

Le rêve : un jeu d'enfant

Jean-Charles Crombez

Volume 16, Number 1, Spring 2007

Les hauts lieux et non-lieux du rêve I

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/016174ar>

DOI: <https://doi.org/10.7202/016174ar>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Revue Santé mentale au Québec

ISSN

1192-1412 (print)

1911-4656 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Crombez, J.-C. (2007). Le rêve : un jeu d'enfant. *Filigrane*, 16(1), 15–29.
<https://doi.org/10.7202/016174ar>

Article abstract

La richesse du rêve tient à son contenu, à ses objets ; sa fonction tient à son contenant, à ses assises. Dans un univers psychique pauvre, il ne sera plus que l'ombre de lui-même. Avant l'interprétation qui s'adresse à un contenu et pour qu'elle soit utile, il faut réanimer la vie intérieure de la personne. Prendre le rêve comme un terrain jeu et le rêveur comme un joueur permet de lui redonner sa fonction.

Le rêve : un jeu d'enfant

jean-charles crombez

La richesse du rêve tient à son contenu, à ses objets ; sa fonction tient à son contenant, à ses assises. Dans un univers psychique pauvre, il ne sera plus que l'ombre de lui-même. Avant l'interprétation qui s'adresse à un contenu et pour qu'elle soit utile, il faut réanimer la vie intérieure de la personne. Prendre le rêve comme un terrain jeu et le rêveur comme un joueur permet de lui redonner sa fonction.

Une femme arrive dans le bureau, affolée par un rêve : elle s'est vue embrasser une autre femme ! Aussitôt se pose la question : suis-je une lesbienne ? Elle tente de repousser et de réduire cette pensée, alors que celle-ci resurgit de plus belle, évidemment. Et pourtant, assure-t-elle, elle aime son mari et ses enfants, se passionne pour son métier et entretient des relations sociales satisfaisantes. Parce qu'elle est angoissée, dit-elle, elle n'arrive plus à s'endormir, elle craint de regarder la télévision, elle évite les journaux et les magazines. Ce rêve, elle va le considérer comme tout à fait réel et, à la fois, comme totalement étranger.

Dans la tradition psychanalytique, on fait plus qu'allusion au rêve : il est présenté tantôt comme la pierre angulaire, tantôt comme l'inukshuk de la cure. L'inukshuk¹ parce qu'il est point de repère et signal d'entrée ; il indique qu'il est une autre réalité que celle qui apparaît certaine, évidente et logique, une réalité qui se situe hors de la conscience et de ses modalités. Il indique qu'il y a là quelque chose qui est digne d'intérêt ; il est l'indication d'un autre monde, très intérieur, très personnel et très singulier. La pierre angulaire, parce qu'il cristallise la conception d'un inconscient et son abord par le préconscient. Il se situe entre l'état de veille et l'inconscience du sommeil ; entre les deux, il est état intermédiaire de subconscience.

Le rêve aura pour fonction de permettre les passages et de découvrir les liens entre ces deux mondes. On dira qu'il est une entrée royale dans le monde de l'inconscient, à côté d'autres portes d'entrée que seront les lapsus et actes manqués. On dira qu'il en est le gardien, que le sommeil qui l'entoure le protège et qu'il insuffle la vie consciente.

Le rêve comme sens

Quelques livres sont cités comme phares dans le domaine et l'histoire de la psychanalyse. L'un d'eux émane de Freud (1971), l'autre de Jung (1998), chacun abordant « l'interprétation des rêves ». Ce qui est important, et nous allons

proposer ensuite un autre regard, c'est qu'ils posent le rêve comme un lieu et une source de significations, comme un repère de liens insus. Il est des bateaux de tourisme qui sont munis d'un fond de verre permettant de voir la vie sous-marine sans s'y plonger. Le rêve serait ainsi un écran de projection ; et nous aurions à saisir ce qui s'y projette.

Le problème de son interprétation n'est pas simple car cet écran révélateur est aussi une fenêtre limitée et un miroir déformant. Limitée, car ce qu'on verra dépendra de l'endroit choisi, de l'intensité et de la coloration de la lumière ; certaines espèces, fascinées, y seront attirées, d'autres, craintives, la fuiront. C'est ainsi que ce qui se laissera voir sera fort divers. Et déformant par ce que l'on sait et ce que l'on cherche. Selon les points de vue, selon les grilles, les interprétations sont multiples. Ces interprétations, ce sont les liens que l'on fait entre plusieurs événements éparpillés, à travers plusieurs déploiements conceptuels. Ici, il y aura le père et la mère ; là, il y aura le féminin et le masculin. Ici, il y a Prométhée, et là Œdipe... Et cela ne date pas d'hier : il y avait les points cardinaux avec leurs animaux fétiches, il y avait les cinq éléments essentiels, les sept chakras... D'une part la réalité est pensée en termes de réseau, d'autre part la personne est mieux comprise par la reconnaissance de ces trames de sens.

Maintenant plusieurs questions se posent : ces réseaux de signification sont-ils ceux que l'on découvre ou ceux que l'on construit ? Sont-ils une vérité ou un reflet ? S'ils sont une vérité, qu'advient-il lors de leur découverte ? S'ils sont un reflet, qu'en est-il de leur fonction ? La vérité, c'est que, dans le bateau d'observation et grâce à sa fenêtre sur les profondeurs, le spectacle ne tarit pas : les algues ondulent dans les courants, les coraux chatoient sous la lumière et les poissons défilent tantôt seuls, souvent par bancs. Mais, autant magnifique et aussi mouvant que soit ce spectacle, il est peu de chose : on ne voit pas tout, pas tous les niveaux et pas toutes les anfractuosités. On pourra dire quand même que cela donne une bonne idée de ce monde marin, et le rêve donne ainsi une impression de ce que peut être l'inconscient. Pourtant, ce n'est pas forcément la bonne ; je veux dire qu'il n'y en a peut-être pas de bonne. Aussi, comme dans la caverne de Platon, s'agirait-il d'un reflet qui indique que quelque chose existe mais dont on ne peut savoir exactement la nature ? Au bout du compte, y aurait-il des interprétations multiples de phénomènes complexes ? Alors l'interprétation ne serait pas une mise en conscience et en langage d'une vérité inconsciente, mais plutôt une mise au point relative de certains plans qui, comme une carte routière, contiendrait quelques informations qui ne peuvent se substituer au terrain, mais permettent néanmoins de s'y aventurer.

