

Dans ce numéro, deux thèmes :

- Psychologie et neurosciences : comment fonctionne notre cerveau ?
- Psychologie et rêves : comment fonctionne la psyché ? La théorie des Drs Stone.

Comment fonctionne notre cerveau Le déni de réalité

(Magazine Cerveau & Psycho n° 12 bis, nov. 2005)

Nous avons vu dans le dernier numéro que même né à terme, le nouveau-né humain est prématuré. C'est au cours des premières années que son cerveau humain finit de se former. Les neurones, en place à la naissance, vont développer leurs axones, ces filaments qui les relient, et leurs milliards de connexions, en fonction des stimuli donnés par l'environnement.

Certaines zones peuvent être sur stimulées ou sous stimulées, voire détruites en cas de maltraitance (la zone régulant la compassion, par exemple).

Les neurosciences nous renseignent de plus en plus sur la façon très précise dont fonctionne le cerveau humain et sur les dysfonctionnements entraînés par des lésions cérébrales très localisées. Cela nous donne un

certain matériel pour comprendre les différentes subpersonnalités, fonctions du développement particulier de chacun. C'est notre cerveau qui nous informe de la «réalité», aucun d'entre nous n'a exactement le même cerveau, aucun d'entre nous ne perçoit la même «réalité».

Voici des informations passionnantes réunies par Patrick Verstichel, neurologue au Centre hospitalier intercommunal de Créteil.

Patrick Verstichel, nous fait part du cas de deux patients «normaux, sensés, capable de raisonner logiquement, sans appétence particulière pour la science fiction», qui après avoir subi une lésion cérébrale, se mettent à réfuter des données évidentes pour privilégier des hypothèses invraisemblables. L'un pense être à la fois à Aix-la-Chapelle ou Amsterdam et à Paris et «démontre» que c'est tout à fait possible, l'autre pense que son bras gauche, totalement paralysé, s'envole régulièrement par la fenêtre la nuit, et se remet en place le matin.

Après avoir subi l'un, une hémorragie cérébro-méningée, l'autre, une obstruction d'une artère cérébrale, ces deux patients semblent tout à fait rétablis, sauf qu'ils s'entêtent à démontrer par les hypothèses les plus saugrenues ces deux certitudes : être dans deux villes à la fois est possible, avoir un bras

doté d'une volonté autonome est possible. Jamais ils n'admettent qu'ils peuvent avoir tort, ou que leurs sens puissent les tromper. L'un et l'autre refusent l'évidence et nient la réalité.

Voici ce qu'écrit Patrick Verstichel :

L'un et l'autre nient tout dysfonctionnement de leur organisme, toute responsabilité de leur cerveau dans les phénomènes qu'ils croient percevoir. Leurs propos peuvent être qualifiés de fabulatoires mais ces fabulations ne concernent que les lieux pour l'un, son bras paralysé pour l'autre. En dehors de cet aspect, leur discours est cohérent. Comme la plupart des patients qui présentent de telles manifestations, les lésions en cause touchent l'hémisphère droit. C'est probablement l'élément principal pour interpréter ces cas de déni de la réalité. Les lésions hémisphériques droites entraînent une défaillance de la faculté de raisonnement.

Cerveau gauche théorique et cerveau droit pragmatique

Le cerveau ne traite pas la réalité d'une façon monolithique. Ainsi des aires cérébrales distinctes traitent les idées abstraites et les perceptions du monde réel. Lorsque vous cueillez une pomme sur un arbre, l'hémisphère droit associe la pomme à la tarte aux pommes, au souvenir de la tarte aux pommes de votre grand-mère ; il peut aussi l'associer à la belle saison, etc. De son côté, l'hémisphère gauche catégorise rationnellement la pomme comme un fruit rond de nos campagnes, proche en cela de la poire, recense ses différentes variétés, bref il se comporte comme un dictionnaire.

Si l'hémisphère droit ne s'exprime pas par la parole, il dispose de raison, et on lui attribue volontiers la puissance imaginative. C'est pourtant lui qui maîtrise les notions pragmatiques et intervient dans le rappel des souvenirs dont il organise la séquence chronologique.

L'hémisphère gauche à la différence du droit a tendance à rationaliser tout. Il contrôle le langage, particulièrement la grammaire et l'expression parlée, sur un mode logique. Théorique, féru de raisonnement, il cherche une explication à tout, notamment aux sensations perçues.

Split brain

Chez une femme dont les deux hémisphères étaient intacts, mais ne communiquaient plus à cause d'une destruction de la bande des fibres nerveuses les

reliant, le corps calleux, l'expérience suivante a été effectuée.

Il a été présenté à cette patiente une photographie de jeune femme dévêtue, en lui demandant de fixer un point devant elle sur l'écran. La photographie était présentée brièvement à droite de la ligne de vision définie par le point fixe. Ainsi l'image de la femme nue se projetait uniquement sur la partie gauche de chaque rétine. Or, ces zones sont elles-mêmes reliées à l'hémisphère cérébral droit. C'est par conséquent, ce seul hémisphère droit qui «voyait» la femme nue.

L'hémisphère droit ne disposant pas des capacités linguistiques permettant de s'exprimer, la patiente n'a pas pu décrire l'image. En revanche, elle a eu une réaction de gêne, a rougi, a ri nerveusement et a mis sa main devant sa bouche. L'image n'avait pas été perçue par l'hémisphère gauche mais ce dernier a détecté les manifestations de la gêne et a «inventé»

une explication : c'étaient les machines utilisées par les expérimentateurs qui avaient provoqués ce sentiment de confusion.

La nécessaire coopération entre les deux hémisphères

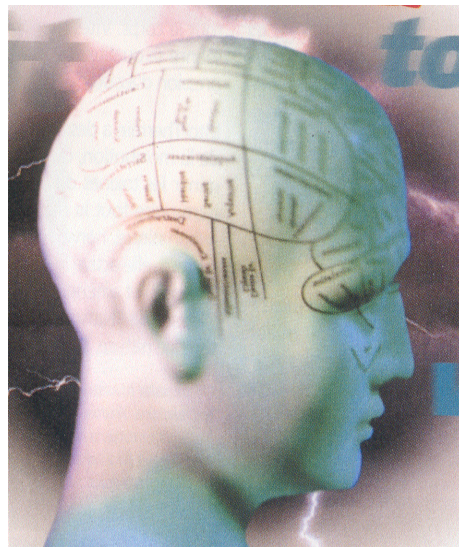
Les exemples des deux patients cités au début de cet article suggèrent que la cohérence du raisonnement, la prise en compte de certaines données «de bon sens» (comme le fait qu'une ville ne peut pas être à deux endroits en même temps, ou bien qu'il est impossible qu'un bras puisse s'évader à sa

guise) dépendent d'une nécessaire coopération entre les deux hémisphères.

