qui est l'expression actuelle du clivage monde réel et monde onirique de départ, et que ce faisant, non seulement nous nous intégrons au discours collectif chacun à notre façon, mais en même temps nous réinventons le langage ; si les langues humaines sont constamment en évolution, au point que d'un siècle à l'autre elles se modifient de façon considérable (Hagège), que le vocabulaire est en brassage continu, c'est précisément parce que le langage est travaillé de l'intérieur par le rêve, qu'il est infiltré constamment par les processus primaires dont le rêve est porteur.

On dit souvent que c'est grâce à notre capacité à rêver que nous sommes à même de faire face aux dures réalités de la vie. Et il ne manque pas de romans ou de films comme « *Belles de nuit* » par exemple, pour donner à penser que les rêves sont là pour surmonter les déceptions de la journée et transformer la réalité selon les désirs du moment. C'est une façon de voir les choses qui n'est pas totalement fautive. Mais elle pourrait donner à croire que le rêve n'est qu'une compensation, un complément nous permettant de supporter la vie. Il est bien plus que cela, puisqu'il crée un lieu où nous pouvons nous comporter activement comme les maîtres des choses, comme les créateurs de toutes les réalités qui nous entourent, tout en assumant au fur et à mesure les réalités nouvelles qui se présentent, et les codes d'expression en vigueur auxquelles nous devons nous soumettre. Le rêve n'est donc pas seulement un puissant remède au narcissisme, nous permettant de panser efficacement les blessures de la journée, c'est aussi le ressort de notre unité, le lieu où nous pouvons nous reconstituer, quels que soient les apports de l'extérieur et les questions qu'il pose. Un lieu indispensable donc.

On peut se demander si la maladie, somatique n'intervient pas souvent comme un îlot à part, où vient se localiser une question que le rêve n'a pu prendre en charge et transmettre, ce qui aura pour conséquence d'entretenir chez la personne concernée l'idée de l'inutilité des rêves. Alors qu'au contraire, c'est en parlant les rêves et en leur donnant la possibilité d'exercer toutes leurs potentialités qu'il y a le plus de chances pour que ces îlots disparaissent ou tout au moins se raréfient au fur et à mesure que nous parlons.

*L'autre raison enfin pour laquelle le récit de nos rêves a tellement d'importance ressort de la pratique analytique la plus courante : on s'aperçoit en effet dans la cure que ce qui est dit spontanément quand on raconte nos rêves, pendant ou après, présente autant d'intérêt que le rêve lui-même. Ainsi ce patient, racontant un rêve de nudité, qui commence son récit en disant : « *j'étais toute nue...* », ce n'est pas un lapsus, cela fait partie intégrante du récit du rêve. Autre exemple, un patient raconte : « *le téléphone sonne, c'est mon fils qui prend* » ; cette expression toute simple, signifie dans la suite du discours que c'est le fils qui « prend », autrement dit qui écope les conséquences des difficultés du patient. Pris au niveau de l'image, le sens était tout autre ; pris au niveau du mot il transmet le discours du patient à l'analyste.

Il en est très souvent ainsi pour les rêves: ce qu'on dit à propos, après, sans s'en apercevoir, de façon spontanée, est aussi important que le récit lui-même. Certes le cadre analytique se prête particulièrement bien à faciliter ce genre de discours. On pourrait dire d'ailleurs que Freud l'a inventé à cet effet : il a voulu créer un lieu où les rêves puissent se dire et se poursuivre selon leur propre logique et dans les termes mêmes où l'inconscient les promeut.

En tout cas, il n'est pas rare que l'on interprète beaucoup plus qu'à partir de ce qui a été dit et associé après le rêve lui-même qu'à partir du contenu du rêve. À la limite, même quand un rêve a été oublié, parler dans son sillage c'est-à-dire à partir des impressions qu'il a laissées, peut s'avérer aussi fructueux que de se remémorer le rêve lui-même. Il n'est pas rare d'ailleurs qu'on se souvienne d'un rêve au cours de ce genre d'associations et qu'au lieu d'apparaître au début d'un discours, le rêve apparaisse à la fin comme une confirmation de tout ce qui s'est dit de façon spontanée.

b) Comment ?

— Le rappel du rêve.