L'intérêt pour le rêve depuis les temps les plus anciens s'est donc le plus souvent confondu avec celui pour le sens : le rêve comme indicateur de destin, comme porteur de messages, comme indicateur d'avenir et donc, avec la psychanalyse, comme révélateur d'un être profond. Pour faire moderne, on pourrait humoriser qu'il est une sorte de boîte vocale qui recueille, garde et transmet les informations de l'au-delà ou de l'en deçà.

Le rêve comme fait

Sans dénigrer cette fonction herméneutique du rêve, mais en la délaissant un peu, nous allons y chercher un constituant plus implicite. Ce constituant est là sous nos yeux ; il est le terrain de ces sens et le support de ces liens que nous avons rappelés. Nous allons pour cela reprendre le propos à partir d'un autre point de vue en comprenant le rêve comme élément particulier d'un état et d'une dynamique beaucoup plus larges. Cette manière de voir nous a été indiquée par l'exercice de la clinique : la rencontre des gens et l'analyse de ce qui s'était passé avant cette rencontre, de ce qui se passait à partir de cette rencontre, l'un et l'autre éclairant ce qui se passait dans la rencontre elle-même.

Lors de la rencontre thérapeutique avec des personnes et au travers de leur discours, il apparaît parfois en filigrane deux tendances que je vais présenter comme des absolus pour simplifier dans un premier temps l'abord de ces idées. L'une qui amène à prendre tous les mots utilisés et les histoires racontées plus ou moins précisément pour des faits ; l'autre qui amène à considérer les perceptions et les émotions plus ou moins intensément observées comme anormales et étrangères. Entre ces faits et ces perceptions, la correspondance avec le rêve est comprise littéralement et non pas vécue subjectivement.

Ainsi, cette femme, affolée par ce rêve, se pose la question de bon sens : suis-je ce que montre ce rêve, suis-je une lesbienne ? Ce morceau de rêve, d'une part, elle le déclare totalement étranger et, d'autre part, elle le considère comme un fait qu'elle tente dès lors de contourner. Et ce morceau, considéré comme réel, ne s'imbrique pas du tout dans sa réalité. On pourrait dès lors parler d'un familier étranger (Freud, 1971) et se pencher sur son contenu en y cherchant et en y trouvant des significations ; c'est ce qu'on appelle interpréter. Mais il est probable que les interprétations proposées apparaîtront comme tout aussi étrangères sinon sauvages.

Nous disons que si ce rêve est considéré comme non familier et très étrange, c'est qu'il est appréhendé comme un fait, alors qu'il n'est qu'un rêve. Ou plutôt, il n'est pas qu'un rêve, il est un rêve ; et c'est justement en tant que rêve qu'il doit être compris. S'il est pris comme un fait, d'autant plus facilement qu'il est décrit dans les mots de tous les jours, l'interprétation qui s'en suit prend la forme d'une explication, d'une clarification, et ceci le renforce dans son statut de fait pris à la lettre des pulsions ressenties ou des événements évoqués. Du coup, cette brique de réalité, par sa condition de vérité définie et confirmée, ne pourra être imbriquée dans la construction du sujet, sinon avec beaucoup de persuasion de la part de l'intervenant et beaucoup de souffrance du côté de la personne : c'est dur à avaler. Et cette construction obligée aura un air particulièrement baroque, avec ce morceau de plus qui dépasse. Saisir le rêve comme un fait est parfois retrouvé constamment chez certains mais très souvent partiellement ou temporairement chez tous.

Certains livres fourmillent d'interprétations et de décodages de morceaux de rêves auxquels on risque d'adhérer². Beaucoup ont la richesse d'œuvres littéraires

mais, je dirais, n'engagent que leurs auteurs quant à leur contenu. Cependant ils pourraient faire croire que cette méthode d'analyse assurée est la manière la plus juste, sinon la plus vraie, pour tirer le meilleur de cet état. Or le rêve n'a pas pour seule fonction d'être porteur de sens ; et l'étendue de sa valeur pourrait être sous-estimée à n'y faire qu'une lecture de sens. Donc, parce que notre compréhension du rêve pourrait n'être qu'une partie de multiples significations, parce que les images qui le constituent et les mots qui le décrivent participent peut-être d'un autre langage, mais surtout parce que la personne le considère à la fois comme insignifiant et lourd de sens, nous allons plutôt nous intéresser à la structure de la situation plutôt qu'à son contenu. Nous verrons que la question du sens se réintroduira ensuite d'elle-même, mais d'une manière toute différente que par la parole de l'interprétation.

Le rêve comme lieu

Probablement influencé et guidé par les conceptions ayant cours en psychosomatique, nous avons trouvé que cette propension à prendre le rêve comme un fait pouvait se comprendre en laissant apparaître un terme supplémentaire, fondamental mais dissimulé. L'histoire de la psychosomatique a été parsemée de théories variées sur les relations psyché-soma qui ont évolué et se sont enrichies avec le temps. On a pu aujourd'hui en mettre certaines en perspective, en raffiner d'autres. Mais au travers de ces tentatives se sont peu à peu dégagés un concept et une observation majeurs dans ce champ : c'est celui d'un état psychique très particulier totalement différent d'autres, par exemple de ceux de la névrose ou de la psychose. Il se présente comme une dépression essentielle (Marty, 1968), comme une détresse (Selye, 1974), comme le désespoir d'un *giving up-given up syndrom* (Engel *et al.*, 1967). Il s'agit de décrire une carence psychique, une léthargie psychodynamique. Les notions de pensée opératoire (De M'Uzan, Marty, 1963) et d'alexithymie (Sifneos, 1977) sont ainsi des classiques de la psychosomatique. Elles rendent compte de la pauvreté de la vie intérieure, pauvreté d'une pensée réduite à des opérations primaires, pauvreté d'expression d'émotions. Ces carences ont pu être comprises comme des facilitateurs, des accompagnateurs ou des conséquences de maladies somatiques. On les a reliées à des maladies particulières, puis on en a discuté leurs origines génétique ou/et acquise.