L'hémisphère gauche cherche à tout prix à trouver des explications sans évaluer la probabilité que ces explications soient plausibles dans le monde réel. L'hémisphère droit tempère les exigences de l'hémisphère gauche et n'hésite pas à le contredire lorsqu'il s'égaré dans des raisonnements spécieux.

Lorsque l'hémisphère droit ne fonctionne plus normalement parce qu'il a été lésé, l'hémisphère gauche cherche à démontrer tout, parfois par l'absurde.

Chez le premier patient, la lésion droite a détruit la face interne du lobe frontal et perturbé le sentiment de familiarité pour les lieux ainsi que le rappel des informations mémorisées sur ces lieux. La ville de Paris n'évoque pas plus de familiarité qu'une autre. La destruction localisée dans l'hémisphère droit perturbe la cohérence des souvenirs.



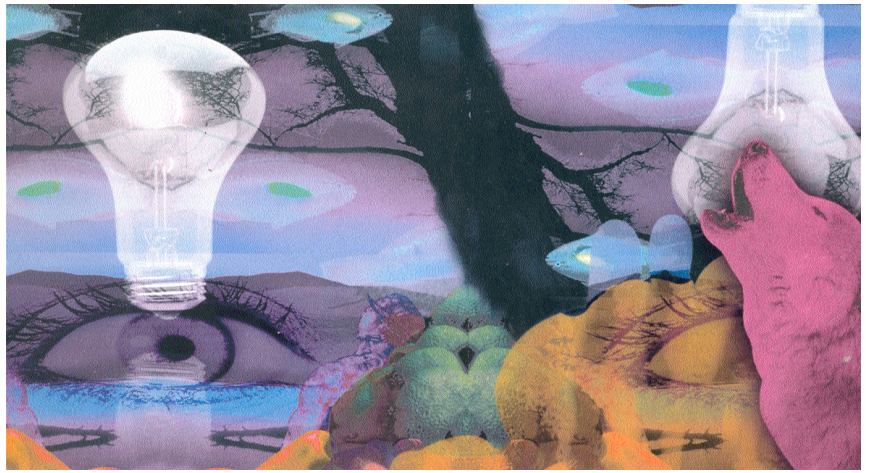
La difficulté tient au fait que l'hémisphère gauche gère mal les souvenirs : si un souvenir quelconque sur Amsterdam ou Aix-La -Chapelle revient au patient, il l'intègre aussitôt dans sa perception immédiate, d'où la confusion entre les souvenirs qu'il a de ces villes et de Paris où il se trouve effectivement.

Si on l'interroge, l'hémisphère gauche se lance dans des explications totalement déconnectées de la réalité ; il utilise une rhétorique abstraite inappropriée. Il est ici totalement dépourvu d'esprit critique, et l'hémisphère droit détruit ne peut le rendre à l'évidence en le mettant face aux impossibilités matérielles qu'il ne perçoit plus.

Pour le second patient, la lésion touche le lobe pariétal droit. Cette région est essentielle dans la perception de la sensibilité du côté gauche du corps et dans la représentation corporelle, c'est-à-dire le schéma mental du corps. Le membre supérieur est devenu insensible et il y a une perte de la familiarité avec celui-ci. Chez cette personne, comme chez de nombreux autres patients ayant des lésions similaires, la perte de la familiarité avec le membre aboutit à des confusions avec le membre de l'examineur. Si celui-ci met son bras gauche à côté du bras gauche du patient, il ne reconnaît plus le sien, et croit sentir sa main paralysée bouger quand l'examineur agite les doigts.

Comment une telle confusion est-elle possible ? Habituellement, le sentiment d'appartenance d'un membre résulte de l'action concertée de plusieurs zones cérébrales. La «sensation» du bras est procurée par des capteurs de pression et de tension situés dans les muscles, les tendons et la peau qui envoient des informations, via les nerfs sensoriels, jusqu'au cortex somatosensoriel dans le lobe pariétal. En même temps, la vue du bras active le cortex visuel, dans l'aire occipitale. La mise en commun des activités pariétales (sensorielles) et occipitales (visuelles) se fait dans les zones associatives, à la limite entre le lobe pariétal et occipital ; on voit un bras en même temps que l'on sent un mouvement. Or, lorsqu'on regarde le bras d'autrui, on ne sent pas son mouvement, c'est cette distinction qui permet de distinguer le bras d'un autre et le sien propre.

Chez ce patient, la zone pariétale est endommagée, de sorte que lorsqu'il voit un bras à proximité, il le prend pour le sien. Même lorsqu'il voit son propre bras en même temps, il affirmera que les deux sont à lui, car rien ne lui permet de distinguer l'un de l'autre. Comment l'hémisphère gauche va-t-il tenter de justifier qu'il a deux bras gauches ?



L'hémisphère gauche, l'hémisphère de la mauvaise foi

Privé des informations sensorielles et du sentiment d'appartenance, le membre supérieur gauche semble un corps mort ou pire un corps étranger artificiellement rattaché au corps, sans vraiment lui appartenir. Mais l'hémisphère gauche veille et trouve toujours comment justifier de telles anomalies perceptives. Il sait trouver une explication sans exigence de bon sens et d'autocritique, mais avec une apparence de cohérence qui tient parfois du sophisme.

S'il y a deux bras gauches devant lui, c'est que d'une manière ou d'une autre, ils sont liés avec son corps. S'il ne ressent pas de réelle familiarité avec son bras gauche, eh bien c'est que son bras peut se désolidariser du reste de son corps : il sera selon les cas, robotisé, téléguidé, diabolisé...