Tout ce que nous avons évoqué jusqu'ici souligne largement combien les rêves doivent avoir leur place dans notre vie consciente, mais apporte assez peu d'éléments pour favoriser cet échange. Il existe des gens qui se rappellent leurs rêves sans difficulté, trop même parfois et qui en parlent avec une facilité incroyable, d'autres au contraire qui les oublient toujours. Même dans l'analyse il y a des cures avec rêves et des cures où les rêves se font attendre, sont rares, ou disparaissent automatiquement sans laisser de traces. La question est très vaste et je me contenterai de faire quelques remarques que chacun prolongera facilement en fonction de ses intérêts et de sa pratique personnelle.

*D'abord, il ne sert à rien de faire pression pour obtenir des rêves : ce sont des productions de l'inconscient ; plus on fait pression, plus elles se dérobent, et lorsqu'on les provoque par des méthodes appropriées, par l'hypnose par exemple, ou par certains produits provoquant un état onirique (cf. la narcoanalyse) on s'expose inévitablement à obtenir des rêves élaborés spécialement à l'usage du thérapeute, et qui se révèlent plus souvent trompeurs que révélateurs (cf ce que Freud lui-même dit à propos de l'une de ses patientes homosexuelles *Névrose, psychose et perversion*, p. 264).

La pratique la plus courante invite donc à une très grande prudence : il vaut mieux souligner l'intérêt du rêve, inviter la personne qui rêve peu à se mettre un peu plus à l'écoute d'elle-même en s'accordant des moments de tranquillité, surtout au moment du réveil, plutôt que de donner des consignes trop précises.

Soulignons toutefois que les conditions de sommeil jouent parfois un grand rôle : si on se réveille systématiquement en phase de sommeil profond par exemple, il est inévitable qu'on ait très peu de souvenirs de rêves et que de surplus on se réveille avec une impression de fatigue excessive ; par contre quand on peut se réveiller après une phase paradoxale, on a beaucoup plus de chances de se souvenir des rêves.

*On s'aperçoit dans l'analyse que les rêves sont stimulés, orientés, et même parfois entièrement conditionnés par le transfert : si le rêve est multi langagier, s'il est capable de parler en même temps à différentes instances, il ne lui coûte pas grand chose d'ajouter un interlocuteur, que ce soit l'analyste ou quelqu'un qui apparaît comme une personne éveillant un transfert inconscient. Ce qui veut dire que si nous oublions nos rêves, c'est aussi souvent parce que nous ne vivons pas dans l'instant une relation de type transférentiel. Le fait de pouvoir raconter ses rêves, même à quelqu'un qui n'est pas spécifiquement analyste, de pouvoir en parler, peut suffire à réamorcer le processus de remémoration des rêves. On s'aperçoit en tous cas dans l'analyse que les rêves deviennent comme des messages codés que l'analysant envoie à l'analyste. Il n'est pas rare qu'un rêve vienne répondre à une interprétation soit pour la contredire, soit après un long temps de silence pour dire qu'elle a touché juste. Il n'est pas rare non plus qu'un rêve mette en scène l'analyste à travers des travers, des tics, des indices présents dans son cabinet, ou reprenant ses habitudes, son nom, son lieu d'habitation... C'est là que l'on constate de façon vivante et concrète combien le rêve est un laboratoire extraordinaire, traitant de toutes les informations du moment, et les réutilisant à son gré pour exprimer ce qui lui chante.

*L'articulation entre le rêve et le discours individuel n'est cependant pas le seul lieu où s'opère l'articulation conscient/inconscient, vie onirique/vie réelle.

Il faut mentionner également l'univers culturel : musique, littérature, théâtre, cinéma, danse, etc... Autrement dit, le déficit qu'entraîne l'oubli total des rêves peut être largement compensé lorsque l'échange s'opère à un autre niveau, à travers ces productions collectives qui sont précisément des lieux de mixage extraordinaires entre le travail inconscient de chacun et les productions sociales collectives. Ce qui frappe dans la « pensée opératoire » dont nous parlions en commençant, ce n'est pas seulement que les patients qu'elle caractérise ne se rappellent plus les rêves, c'est aussi qu'ils manifestent un désintérêt massif pour la culture en général : la musique les agace, le théâtre leur paraît fade, ils disent que lire est du temps perdu, que regarder un spectacle les empêche de penser concrètement. Autrement dit, non seulement ils se privent de la possibilité de rêver et de fantasmer dans leur vie intime et personnelle, mais ils s'écartent délibérément de tout ce qui leur permettrait d'entrer dans un processus onirique collectif.