Actuellement, on peut extraire ces concepts de leur origine psychosomatique et décrire ces états chez beaucoup d'entre nous à de nombreux moments de l'existence. Il sont un volet présent lors de nombreuses difficultés, de nombreuses pathologies, de nombreuses butées. Ainsi il faut réfléchir l'ensemble de la psyché et de ses aléas à la lumière de cette notion d'effondrement psychique.

Nous introduirons la notion de réalité intérieure pour rendre compte de ce monde de richesse ou de carence. Et nous proposons une polarité simple, simple parce qu'elle s'est révélée compréhensible et utile dans la pratique. Donc, il est deux réalités, une extérieure et une intérieure. Celle extérieure est constituée de faits, de choses et d'événements qui peuvent être décrits, mémorisés et remémorés. Cette réalité se conjugue au général, par entendement et consensus, sinon par

règles. Il en est une autre que nous nommerons intérieure, celle-là, qui est constituée d'images, d'impressions, de pensées, de souvenirs. Cette dernière se conjugue au particulier : elle est personnelle et fluctuante.

On pourrait croire que cette vie intérieure est un donné et un acquis ; il n'en est rien. Le phénomène de raréfaction psychique, de rétrécissement de la réalité intérieure, est beaucoup plus répandu qu'on ne le pense et n'est pas limité à la présence de maladie ou à l'existence de personnalités. Il peut se retrouver dans nombre de circonstances : celles d'événements qui assomment ou de situations qui grugent. Les événements peuvent être perçus comme situés en dedans, comme des maladies, ou venus du dehors, comme de la violence ; les situations peuvent, elles aussi, être internes, comme des conflits, ou externes, comme des harcèlements. Ce sont des états-malades que nous nommons le mal-être.

Au bout du compte, on se retrouve dans ce mal-être, coincé, paralysé, et seul au monde, comme l'on dit. Mais il s'agit ici de la solitude du monde intérieur, celui de l'être, plus que de l'isolement du monde des choses et des êtres. Parce que la personne peut continuer, comme si de rien n'était, ses activités coutumières et ses relations conventionnelles. Dans cet état se remarquent deux phénomènes. Le premier consiste en celui où la personne est réduite au commun : reduplication projective (Marty, de M'Uzan, 1963) disait-on. Mais c'est donner bien du crédit à la personne que de la penser encore capable de projeter quoi que ce soit ! En fait, elle est caméléon, incolore, fade, effacée. Le deuxième phénomène est celui où tout élément émanant d'une réflexion personnelle, et donc particulière, est considéré comme un fait en soi, une chose réelle : si vous imaginez que vous voulez tuer votre enfant, c'est que vous allez le faire ; si vous rêvez que vous êtes une lesbienne, c'est que vous en êtes une ; et, si vous rêvassez de faire l'amour à trois, vous êtes devenu du même coup un personnage immoral. En d'autres termes, toute réalité intérieure est perçue comme signe de pathologie mentale. Et que dire des perceptions physiques ! Dans ce corps somatique désertifié de ses impressions et de ses émotions, toute sensation apparaîtra comme signe de maladie ou, au moins, de dysfonctionnement ; et la personne vit les quelques moments de vie intérieure non pas comme des repères de vitalité mais comme des signes de morbidité.

Ainsi le rêve considéré comme un fait rend compte aussi d'une alexithymie que nous dirons fonctionnelle : il met en évidence la pauvreté d'un espace psychique vivant. Par ailleurs cette personne qui raconte son rêve qu'elle intitule homosexuel démontre en même temps une richesse évidente dans nombre d'aspects de sa vie, capable de nouer des liens et de prendre des responsabilités. Il n'empêche qu'en ce qui concerne le rêve et l'objet rêvé, il y a, sous-jacent à la conception du rêve comme d'un fait et avec toute la peur qui s'en suit, une pauvreté psychique dans ce champ particulier, pauvreté silencieuse sous ce contenu criant. Ainsi les origines de ces manques psychiques considérés plus largement ne tiennent plus seulement aux carences invoquées dans la psychosomatique classique mais plutôt à des interdictions propres aux conflits névrotiques. Il n'empêche que la pauvreté s'y retrouve au bout du compte.

Serait-ce un manque d'espace de rêve qui fait paraître ce dernier comme un fait et non pas comme un rêve ? On en vient à devoir s'intéresser non pas au contenu du rêve mais à sa perception traumatique ; non pas aux paroles, mais au bruit, ou plutôt au cri. Cette personne arrive tout à fait effrayée par l'ampleur de la découverte qu'elle est lesbienne. Comme elle ne l'était pas, elle doit donc être tombée malade ; et, comme cela apparaît étranger, cela doit être une maladie, à traiter. Ou pire, si elle l'est, cela va la rendre folle. Donc elle vient consulter et demande de l'aide pour en guérir. Pourtant, sous l'impression de maladie et de folie se cache un silence : celui de la psyché. C'est cette psyché, cette réalité intérieure, et son absence, que nous allons aborder.

Le manque de rêve

Il est remarquable que nombre de conflits, de handicaps, de symptômes ne trouvent pas de solutions simples et faciles. Les interventions thérapeutiques se multiplient et s'allongent inconsidérément et les personnes tournent en rond autour de leurs problèmes et de leurs élaborations... et autour de leurs thérapeutes ! Les intervenants eux-mêmes multiplient leurs considérations et leurs tentatives ; « cherchez l'erreur ».