Notons que ce phénomène et ces troubles du comportement et du jugement ne se produisent pas, du moins pas de façon aussi spectaculaire, lorsque la lésion touche la région identique de l'hémisphère gauche. Dans ce cas, si le patient peut s'exprimer, l'hémisphère droit fournit des informations suffisantes pour qu'il admette sa paralysie, ou le fait que son bras ne puisse pas être autonome, ou encore qu'il ne confonde pas son bras avec celui du médecin.

Les fabulations et les propos délirants ne sont généralement observés que chez les patients atteints de lésions cérébrales localisées dans l'hémisphère droit, lequel est en permanence en prise avec le monde réel : il fait appel au sentiment de familiarité et aux données pragmatiques, dites de bon sens, il classe les souvenirs dans le temps, il inscrit le corps, les lieux et les personnes dans la réalité.

Il tempère les emportements de l'hémisphère gauche, qui cherche avant tout à relier les faits et les perceptions les uns aux autres, et qui, pour ce faire, use de toute forme de logique. Cet hémisphère ne

possède pas le sens de l'autocritique et n'évoque jamais un possible dysfonctionnement de l'individu. Il fait appel à des explications externes («On» a changé mon bras; «On» a modifié le paysage).

Cette théorie de la complémentarité des hémisphères a été développée par le neurologue Vilayanur Ramachandran. Selon lui, l'hémisphère gauche organise les données affluant au cerveau en un système de croyances dotées d'une certaine logique interne. Il assure une défense psychologique de l'individu, fut-ce au prix d'une négation de la maladie ou de l'organe malade. Si le rôle de l'hémisphère gauche est de bâtir un modèle et de le justifier à tout prix, celui de l'hémisphère droit est de déceler les anomalies et de critiquer ce modèle. Au-delà d'un certain seuil d'improbabilité, l'hémisphère droit essaiera de contraindre le gauche à corriger ses hypothèses. Cette dialectique entre les deux hémisphères aux fonctions différentes est abolie en cas de lésion droite. La faillite du raisonnement résulte, dans ce cas, du déséquilibre entre la rigidité d'un raisonnement spécieux conduit par l'hémisphère gauche et les tentatives de pondérations vouées à l'échec de l'hémisphère droit.

La pelle et la patte de poulet

Un autre exemple de cette tendance de l'hémisphère gauche à rationaliser le fonctionnement mental de l'individu est illustré dans un autre cas de «cerveau divisé» (split brain) décrit par le neurobiologiste américain Michael Gazzaniga.

Rappelons que chez ces patients les deux hémisphères ne communiquent plus à cause d'une section du corps calleux qui normalement assure la connexion entre les deux hémisphères. On peut alors stimuler chaque hémisphère indépendamment. En projetant une image visuelle dans le champ latéral d'un des deux yeux, on stimule les aires visuelles de l'hémisphère correspondant.

M. Gazzaniga a fait l'expérience suivante avec un de ses patients. Il a projeté une diapositive de patte de poulet à l'œil droit pour stimuler les aires visuelles de l'hémisphère gauche, et une diapositive de porte obstruée par la neige à l'œil gauche pour stimuler les aires visuelles

de l'hémisphère droit. Le patient devait ensuite sélectionner parmi plusieurs images placées devant lui, une illustration qui se rapportait à celles qu'il avait vues. La main droite commandée par l'hémisphère gauche a choisi une image de poulet, tandis que la main gauche contrôlée par l'hémisphère droit choisissait une image de pelle.

L'hémisphère gauche (qui n'avait pas eu conscience de l'image de neige obstruant la porte) s'est étonné du choix de la pelle par la main gauche et a tenté de rationaliser ce choix : «La patte était celle d'un poulet, et il faut une pelle pour nettoyer le poulailler.»

La paranoïa : un excès de raisonnement ?

La paranoïa présente indiscutablement des traits communs avec les comportements observés après lésion de l'hémisphère droit. Dans cette maladie, le patient exprime une conviction inébranlable (il est victime d'un complot organisé, il est un génie, il est un messie, etc.), et tous les faits qui se présentent à lui sont réinterprétés en fonction de cette conviction. La ratiocination est poussée à son comble et le patient est totalement imperméable à toute critique de ses excès de raisonnement. Ce dernier est parfois suffisamment convaincant pour induire autrui en erreur et le faire adhérer au délire. Toutefois, on ignore encore aujourd'hui si cette maladie résulte d'un hyperfonctionnement de l'hémisphère gauche ou d'un hypofonctionnement de l'hémisphère droit.

Vie quotidienne

Voilà des cas bien pathologiques, dira-t-on. Qu'en est-il dans la vie quotidienne ? Et ces conversations qui s'enveniment parce que l'on se prend à raisonner pour le plaisir, en s'éloignant progressivement du thème de la discussion, seulement pour avoir raison, à tel point que l'on finit par oublier l'objet même de la discussion. Dans de tels cas, l'hémisphère gauche, qui ne cherche qu'à raisonner, à ergoter, à ratiociner, nous entraînerait peu à peu sur le terrain glissant du sophisme et de la logique stérile. Il n'est pas nécessaire d'avoir une lésion cérébrale pour être de mauvaise foi. (Nous dirions plutôt dans la vision du Voice Dialogue pour devenir un Rationnel pur cerveau gauche)

Bibliographie :

- F. Sella, C. Renaseau-Leclerc et R. Labrecque, *L'homme à six bras*, in Revue Neurologique Vol. 152, pp. 190-195, 1996
- V.S. Ramachandran et D. Rogers Ramachandran, *Denial of disabilities in anosognosia*, in *Nature*, vol. 382, p. 501, 1996
- M.S. Gazzaniga, *Fonctions cognitives de l'hémisphère gauche* in Revue Neurologique, vol. 139, pp. 19-22, 1983
- J. Levy, C. Trevarthen et R.W. Sperry, *Perception of bilateral chimeric figures following hemispheric dysconnection in brain*, vol. 95, pp. 61-78, 1972.