Or même là où les rêves individuels se font rares, même là où il est difficile de se les rappeler, il est toujours possible d'entrer dans le jeu onirique collectif et d'y trouver des suppléances nécessaires pour assurer cet indispensable échange entre le réel et l'onirique.

— L'interprétation des rêves

Freud ne connaît en fait qu'une seule méthode d'interprétation des rêves : elle consiste à laisser parler le rêveur selon la technique de la libre association, de telle sorte qu'au fil de son discours, il puisse repérer les désirs inconscients qui s'y expriment à son insu, dans le discours qu'il tient après le rêve comme pendant le rêve lui-même.

Non seulement, dit Freud, il faut laisser les mots se dévider librement, spontanément, sans idée préconçue, mais il est indispensable de le faire en relation avec un tiers, pour que le discours inconscient ne se ferme pas sur lui-même, et pour que l'échange entre les informations extérieures et le donné inconscient s'opère par rapport à un autre, c'est-à-dire selon son mode le plus constructif et le plus révélateur.

De ce point de vue qui est primordial à ses yeux, toute révélation onirique est d'abord propre au rêveur, et il n'existe pas d'interprétation a priori, de clé des songes, même quand un rêve se répète, même quand deux rêves se ressemblent. Les rêves n'ont de sens que pour celui qui les dit et pour celui qui les écoute, et c'est dans l'échange qui s'instaure progressivement entre deux individus qu'ils peuvent peu à peu révéler leur secret.

Pourtant, dans la pratique courante de l'interprétation, Freud fait aussi appel à d'autres méthodes qu'il nomme d'ailleurs « *auxiliaires* » : la plus connue consiste à repérer le symbolisme sexuel présent dans les images du rêve. Freud s'en explique particulièrement au chapitre 6, paragraphe V, p. 300 de *L'Interprétation des rêves*. C'est un procédé qu'on utilise moins aujourd'hui dans la mesure où il apparaît un peu systématique et n'apporte pas grand chose en général au patient lui-même. Il peut être d'une certaine utilité lorsqu'un patient éprouve quelques difficultés à reconnaître la signification sexuelle de ses désirs, par exemple dans l'hystérie, mais on ne peut pas dire qu'il en résulte une très grande connaissance quant aux désirs eux-mêmes.

Une autre méthode d'interprétation moins connue mais plus féconde celle-là consiste à comparer le récit du rêve à d'autres récits analogues trouvés dans la littérature, le théâtre, la poésie, etc... Freud explique longuement en quoi consiste cette méthode à propos de ce qu'il appelle les rêves typiques p. 210 dans *L'Interprétation des rêves* : rêve de nudité, rêve de mort des personnes chères, rêve d'examen... Ainsi les rêves de mort de personnes chères s'éclairent en référence à la tragédie de Sophocle, *Cédipe-Roi*, c'est en faisant un rapprochement de ce type que Freud a découvert le complexe d'Édipe et qu'il a pu le nommer. Le rêve de nudité s'éclaire de la même manière par rapport à un conte d'Andersen intitulé *Les habits neufs de l'empereur*, par rapport à une comédie de l'époque intitulée *Le talisman* et par rapport à l'épisode bien connu de *l'Odysée* où Ulysse est découvert nu sur le rivage par Nausicaa. Il s'agit là d'une interprétation structurale des rêves qui permet d'en repérer les éléments essentiels, pour voir comment ils s'articulent et analyser les blocages possibles (cf. *Voir - Être vu* : tome 1, p. 160 et 162).

Cette méthode présente l'intérêt de renvoyer les unes aux autres des productions de nature très différente tels que peuvent l'être théâtre, poésie, etc. et de s'apercevoir que chacune apporte un élément qui était difficile à repérer dans les autres. Ainsi, en comparant le donné littéraire et le donné personnel inconscient, on peut arriver à repérer des désirs que la libre association ne suffisait pas à mettre au jour. Ce type d'analyse est particulièrement précieux pour la psychanalyse appliquée, c'est même ce qui en fait l'intérêt et la raison d'être.

L'analyse ne peut progresser en s'appuyant uniquement sur les dires du patient, il faut aussi qu'elle soit à l'écoute de toutes les autres productions littéraires et artistiques et c'est en comparant patiemment et avec persévérance ces différents donnés qu'elle progresse dans la connaissance des désirs les plus méconnus. Ce que Freud a fait au niveau de *L'Interprétation des rêves* est donc constamment à poursuivre et cette interprétation au niveau collectif vient soutenir et faciliter le travail plus individuel et plus personnel que chacun peut effectuer dans la cure.