La première erreur consiste dans la supposition d'un sujet ; mais il n'y a pas de sujet ou, pour le dire autrement, le seul sujet est celui dont on parle, et non pas celui qui parle. Le sujet n'est pas présent, hors son propos, mais l'intervenant écoute le propos et n'entend pas l'absence. En fait le sujet est réduit à son objet, collé à lui, et il n'est plus que l'objet de sa plainte. On peut appeler cela résistance, bénéfique primaire ou secondaire, répétition ; mais, utiliser ces termes, c'est supposer qu'il y a un sujet qui répète, résiste, cherche des bénéfices. Or, mauvaise nouvelle, il n'y a pas de sujet, il n'y a pas de vie ; il n'y a que de la survie. Il n'y a plus de rêve ou pas vraiment de rêve. Et quand d'aventure il y en a un qui survient, il semble sauvage et fait trauma. Rêve manqué... par rêveur manquant ?

La deuxième erreur réside dans la supposition d'un terrain ; mais il manque un terrain, celui d'une réalité intérieure. Le rêve a toutes les caractéristiques de cette réalité intérieure, et il en fait partie : personnel, on l'a vu, déployant des logiques non linéaires, des réseaux de sens fluctuants, des langages à niveaux multiples. On est plus proche du chaos que de l'ordre, mais un désordre extrêmement intelligent autant par son contenu que dans son parcours. De ce point de vue, on pourrait inverser la place du sens : non pas quelque chose que l'on trouve comme élément d'un ordre caché, mais quelque chose que l'on construit par des mouvements de maîtrise de ce chaos. Ce qui ne veut pas dire que ce sens n'est pas utile, mais qu'il est plus juste que vrai, et qu'il se construit en vagues successives. Et le sens serait ce qui a été déterminé, surdéterminé dit-on aussi, ce qui a été emprunté mais qui peut rendre emprunté. Ce qui a été emprunté du mythe traditionnel, de la norme culturelle, du fantasme familial, du conditionnement éducatif. Et ce qui peut rendre emprunté, aliéné, réduit, soumis ou similaire, similaire à soi-même par le caractère, la redite et la répétition, similaire à l'autre par la mode, la comparaison

et la culpabilité. Et, en fond de cette différence d'impact, la question du terrain : ouvert à un questionnement du sens ou fermé vers un asservissement au sens. « Qui êtes-vous ? » « Suis-je fidèle à moi-même ou conforme aux autres » ? !

Nous nous retrouvons donc devant une masse de douleurs et de conflits et de faits étranges, par somme de tous les événements antérieurs et par manque de capacité d'existence ; somme et manque. Et la somme empêche d'aborder le manque ; et le manque empêche d'aborder la somme. La somme vient cacher le manque et risque de le laisser inaperçu ; et le manque rend toute action sur ce qui arrive impossible, même pas son analyse. Impuissance et incompréhension : « cela me dépasse », dit-on. Quand les traitements ont atteint leurs limites, quand les analyses s'avèrent aussi sophistiquées qu'infructueuses, que fait-on ? Y a t-il encore quelque chose à faire ou, plutôt, y a t-il quelque chose à laisser faire ?

Dans certaines techniques, il est question de redressement ; il s'agit de corriger des pensées considérées comme impropres pour en faire des cognitions adaptées. Ce n'est certainement pas cela que soutient la psychanalyse. Dans certaines méthodes, il s'agit de trouver du sens, de faire des liens, de découvrir des symboles ; on y reconnaît les psychanalyses dans leurs diverses formes, parfois sans divan. Mais il est des circonstances où les actions ou les compréhensions sont impuissantes : la personne échappe aux normalisations et aux interprétations. Elle est trop consciente d'elle-même pour accepter une réduction de la pensée à quelques suggestions qui lui sont offertes et elle est trop peu consciente d'autre chose pour se servir des interprétations qui lui sont proposées. Il faut d'abord réouvrir (ou ouvrir) une zone psychique, une zone de liberté psychique.

Alors on regarde ce qui nous entoure, et l'on voit un enfant jouer dans son carré de sable, innocemment. Ah, ces enfants ! Comme ils savent se distraire ! Se distraire ? En y regardant de plus près, on s'aperçoit que ce qui s'y passe, dans ce petit carré, dans ce grand terrain, n'est pas si innocent. A travers les blocs et les personnages, on voit s'y profiler toutes les histoires humaines et toute son histoire personnelle. Et cet enfant n'est pas incité, observé ou interprété par quiconque ; il joue de lui-même, il joue avec lui-même, il joue lui-même. On pourrait dire qu'il est seul, mais en fait il n'est déjà plus seul : il joue avec le monde. Les objets qu'il utilise n'ont pas valeur de choses : ce n'est pas le morceau de bois, c'est tout autre chose ; et ce n'est pas la voiture, c'est tout autre chose. Des formes non définies visiblement lui apparaissent très clairement au-dedans de lui ; et les formes reconnaissables n'ont guère de rapport avec ce qu'il en vit. On a tout faux quand on y voit une reproduction de la réalité connue. Et lorsqu'il tue, il ne tue pas ; mais il tue aussi, mais pas ce que l'on pense, et comme on le pense. Et quand il embrasse, il n'embrasse pas, mais il embrasse beaucoup plus. Il y a un joueur, il y a des jouets et il y a un jeu. Il y aura aussi des scénarios ; et c'est alors seulement qu'il sera temps de comprendre et de saisir les drames racontés et les sens inclus.

Le rêve en jeu

Il y a donc un sujet absent et un terrain absent. L'approche sera alors totalement différente de ce que l'on comprend des traitements et des thérapies, bien que ceux-là et celles-ci puissent en intégrer implicitement certains aspects. Il s'agira d'ouvrir un lieu intérieur, de développer une réalité intérieure, et le modèle en sera le jeu, celui de cet enfant. Et l'on parle ici davantage de celui qu'il se permet dans son carré de sable que de celui auquel il s'adonnera sur des terrains de sport ou avec des consoles.