Les rêves

Des fenêtres ouvertes sur nos différentes énergies

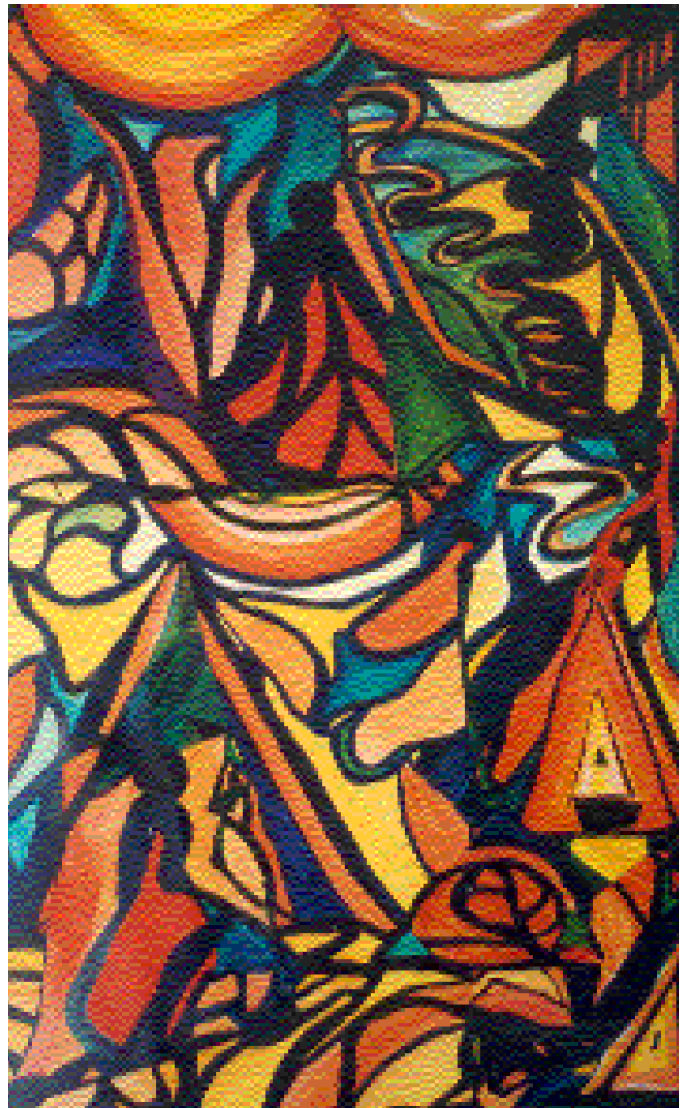
Drs Hal & Sidra Stone, janvier 2005
(Traduit par V. Brard)

Pour nous, il est clair qu'il existe dans l'univers et en chacun d'entre nous, une grande intelligence qui peut s'éveiller lorsque nous commençons notre voyage vers nous-mêmes. Une fois cette intelligence activée, nous avons à notre service un enseignant et un ami toujours disponible. Et quel enseignant et ami ! Avec son aide, nous pouvons commencer à rendre intelligible ce qui auparavant n'était que confusion. Nous expérimentons le sens, le but, la direction dans nos vies personnelles. Nos rêves deviennent intelligibles et font partie intégrante de notre vie. De nouvelles pensées, de nouvelles façons de considérer les choses, émergent.

Tandis que nous piochons dans cette nouvelle intelligence qui se développe, nous commençons à faire l'expérience de ses buts et de ses intentions. Elle attend quelque chose de nous. Elle nous conduit à coup sûr et d'une façon inexorable vers une plus grande compréhension de nos relations et de nous-mêmes. Elle prend le pas sur beaucoup d'autres préoccupations. Nous sommes maintenant prêts à examiner nos systèmes de croyances, à les remettre en question. Nous ressentons que cette intelligence a, par nature, un but, nous comprenons qu'elle nous mène dans une direction absolument nouvelle.

Notre vision personnelle est que cette intelligence désire que nous devenions tout ce que nous pouvons être, que nous utilisions tout ce que nous portons en nous. Elle désire que nous intégrions toutes nos énergies («selves») pour que nous puissions vivre plus totalement, nouer des relations plus vivantes. Elle désire que nous apprenions à équilibrer l'incroyable diversité des énergies qui sont les nôtres ; elle attend de nous que nous réclamions la totalité de notre humanité.

C'est une immense source de force (et un soulagement, nous devons le dire) de faire l'expérience de cette intelligence en tant que



troisième élément dans une relation de couple. La vie en générale, et les relations en particulier, peuvent être très difficiles à certains moments. Dans leur livre *Flesh and Spirit*, Jack Zimmerman et Jacqueline McCandless parlent de ce troisième élément. Ils mettent en évidence la nécessité de toujours appeler ce troisième élément pour que le divin puisse être présent et disponible, non seulement dans nos vies individuelles mais dans notre relation de couple. Ce troisième élément est une part importante de ce qui fait qu'une relation de couple est sacrée.

Que devons nous faire pour rester en contact avec cette intelligence ? Parfois nous n'avons rien à faire. Commencer un processus de développement personnel peut suffire. Une fois cette intelligence activée, elle est là pour nous. Nous devons juste savoir où regarder pour la trouver. Tout comme elle a ses propres façons de se manifester, il existe des moyens spécifiques de

rester en contact avec elle, et de développer la base spirituelle du processus qui nous amènera à être partenaires dans un couple.

Nous pensons qu'un des moyens les plus fascinants et les plus efficaces pour approfondir la relation avec nous-mêmes et avec notre partenaire, et pour faire directement l'expérience de cette intelligence, est de faire attention à nos rêves. Les rêves nous mettent en contact avec



notre réalité spirituelle, une réalité qui, dans nos rêves, n'est pas déformée par les règles, les sentiments, les attentes des autres. Nos rêves peuvent nous aider à comprendre l'incroyable famille des énergies («selves») qui vivent en nous. Nos rêves sont de remarquables amis ; ils nous donnent une image objective et impartiale de la façon dont nos subpersonnalités dansent les unes avec les autres et de la façon dont elles dansent avec celles de notre partenaire.

Nous savons qu'il existe beaucoup de manières différentes et valables de considérer les rêves. Vous pouvez avoir déjà étudié le langage des rêves et avoir vos propres interprétations. Ce qui suit est notre approche particulière, elle s'est avérée avec le temps extrêmement efficace. Tandis que vous en prenez connaissance, souvenez-vous que chacun a son propre vocabulaire de rêve, et soyez conscient que le vôtre peut être un peu différent de celui que nous utilisons.

Les thèmes récurrents dans les rêves

Certains rêves sont très classiques. Nous allons les passer en revue et vous montrer comment vous pouvez les comprendre et utiliser les informations qui vous sont données.