D'une part, le jeu ouvre et démontre une autre réalité que celle commune : le bac à sable est un lieu de rêve, les jouets utilisés sont des objets de rêve ; et les jeux, tous ces mouvements et ces interactions, sont des mouvements de rêve. On dit parfois du rêve qu'il est comme une courtepoinette, qu'il choisit parmi les morceaux qui traînent dans les mémoires certains des objets et qu'il les joint pour construire une certaine forme. Par ces jonctions, donc par ces liens et ces formes, il prête à sens. Cependant tous les éléments de cette forme ont moins d'importance que leur agencement et moins de signification que leurs attributs. Chacun d'entre eux ne peut être pris au pied de la lettre, comme chaque carré de la courtepoinette ne prend sa pleine valeur que par sa position dans l'ensemble et par l'ensemble.

D'autre part, il y a un autre aspect moins évident : c'est que le jeu met en route des processus beaucoup plus globaux, complexes et inconscients qu'il n'y paraît (Crombez, 2006). Le jeu est un catalyseur de phénomènes beaucoup plus larges et profonds que les manipulations simples et limitées qui le caractérisent. Son utilisation dans le cadre de la psychiatrie de l'enfant (Axline, 1969), sa conceptualisation dans la théorie de l'espace transitionnel (Winnicott, 1975) lui donnent des lettres de créance. Il ne reste plus qu'à le comprendre comme un dispositif extrêmement utile et pertinent dans le parcours des adultes. Et il n'est pas besoin pour cela de retourner en enfance ; il s'agit d'être soi-même un terrain de jeu, un carré de sable. Ce sera un jeu intérieur mais l'inspiration et les règles y seront similaires. Le jeu sera une porte d'entrée aux psychismes transis.

Revenons à cette femme angoissée par son rêve. Je lui raconte ce qu'il en est des deux réalités : qu'une est d'action et l'autre de réflexion, une façon de lui expliquer ces réalités extérieure et intérieure. *Que la première est faite d'ordre, et la deuxième de chaos ; que les deux sont importantes, et qu'il importe de s'y sentir à l'aise. Les événements qui se passent dans la réflexion empruntent au langage usuel les mots, images et sensations habituelles et, dans l'état de rêve, tous ces éléments sont repris dans une logique autre que linéaire, rien n'est à prendre au pied de la lettre rien n'a de valeur explicative, tout est dans le processus induit et non dans le scénario déroulé. Je lui raconte également que toute la réalité intérieure est un vaste rêve, pas seulement nos rêveries, mais aussi nos émotions, nos sensations, nos idées, nos fantasmes et nos espoirs. C'est-à-dire que la réalité intérieure peut avoir le statut d'un rêve, quand on le désire et quand on veut s'en servir. Il n'y a alors plus de hiérarchie, plus de jugements, pas plus que de contradictions, d'oppositions ou d'exclusions. Tout est alors valable, même les*

incompréhensions, les illogismes et les absences. Tout peut être présent, et on peut être présent à tout, comme cela advient, sans même chercher ce qui pourrait être caché ou ce qu'on pourrait penser caché. Et avec tout cela, avec n'importe quoi de cela, on pourra jouer : transformer, questionner, désirer, admettre et permettre ce qui se passe. Et le tout, ou presque tout, échappera à la conscience ; mais on s'étonnera des résultats qui adviendront, étonnement perplexe de ce qui a pu être obtenu sans le secours de la volonté ou de la compréhension. Des processus profonds ont été animés, des effets perçus et des résultats aperçus.

Elle reviendra non angoissée la fois suivante : elle a étudié et réfléchi. Elle a pu distinguer les deux réalités en leur donnant leurs qualités et leurs pouvoirs respectifs. Elle a pu travailler avec ce qui y advenait sans en être submergée. Elle dort à nouveau et a pu noter que c'est la peur de rêver qui l'en empêchait, et la peur de réfléchir qui l'éloignait des films et des romans. Elle considère maintenant les rêves comme du matériel de travail ; et qu'avec ce matériel, on peut jouer. Il s'agit de le reconnaître dans le désordre et d'en laisser advenir les effets, sans nécessité de juger à tout bout de champ, de diriger à tout crin ou de comprendre à tout prix. *Il est arrivé des choses dans le carré de sable auxquelles je ne m'attendais pas.*

Et, dans cette atmosphère de libertés et dans ce champ de possibles, la voilà qui, sans aucune obligation d'interprétation, se met à trouver des liens : l'égalité entre les femmes et les hommes et sa confiance en elle, les iniquités salariales, la peur du jugement des autres et son désir d'ouvrir des portes, ses grands-parents qui furent déçus que sa mère ne soit pas un garçon, son père qui fut, lui aussi, dépité de voir arriver cette deuxième fille, son propre désir de perfection d'avoir une fille et un garçon, des douleurs cervicales apparaissant lors de ce cheminement du mental aux émotions, son amitié ancienne avec une fille qui lui avait attiré le qualificatif de lesbienne, le mot qui évoque « les-biens » et l'indication de laisser le bien se manifester en vivant ses émotions, son passage du premier chakra de l'existence à la sexualité du deuxième, et la valeur de passer à l'action plutôt que d'être confinée à regarder,... et la force,... et la liberté. *Donc lesbienne n'est pas arrivé pour rien*, ajoute t-elle, souriante.

Des souvenirs fusent, des comportements sont compris, des certitudes remises en cause ; avec le plaisir de remettre en jeu l'ordre des choses pour une existence plus large et plus profonde. On pourrait se pencher sur tous ces éléments qui jaillissent, on pourrait les décoder de différentes manières selon nos différentes grilles de lecture. Mais les niveaux de lecture sont justement multiples, comme il peut exister plusieurs cartes pour mettre en valeur certaines caractéristiques du même terrain ; et comme il existe plusieurs projections du monde terrestre, jamais tout à fait vraies, jamais tout à fait fausses, et toujours assez utiles. Nous en retiendrons plutôt un dispositif simple, une mise en jeu de ce qui pose problème, une sensation de bien-être sans le secours de normalisations et de pensées positives, la survenue d'effets multiples et des résultats inattendus. Et, imbriqués dans tout cela, de multiples sens qui apparaissent avec le courant et sont transportés par lui, comme la crue d'une rivière qui en charrie les sédiments et les précipités.

Également, ajoutera-t-elle, *un nœud, qui s'est transmis de génération en génération, se défait et en libérera la génération suivante* : un travail personnel a toujours valeur collective.

La réalité en jeu

D'autres personnes ne rapportent pas de rêves, même pas comme des faits, car elles ne rêvent pas : elles n'amènent que des faits. Elles viennent avec des malaises comme des choses à extraire. Elles amènent donc une douleur ou un conflit inextricables : des nœuds, gordiens rappelle-t-on. Elles les rapportent en s'y rapportant : je suis ce diagnostic, je suis ce problème. Elles les rapportent pour se rapporter, comme on se rapporte au dirigeant de service : je suis untel, à vos ordres. Et l'autre de répondre parfois : c'est bien, donc vous allez suivre mes prescriptions et mes ordonnances, je tiens à votre « compliance ». C'est pour votre bien que je vous l'impose ; ainsi, vous pourrez guérir : la soumission ! Et, si vous ne les suivez pas, je ne vous verrai plus ; ainsi vous ne guérirez pas : l'exil !

Et la personne est là, devant moi, avec sa plainte ou son conflit, sa douleur physique ou morale. Mais, sous cette douleur, une non-existence. Et, dans cette non-existence, un accrochage aux vérités inscrites : je suis dépressive, je suis cancéreuse, je suis victime, ou bien je suis anxieuse, je suis diabétique, je suis caractérielle. Et, peu après : *pouvez-vous me traiter ?* ou : *je ne veux pas de vos trucs !* Mais, au-delà de ces distinctions, cela revient au même, car cela veut dire : *je n'ai aucun savoir et aucun pouvoir*. Et, en deçà de cette incompréhension et de cette impuissance : *je n'existe pas*, soit par carence, soit par interdiction, soit par habitude ; et les trois se nourrissent l'un l'autre. La plainte, celle qui est le dernier morceau de vie, celle qui sert de sauf-conduit à la rencontre, la plainte qui est le versant sensible, encore exprimable, de la souffrance intérieure, toujours silencieuse, va devenir, au sein de la rencontre qu'elle permet, le moyen de revenir à la source, le début du fil inducteur.

Qu'est-ce qui vous amène ici ? je demande à cette femme assise devant moi à l'urgence hospitalière, un samedi matin, elle qui est arrivée tard dans la nuit, les bras tailladés par les coupures qu'elle s'est infligées. Là, avec ses deux bras dans les plâtres, elle se demande bien quel énergumène lui pose une question dont la réponse est tout à fait évidente : elle est suicidaire, elle s'automutile habituellement, elle est d'évidence un cas grave, avec ses deux bras bandés presque jusqu'au cou. Elle se met à m'expliquer de long en large les événements qui l'ont amenée là et précisément les gestes de taillade qu'elle s'est infligée. Et pourtant, après ces explications d'usage auxquelles elle recourt généralement en présence d'un intervenant, explications que j'écoute avec une attention qui se rapproche plus de la présence attentionnée que d'une concentration appliquée, je lui demande à nouveau : *oui, d'accord, mais qu'est-ce qui vous amène ici ?*

Un peu déconcertée que je ne m'intéresse guère aux détails, elle me montre de la tête, puisqu'elle ne peut utiliser son doigt, la pile de dossiers qui a été placée sur mon bureau : *Ce sont mes dossiers, et vous avez dû remarquer que j'y suis connue*

comme schizophrène avec des bouffées de psychoses, des troubles de l'humeur et, plus récemment, un trouble de personnalité. D'ailleurs, on m'a prescrit des médications en conséquence : des antidépresseurs, des anxiolytiques, des anti-psychotiques et des somnifères. Cela n'a rien changé ; de toute façon, je ne les prends pas ! Voilà, tout est dit et explicable. Les choses sont claires : c'est une grande malade qui ne sait plus quoi faire et dont on ne sait plus quoi faire.

Et, contre toute attente, je reviens avec ma question : *D'accord je comprends, mais qu'est-ce qui vous amène ici ?* Et là, elle est franchement désarçonnée. Habituellement tous ces symptômes et ces diagnostics suffisent à enclencher un certain nombre de gestes qu'elle connaît bien, même si elle n'est pas toujours d'accord avec leurs manières brutes et leurs effets secondaires. Elle se rend tout à coup compte que ma question ne s'adresse pas du tout aux circonstances mais à l'existence, pas du tout aux faits et aux notes, mais à ce qui est en elle.

Et alors, après avoir vacillé, elle laisse la réalité extérieure que sont les interventions et les diagnostics pour entrer dans une réalité intérieure beaucoup moins évidente et pas du tout programmée. Elle entre dans son espace de rêve : *c'est que j'ai une boule dans le ventre*. Je ne pense même pas que le mal de ventre en question était présent deux minutes avant puisque le champ était alors tout envahi par les maladies et les comportements. Je pense que le mal de ventre vient d'être perçu et je remarque qu'il est perçu comme une boule : son alexithymie vient de diminuer. Au moins une sensation perçue, au moins un objet existant, au moins un jouet possible. Ce mal ressenti, en créant un objet, la boule, crée à la fois un joueur, la personne qui en est témoin, et un terrain de jeu, parcelle d'espace intérieur. En prenant le mal non pas objectivement, au pied de la lettre, mais subjectivement, au centre de la personne, nous venons d'entrer dans une réalité intérieure. Et, en entrant dans le monde intérieur, se met en place un espace de rêve. *Depuis quand avez-vous ce mal ?* Il m'est assez indifférent qu'elle me réponde telle ou telle date. Ce qui m'importe, c'est qu'un autre objet se constitue, que d'autres objets intérieurs apparaissent. Et vrai ou faux n'a pas tellement d'importance ; le principal est de permettre et d'habiter cette réalité intérieure naissante. D'ailleurs, un de mes patrons avait coutume de dire que les malades mentaux sont ceux qui ont perdu leur histoire. Elle me répond : *Depuis 43 ans* ; elle en a à peu près 52. La vie intérieure vient de s'élargir.