1. Se trouver dans des endroits élevés

Il existe de nombreuses variantes de ce rêve. Le rêveur peut se trouver au sommet d'un immeuble ou d'une très haute montagne. Il existe souvent un danger de tomber ou le sens que la personne pourrait tomber, parfois même, le rêveur tombe.

Lorsque vous êtes en hauteur vous êtes loin de la terre. Vous pouvez être trop identifié à un aspect mental de vous-mêmes, soit votre esprit rationnel, soit votre partie spirituelle, fait office de système primaire. Vous êtes probablement déconnecté de la terre et de ce qu'elle représente. Cela peut vouloir dire que vous avez renié votre corps, vos sentiments ou vos énergies instinctives.

Une autre façon de regarder ce genre de rêves concerne les gens qui se pensent «spéciaux» et qui ont renié la partie ordinaire d'eux-mêmes. Ils sont toujours «en haut». Cette position est fragile car s'ils cessent d'être «spéciaux», ils peuvent tomber et s'ils tombent, ils craignent de n'être plus rien.

Nous continuons de tomber dans nos rêves tant que nous continuons d'être identifiés à notre mental, notre désir d'être spécial ou notre nature spirituelle. L'inconscient nous montre alors en train de tomber d'une place élevée encore et encore. Il nous montre en fait où nous sommes (en haut) et ce dont nous manquons (le bas). C'est aussi simple et clair que cela. Carl Jung, nommait ceci l'aspect compensatoire des rêves : quelque soit ce à quoi nous sommes identifiés ou ce que nous avons renié, le processus des rêves va chercher à l'équilibrer.

2. Les voitures rapides et les autoroutes

Dans ces rêves nous conduisons trop vite ou nous ne pouvons plus contrôler notre voiture. Souvent un accident ou une collision surviennent.

Conduire trop vite est un rêve typique qui signale un système primaire dominé par une subpersonnalité active impossible à contrôler. La collision nous arrête. Sonny, un financier qui avait réussi, a rêvé durant des années qu'il conduisait sur une autoroute à très grande vitesse et qu'il avait un accident. C'était une image très appropriée de la façon dont il menait sa vie. Il était

toujours extrêmement occupé et ne ralentissait jamais. Un jour, Sonny a une crise cardiaque.

L'énergie qui aime l'action peut être extrêmement dangereuse ; cette incroyable intelligence qui vit en nous lui a constamment envoyé des avertissements (Sa femme lui disait aussi qu'il devait ralentir, mais c'est une autre histoire). S'il s'était intéressé à ses rêves, Sonny aurait compris l'avertissement et aurait eu l'opportunité de se séparer de cette énergie active avant de tomber malade.

Dans un rêve, la voiture représente généralement la façon dont nous nous comportons dans la vie. Si dans un rêve vous conduisez la voiture qui était la vôtre lorsque vous étiez à l'université, c'est que votre psychologie actuelle est similaire à celle que vous aviez à cette époque. Si vous êtes dans une voiture que votre père conduit, cela indique que votre vie est dirigée par votre père (soit votre père réel soit une partie primaire qui lui ressemble).

Les rêves où vous vous voyez foncer sur une autoroute indiquent aussi que cette énergie active est aux commandes. En prêtant attention à vos rêves, vous pourrez découvrir cette énergie et vous séparer d'elle, vous quitterez alors l'autoroute pour vous arrêter ou vous conduirez sur de petites routes de campagne.

3. Sables mouvants ou asphalte collant

Rêver que vous essayez de marcher mais vos pieds sont pris dans des sables mouvants ou collés à l'asphalte est une autre sorte de rêve dénotant une énergie active aux commandes. Ici

le rêve équilibre, compense votre partie primaire, cette partie de vous qui vous pousse constamment à avancer.

Les rêves essaient souvent d'équilibrer le système primaire par ces sortes d'images. Dans ces rêves vous essayez d'avancer, de vous dépêcher, mais c'est impossible. Vous êtes collés au sol. Plus vous tentez d'atteindre votre destination, plus ça va mal : le rêve tente de vous faire passer ce message.

Une variation de ce rêve est celui dans lequel

vous tentez d'attraper un train ou un bus, et quelque soient vos efforts pour arriver à l'heure, vous le manquez.

4. L'école ou le service militaire

Rêver que vous êtes revenus à l'école ou à la caserne est très fréquent. En général, cela indique que vous vivez actuellement de la même manière qu'à cette époque. Or, à l'école ou à la caserne, nos vies ne nous appartenaient pas, nous devions suivre un rythme qui n'était pas le nôtre. Nous devions faire ce qui nous était imposé. Il est très facile de tomber dans des schémas qui, psychologiquement, sont très proches de ce qui se passait à cette époque. Le rêve, en général, signale que vous suivez un ensemble de règles et d'exigences qui vous enlèvent toute liberté. Vous n'avez plus de choix, vous êtes soumis aux règles qui, la plupart du temps, sont celles des parties dominantes de votre personnalité (Ce que nous nommons le système primaire).



Une variation de ce rêve est de se trouver en prison ou enfermé dans un camp de concentration. Ces rêves reflètent un manque de liberté par rapport au système primaire et indiquent souvent une perte de contact avec l'émotionnel. Ils arrivent généralement lorsque nous travaillons trop et que notre vie devient une prison.

5. La police

La police représente le contrôle. Très souvent

lorsqu'une énergie active est hors de contrôle, nous rêvons qu'un officier de police nous arrête pour une infraction au code de la route. Ce rêve est aussi un rêve compensatoire. Quelque chose dans nos vies est hors de contrôle et votre côté qui contrôle essaie de vous aider à regagner un certain contrôle et de vous faire ralentir. Ces rêves sont des avertissements, il est bon d'apprendre à les écouter.



6. Maisons

De nombreuses variations existent sur ce thème. La maison représente notre personnalité, ce que nous sommes. Elle nous donne aussi une image de la façon dont nous vivons. Existe-t-il suffisamment de place ? De lumière ? Est-elle froide ? Ou magique ? Y avez-vous votre propre espace ? Rêver de déménager dans une nouvelle maison est lié à un changement important de personnalité. Très souvent lorsque nous commençons à avoir davantage de choix dans nos vies, nous rêvons d'une nouvelle maison plus spacieuse.