À ce moment, peut-être par réflexe propre aux psychothérapeutes, ou serait-ce par intuition, je lui demande ce qui lui est arrivé il y a 42 ans. Et, de façon pas du tout réactive, plutôt comme d'une intelligence profonde, et à son propre étonnement, elle déclare : *cela, je ne veux pas le dire* ; elle aurait pu ajouter : *c'est personnel* ! Sa réponse me rappelle que le malade mental est celui dont la vie n'est plus personnelle puisqu'il ne peut s'empêcher de tout dire ce qui lui passe par la tête, ce qui lui vaut d'être traité de fou, ou d'être enfermé s'il est déclaré fou furieux. Et c'est aussi celui dont la vie n'est plus personnelle puisqu'il se doit de tout dire ce qui lui passe par la tête, sous peine de se faire signaler qu'il résiste, de ne rien cacher sous peine de voir s'écrire qu'il nie telle ou telle pensée, qu'il nie tel ou tel

symptôme. Je lui fais remarquer que je suis tout à fait d'accord ; et ce n'est pas pour aller dans le sens du symptôme, autre invention visant à garder le pouvoir dans la relation de confiance ! En fait, elle est devenue davantage une personne avec une plage de réalité intérieure, ces deux-trois morceaux de vie intérieure et un joueur qui choisit les jouets avec lesquels il va jouer : celui-là oui, celui-là non.

Alors il est temps d'enclencher le jeu, puisque tout le dispositif est en place. *Vous savez, sur vos comportements et vos symptômes, on ne peut pas faire grand chose, sinon les amoindrir par les médications et les contrôler par les hospitalisations, ce qui vous amoindrit par le fait même. Vous savez, sur vos diagnostics, votre passé de malade et les dossiers qui en sont la mémoire et la preuve, on ne peut pas faire grand chose non plus. Mais sur votre boule, là, on peut faire quelque chose. Ce ne sont pas les pilules qui vont en venir à bout ; d'ailleurs vous le soupçonnez bien puisqu'elles ne vous font rien et que vous ne les prenez pas. Avec cette boule au ventre, on peut travailler, car on va pouvoir jouer avec elle ; pas jouer avec vous, au sens de nous jouer de vous, mais jouer avec vous, au sens de jouer ensemble avec ce mal qui vous habite. On peut commencer maintenant et vous pourrez continuer durant votre séjour à l'urgence.*

Et elle me répond : *Comment fait-on ? Nous sommes au cœur du sujet.*

Le jeu de rêve

Le rêve est bien plus qu'un phénomène enchâssé dans le sommeil : il est une manière de travailler intérieurement. Il fournit des indications sur le fonctionnement du monde intérieur et non pas seulement par les significations qu'il transporte. Il indique comment aborder ce que l'on affirme comme réel. Il montre le dispositif et les moyens qui permettent les processus de changement. Il donne le ton sur ce qui se passe dans la rencontre psychanalytique. Il y a le rêveur, les éléments du rêve et le champ du rêve. Il ne lui manque que la conscience, et l'enfant nous indique comment faire pour mettre le rêve en conscience sans en perdre l'intelligence : par le jeu. Il ne lui manque plus alors que la parole, selon l'expression, et rien de plus simple alors que de s'en rendre compte, comme un témoin, et d'en rendre compte, dans un dialogue. Il s'agit de mettre en jeu (Crombez, 2003).

La première composante du jeu de rêve est que toute chose présente n'a aucun rapport logique avec les normes de la réalité extérieure ; elle est un jouet possible, pas une vérité certaine. On ne joue pas pour vrai ; la voiture ne fait pas vroom-vroom ; c'est nous qui faisons vroom-vroom en la faisant rouler. La mort n'est pas exactement la mort, et le cancer ne sera pas exactement un cancer, et la mère pas forcément la mère. Il n'y a pas obligation de vérité ; toute ressemblance avec un personnage existant sera pure coïncidence. Quand le cigare est soumis à une obligation d'interprétation, il est urgent de rappeler qu'un cigare est aussi un cigare ; mais si un cigare est un jouet de travail, il n'importe plus qu'il ait ou non un sens, puisqu'il peut prendre tous les sens, je veux dire qu'il peut mener dans toutes les directions.

La deuxième composante de ce jeu consiste en ce que tout est valable. Il n'est plus là de hiérarchies, d'exclusion de contradictions, de neutralisation d'oppositions, de nécessité de symétrie, de complémentarité ou de parachèvement. Tout est valable, et son contraire ; tout est valable, même les insignifiances, même les lacunes. Et n'est-ce pas une de ces lacunes que laisse indiquer le concept de castration ?

La troisième composante, elle, veut que l'on soit témoin de ce qui est conscient. Témoin curieux, émerveillé parfois, attentif souvent, avec une grande bienveillance et une sorte de sagesse. Tout est étonnant — et c'est là une des forces de la psychanalyse : le symptôme apparu, le rêve survenu, le lapsus surgissant, l'infection qui se manifeste, l'émotion se présentant, la voix entendue, l'objet aperçu, le mouvement esquissé,... Un regard d'enfant posé sur notre monde. Comme le faisait remarquer une personne qui cheminait en ma présence : *vous, quoiqu'on dise, vous semblez toujours étonné !*

Dans cette position de témoin attentif aux objets intérieurs mouvants, on pourrait penser que l'objet d'attention est ce qui a de l'importance ; c'est d'ailleurs généralement sur lui que se porte l'attention et c'est généralement à partir de lui que commence l'analyse du matériel. Ce n'est pas tout à fait faux, mais ce n'est pas totalement vrai : c'est que cette attention est elle-même facteur de changement, nonobstant ce qu'on fait de l'objet ou ce que l'on en comprend. Car lorsqu'on veut trop le modifier, comme dans certaines dérives de thérapies cognitives, ou trop le comprendre, comme dans certaines dérives de thérapies psychanalytiques, on perd alors tout le bénéfique de ce mouvement intérieur extrêmement intelligent qui existe en deçà de toute conscience. La situation devient ardue, la relation difficile, et la thérapie interminable.