Parfois les gens rêvent qu'ils descendent dans la cave et cela les terrifie. Cela peut vouloir dire qu'ils sont en train d'entrer plus profondément dans leur inconscient pour explorer de nouveaux aspects d'eux-mêmes. Découvrir de nouvelles pièces ou de nouveaux trésors dans une maison, c'est découvrir de nouvelles parties de soi-même. Rêver que l'on habite une maison du type de l'ère Victorienne peut être lié à vivre sa vie sur les valeurs de cette époque.

7. Des objets ou des personnes dangereux

Être pourchassé par des gens ou des objets dangereux est un rêve très fréquent. Quelque soit ce qui nous poursuit, c'est essentiellement quelque chose que nous avons renié. Beaucoup de gens renient leurs énergies instinctives. Ils ont peur de leur colère, leur sexualité, leurs émotions. Aussi, dans leurs rêves sont-ils pourchassés par des animaux sauvages ou des hommes dangereux qui veulent les tuer ou avoir des relations sexuelles avec eux. En regardant ce qui vous poursuit dans

vos rêves, vous savez immédiatement quelles sont vos parties reniées !

Parfois ces parties reniées ne sont pas les parties instinctives mais d'autres parts de nous-mêmes. Si vous êtes du type actif, tendu vers le succès, vous pouvez découvrir que vous avez très peur des gens qui ne font rien, des chômeurs qui traînent dans la rue, des gens qui se prélassent dans leur hamac, des femmes qui ne font qu'aller de réception en réception.

Une de nos patientes rêvait qu'un dragon la poursuivait. Elle croisa un petit cours d'eau et le dragon s'arrêta et se transforma en livre. C'était une femme qui avait complètement renié le fait de développer son intellect, celui-ci se transforma en un dragon qui la poursuivait. Quelques mois plus tard, elle s'inscrivit à l'université et reprit des études.

8. Naissance et mort

L'inconscient a besoin d'images pour décrire les changements de notre personnalité. L'image d'une personne qui donne naissance à un enfant est une merveilleuse façon de décrire le développement de nouvelles idées, de nouveaux sentiments, de nouvelles façons d'être. A l'opposé, l'image de quelqu'un qui meurt sert à décrire la fin d'un cycle, d'une façon particulière de penser, de sentir ou d'être.

Il existe un dicton bouddhiste qui dit que la vie comporte des centaines de naissances et de morts ; lorsque nous voyons la fréquence des thèmes de naissance et de mort dans les rêves, nous avons l'impression que ce dicton est juste.

Lorsque vous rêvez que vous mourrez, cela

signale un grand changement dans votre vie, en général, vous vous éloignez de votre système primaire. L'ancienne personnalité meurt, une nouvelle naît.

9. Cataclysmes

Il existe une grande variété de rêves de cataclysmes : un énorme tremblement de terre se produit et vous savez que c'est la fin du monde ; la troisième guerre mondiale éclate, le monde court à sa perte ; un raz de marée gigantesque détruit tout sur son passage. Tous suggèrent qu'un grand changement est en route.

Dans la plupart de ces rêves, le rêveur est sur le point de mourir. Gardez à l'esprit que le «Je» du rêve est en général votre système primaire. Rêver d'un raz de marée suggère que vous avez renié vos énergies émotionnelles et qu'elle s'apprêtent à submerger vos parties plus rationnelles et plus contrôlées. Un tremblement de terre signifie que votre système primaire qui maintient tout en ordre est sur le point d'être renversé.

10. Voler sans être dans un avion

C'est aussi un rêve très fréquent. Pour en trouver le sens, il nous faut déterminer quel est le système primaire du rêveur. Si quelqu'un est un penseur très concret, une personne pratique qui porte une très grande attention aux détails, ce rêve dit qu'elle est prête maintenant à aller davantage vers son intuition, vers le monde de l'imaginaire et, peut-être, vers des sphères plus spirituelles.

Mais si le rêveur est identifié à son intuition et à la spiritualité, alors le rêve reflète cette identification avec ces mondes. Il peut vouloir dire que le rêveur plane toujours dans les hauteurs et n'a pas les pieds sur terre.

Parfois vous êtes poursuivi dans un rêve ou vous êtes dans une situation extrêmement émotionnelle, vous sautez et commencez à voler. Cela reflète le fait que vous vous échappez dans des fantasmes pour éviter une situation qui, au niveau psychologique, est trop difficile.



Les rêves et la relation de couple

Ainsi nous avons à l'intérieur de nous une sorte de maître des rêves. Ce maître des rêves, cette intelligence de l'inconscient qui se manifeste dans les rêves, est un extraordinaire conseiller. Il nous donne toutes sortes d'informations, d'idées, d'insight, de nouvelles façons de considérer les choses. Il semble toujours vouloir que nous intégrions la totalité de ce que nous sommes. En ce qui concerne la relation de couple, ces révélations sont assez stupéfiantes.

Le divorce psychologique.

Voici un rêve fait par une femme venue à l'un de nos ateliers avec son mari. Ils avaient, l'un et l'autre commencé à se séparer d'un système primaire très rigide qui voulait tout contrôler, pour se rencontrer d'une toute nouvelle façon, plus souple, plus flexible. Voici le rêve qu'elle fit la dernière nuit du stage :

Les gens attendent que je descende pour la cérémonie de mariage sauf que là, il s'agit d'une cérémonie de divorce. Je porte la même robe que

celle que je portais lors de mon réel mariage. Le corsage de la robe, cependant, est différent. Il est très beau avec plein d'ornements de couleurs. Aucun de nous deux n'avait fini de préparer ce qu'il devait dire, aussi n'étions-nous pas tout à fait prêt pour la cérémonie.

C'est un rêve remarquable. Quelle est cette cérémonie de divorce à laquelle ce couple se prépare ? C'est le divorce d'avec le système primaire. C'est pour nous, un divorce psychospirituel, un événement dont chaque couple a réellement besoin. Il marque la fin de la relation entre deux systèmes primaires et le commencement de la relation entre deux partenaires complexes, sensibles, qui peuvent exprimer et partager les niveaux les plus profonds de leur réalité.

Voici quelques années, Hal rêva qu'il était au tribunal devant un juge. Le juge lui demandait pourquoi il était là, Hal lui répondait qu'il voulait divorcer de sa femme (Sidra). Le juge lui demanda

alors pourquoi il voulait divorcer, Hal lui répondit qu'il voulait divorcer parce qu'il l'aimait vraiment beaucoup !

A cette époque, Hal apprenait à se séparer du bon père et du père responsable, les parties primaires qui avaient dominées sa vie. Ces deux parties primaires avaient créé avec Sidra une relation qui empêchait la relation de couple de s'approfondir. Identifié au bon père, Hal ne pouvait pas réagir correctement face à Sidra, ni établir les limites qui lui convenaient. En divorçant de son système primaire -et du schéma relationnel qu'ils avaient mis en place- il était libéré et la relation pouvait atteindre le prochain niveau. Le divorce psychologique est le divorce que tous les couples doivent finalement s'accorder l'un à l'autre. C'est celui qui compte vraiment.

Amener la vulnérabilité dans la relation

Prenons un autre exemple de la façon dont le processus de rêves peut montrer le chemin à prendre pour un couple. Un médecin vient nous voir, il est marié à une artiste qui est son opposé à tous points de vue. Bien qu'ils fassent tout leur possible, ils n'arrivent pas à rester proches l'un de l'autre. Lui n'a aucune connexion avec ce qu'il ressent ni avec sa vulnérabilité, nul besoin de dire que c'est le contraire pour elle. Pendant l'un de nos ateliers, il fit le rêve suivant :

Je marche sur une route et j'entends quelqu'un crier. Je regarde pour voir d'où vient ce cri. Je me dirige vers le bas côté et là, je vois une main qui dépasse de la terre. Je me précipite et commence à creuser. Lorsque j'ai creusé assez profond, je découvre un très jeune enfant et le remonte à la surface.

Qui est ce jeune enfant qu'il découvre, qu'il est prêt à découvrir ? Lui-même à l'âge de quatre ans, l'âge où il a enterré sa vulnérabilité. Le maître des rêves lui donne une image de sa nature émotionnelle, celle qu'il a enterrée à une époque où il a dû se protéger car il vivait au sein d'une famille trop perturbée.

Il n'était pas étonnant que ce médecin et sa femme aient eu tant de difficultés dans leur relation. Vivre en couple sans que la vulnérabilité des deux partenaires soit présentes, c'est vivre un supplice : il n'existe pas de possibilité d'entrer en contact à un niveau qui nous donne la réelle nourriture dont nous avons besoin.

Différentes images du couple

Parfois l'intelligence de l'inconscient et des rêves utilise l'humour pour décrire ce qui se passe dans une relation.

Voici bien des années, nous nous sommes retrouvés dans un schéma très négatif. C'était assez sinistre. Hal était dans le père négatif et tirait tout azimut sur Sidra. C'était des constantes critiques qu'elle esquivait allègrement. Cela dura toute la journée et une partie de la soirée. Cette nuit-là, Sidra fit le rêve suivant :

Hal me jette des allumettes enflammées. Je les évite, il ne peut me toucher. Hal explose et se met à hurler : Arrête de sauter de tous côtés. Reste tranquille que je puisse t'atteindre.»

Lorsque nous nous sommes réveillés le matin suivant, Sidra a partagé son rêve et nous avons éclaté de rire. L'inconscient avait donné son compte-rendu et il était très difficile pour Hal de rester bloqué sur ses positions.

Nous ne pouvons vous dire le nombre de fois où un rêve, ou une combinaison de nos rêves, ont cassé un schéma négatif entre nous !

Parfois l'inconscient est extrêmement direct lorsqu'il veut que nous nous rendions compte de ce qui arrive dans la relation.

Une femme rêve que son mari a une relation avec une autre femme. Elle pense que ce n'est qu'un rêve et ne dit rien. La nuit suivante, elle fait le même rêve. Puis, le rêve se répète une troisième fois. Après ce troisième rêve, au petit déjeuner, cette femme demande à son mari, s'il a une relation avec une autre femme. Après avoir encaissé le choc, il admet que c'est bien le cas. Ils commencèrent alors à regarder leur problème de couple.

Voyez cette intelligence qui insiste pour que cette femme devienne consciente de ce qui se passe dans son couple, pour qu'elle puisse y faire face, changer ce qui est nécessaire de changer et approfondir son processus. C'est comme si cette intelligence nous obligeait à nous dépouiller de notre carapace pour que les changements puissent avoir lieu. Pour tous ceux qui travaillent avec les rêves, c'est comme si la main même de Dieu, un Dieu remarquablement inspiré, devenait visible.

Une autre femme était mariée à un homme qui se considérait comme une personne très spirituelle. Il pratiquait la méditation et critiquait sa femme parce

qu'elle ne méditait pas et n'avait aucune pratique spirituelle. Cette femme fit le rêve suivant :

Je fais la queue avec d'autres personnes pour aller vers un autel. Chaque personne a un cadeau qu'elle apporte à Dieu et qu'elle place sur l'autel. De nombreux cadeaux sont magnifiquement enveloppés. Tout ce que j'ai, c'est un tas d'une masse molle, visqueuse et puante. Ce tas représente toute la confusion et les problèmes de ma vie. Il est semi liquide, j'arrive difficilement à le tenir dans ma main. Je me sens honteuse de n'avoir que ça. Lorsque mon tour arrive, je le dépose sur l'autel où il se répand. Venant d'en haut, un large poing s'abat sur cette masse visqueuse et elle commence à se solidifier ; soudain un grand poisson en émerge. Il m'est donné en cadeau, pour me nourrir.

Quel magnifique cadeau ce rêve apporte à cette femme ! Elle ne s'est jamais considérée comme quelqu'un de spirituel. C'est le domaine réservé de son mari. Tout d'un coup, tout se dessine différemment. Sa vie prend un autre sens. Ses problèmes ne sont plus seulement des problèmes, ils sont la substance de sa propre transformation. Ce rêve est un rêve valable pour nous tous. Il montre que Dieu vit ici, maintenant. Tout ce que nous avons à faire est d'approcher de l'autel et de lui donner notre plus grand présent -nous-mêmes et nos imperfections. Vous pouvez être sûr qu'un changement décisif se produit dans la relation de ce couple après ce rêve et ce message.

Pour un autre couple, le maître des rêves donna une autre image. Le mari se plaignait constamment d'avoir l'impression que sa femme se surprotégeait. Il voulait parvenir à entrer en contact avec elle mais ne pouvait pas. Durant l'un de nos ateliers, elle fit le rêve suivant :

Je rêve que je suis dans une large forteresse en béton avec des murs épais et un large rempart. Je me niche à l'intérieur, heureuse d'être protégée. C'est pour moi très confortable de sentir toutes ces protections autour de moi, je me sens en sécurité et bien à l'abri. Puis je peux voir à l'extérieur de ma forteresse. Je vois ce dont je me protège. Je vois que je me protège d'une pluie douce et agréable qui tombe tout alentour, une pluie qui à l'air d'être vraiment bonne et nourrissante, qui pourrait m'aider à grandir. Pourtant, je suis encore contente d'être dans ma forteresse.

Quelle remarquable image d'elle-même ; elle est là, enfermée dans sa forteresse. Qu'y a-t-il à l'extérieur ? Une très belle pluie douce et agréable qui pourrait la nourrir si elle le lui permettait. Peut-être, un jour, quittera-t-elle cette forteresse mais pour le moment elle a besoin de cette protection. Que représente la forteresse ? Son système primaire. Son mental, son contrôle, sa discipline de fer, l'exigence absolue de ne jamais montrer sa vulnérabilité.

Nous voyons comment les rêves reflètent avec art la danse des énergies qui opèrent en nous et dans nos relations. Le monde des rêves semble être l'écriture de Dieu. Quelle collaboration créative existent entre deux partenaires lorsqu'ils apprennent ensemble à déchiffrer cette écriture !

Se raconter simplement ses rêves est un excellent début. Il existe de nombreuses façons de travailler avec les rêves, peu importe où vous commencez, sachez simplement que le maître des rêves et l'inconscient adorent qu'on leur prête attention. Tous deux fleurissent lorsque vous passez du temps en leur compagnie.

ADHÉSION À L'ASSOCIATION

Fév. 2006 à

Fév. 2008

Je m'inscris à l'Association Voice Dialogue Sud :

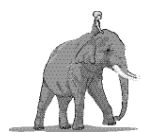
Nom Prénom

Adresse

Profession Tél E-mail

Fait à, le / /

Signature :



Merci de bien vouloir retourner votre inscription au siège de l'association avec un chèque de 22 euros (pour 2 années) à l'ordre de Voice Dialogue Sud

Stage d'été aux Courmettes (06)

Comment vivre le défi du couple ?

Aller au devant de soi-même, ouvrir la porte à l'enfant intérieur, se détacher du contrôleur, remettre en question les voix critiques, s'enraciner dans la puissance de son patriarche, se laisser inspirer par l'homme libre, vivre la réalité d'une énergie.

Puis

découvrir l'autre comme partie ignorée de soi, vivre la réalité du lien, exaltant ou douloureux. Apprendre, comprendre, sentir, ce que nous vivons, ce que vit l'autre, découvrir le Tisseur de rêves, se laisser guider, pour devenir partenaires et aimer sans se perdre

Durant ce stage d'été,

vous serez invités à porter un nouveau regard sur vous-même et votre partenaire. Nous utiliserons le Voice Dialogue, les énergies créatives, les énergie instinctives et les connaissances de la psychologie des subpersonnalités pour construire un espace de créativité au sein du couple.

Inscription : Dès maintenant. Pour ceux qui s'inscriront avant le 10 mars 2006 10% de réduction

Dates : Du lundi 24 juillet 2006, 18h au lundi 31 juillet 2006, 14h.

Prix : 560 euros. Chèque ou virement au nom de l'association Voice Dialogue Sud

Hébergement : Entre 38 et 43 euros par jour selon l'hébergement

choisi (dortoir ou chambre à 2 ou 3 lits). Il est possible de venir avec sa tente et de camper.

Contactez les Courmettes pour réserver votre hébergement.

Adresse : Réserve naturelle des Courmettes 06140 Tourrettes-sur-Loup Tél. : 04.93.24.17.00. Fax : 04.93.59.26.34 site : www.lescourmettes.com

L'adhésion aux Courmettes sera réglée par l'association.

Accès : Itinéraire d'accès : demander un plan aux Courmettes Gare : Cagnes sur Mer. Desserte par cars jusqu'à Vence, puis taxi. Aéroport : Nice

Le groupe est limité à 12 personnes. L'adhésion à l'association est nécessaire pour participer à ce stage.



Psychologie des Subpersonnalités et de l'Ego Conscient

Renseignements et inscriptions : Véronique Brard : 04.93.58.72.08 ou warina@wanadoo.fr

Formation continue DATES ET THÈMES DE L'ANNÉE 2006 / 2007

La formation 2006 / 2007 sera de 14 jours, répartis sur trois jours en octobre et novembre et 4 jours en mars et mai :

- Les 27, 28 et 29 octobre 2006
- Les 1^{er}, 2 et 3 décembre 2006
- Les 29, 30, 31 mars et 1^{er} avril 2007
- Les 17, 18, 19 et 20 mai 2007

Possibilité d'arriver la veille au soir. Les stages commencent à 9h le matin et se terminent à 17h le dimanche soir. Douze heures de séances individuelles avec Véronique Brard sont nécessaires pour s'inscrire à cette formation. Des séances individuelles sont nécessaires entre les modules de formation.

Thèmes abordés

Trois jours d'octobre : Nos protecteurs : les subpersonnalités dominantes qui cherchent à nous protéger.

Trois jours de novembre : la vulnérabilité cachée sous nos parties primaires. Pour pouvoir se séparer de nos parties primaires, il est nécessaire de rencontrer la vulnérabilité qu'elles sont déterminées à protéger.

Quatre jours de mars : Se servir des rêves pour développer un ego conscient des polarités.

Quatre jours de mai : La danse des énergies féminines et des énergies masculines.

Outre la théorie, nous travaillerons la reconnaissance de nos subpersonnalités à un niveau tout à fait pratique, pour avoir ainsi une chance de nous séparer de notre système primaire.

Bien sûr, nous nous servons des rêves, des exercices de facilitation, des exercices énergétiques, du processus de groupe, de la danse et de la créativité tout au long de ce programme.