Alors, on joue ? *Au fait, vous avez dit lesbienne, vous y avez rêvé. Vous savez, lesbienne en rêve, c'est différent de lesbienne en fait ; en langage de rêve, c'est une façon de parler, c'est un mode d'expression.* Il faut bien que le rêve utilise un certain langage pour se faire comprendre, alors il prend les mots de tous les jours, les souvenirs d'hier et les pensées du futur, et il compose une poésie pour laisser passer le souffle, le mouvement, la vie en somme. *Au fait, vous avez dit boule dans le ventre. Vous savez, une boule dans le corps, ce n'est pas seulement une maladie ; en langage de corps, c'est une façon de parler.* Il faut bien que le corps utilise un certain langage pour se faire comprendre, alors il prend les maux de tous les jours, les traumatismes d'hier et les mouvements vers l'espoir. Du coup, lesbienne ou boule, cela devient intéressant, intrigant peut-être, mais intéressant.

Il n'est pas nécessaire de savoir d'où cela provient ou de savoir où cela mène, et ce n'est pas parce qu'on le rêve ou qu'on le sent qu'on l'a été, qu'on l'est ou qu'on va le devenir. C'est certainement en rapport avec quelque chose de nous, car tout est en relation ; mais on ne sait pas ce à quoi cela fait allusion. Ce dont on est certain, c'est qu'il n'y a là aucun rapport linéaire, aucune causalité univoque ; ce dont on est certain, c'est qu'il s'agit d'un morceau de conscience sur une mer d'inconscient. Il est donc possible de continuer à le sentir, à le rêver et à le jouer.

Le fait de jouer simplement avec la conscience permet et soutient le mouvement complexe de l'inconscience.

Vous êtes votre propre carré de sable, votre propre terrain de jeu, et vous êtes votre propre joueur. Et vous pouvez jouer avec tout ce qui est en conscience, dont les rêves, les mots et les maux. Inutile de chercher autre chose que ce qui est là, devant soi ; c'est le jeu qui va rejoindre le reste, qui va faire le reste, le faire mouvoir de toute façon et le faire apparaître parfois. Le jeu n'est qu'activité de surface, simple sinon facile ; l'essentiel se fera en deçà, à l'insu du bon vouloir. L'essentiel est invisible aux yeux (Saint-Exupéry, 1959). Mais le jeu est essentiel pour mouvoir l'essentiel, cet essentiel qui échappe à la logique, la volonté et l'effort.

Le problème iatrogénique de la recherche de sens dans les rêves ou les plaintes consiste à s'attacher à croire en une vérité, de s'astreindre à la trouver et de penser l'avoir découverte. Peut-être pourrait-on paraphraser la formule selon laquelle le but, c'est la voie, en proposant que le sens qu'on trouve, c'est celui qu'on donne. J'espère que le plaisir que trouvent les thérapeutes à jouer avec les sens dans leurs séminaires inspire aussi leurs clients dans les séances de thérapie. Le jeu avec les sens devient l'une des composantes de ce jeu qui inclut tous les objets présents : perceptions diverses, impressions variées, émotions multiples, pensées désordonnées et fragments de souvenirs...

Et tout est jouable, même les événements les plus graves, même les questions les plus sérieuses. Il n'est rien d'assez sérieux pour ne point être objet de jeu ; et cela ne signifie aucunement que ce avec quoi on joue n'est pas sérieux. On disait que ce n'est pas parce que l'on rit que c'est drôle ; je dirais que ce n'est pas parce que l'on joue que ce n'est pas sérieux. Rien ne devrait faire penser que les jeux des enfants ne sont pas sérieux, même s'ils semblent anodins. C'est justement cette manière anodine qui en fait l'intelligence extrême.

Alors le jeu peut commencer. Le jeu est un rêve d'adulte et le rêve est un jeu d'enfant.

jean-charles crombez
344, avenue berwick
mont-royal
qc h3r 1z6

jean.charles.crombez@umontreal.ca

Notes

1. Inukshuk est un mot qui signifie « celui qui ressemble à un homme ou qui sert d'homme ». Les Inuits pouvaient servir de point de repère.
2. « Plus généralement, il est tout à fait stupide de croire qu'il existe des guides préfabriqués et systématiques pour interpréter les rêves, comme si l'on pouvait acheter tout simplement un ouvrage à consulter et y trouver la traduction d'un symbole donné. Aucun symbole apparaissant dans un rêve ne peut être abstrait de l'esprit individuel que le rêve, et il n'y a pas d'interprétation déterminée et directe des rêves ». Carl G. Jung, 1964, *L'homme et ses symboles*, Paris, Robert Laffont.

Références

- Axline, Virginia M., 1969, *Play Therapy*, New York, Ballantine Books.
- Crombez, Jean-Charles, 2003, *La méthode en Echo, une traversée vers l'implicite*, Québec, M.N.H. Publications.
- Crombez, Jean-Charles, 2006, *La personne en Echo, cheminer dans la guérison*, Montréal, Éditions de l'Homme.
- De M'Uzan, Michel, Marty, Pierre, 1963, La pensée opératoire, *Rev. Fr. Psych.*, vol. 27.
- Engel G. L., Schmale Jr., A.H., 1967, Psychoanalytic Theory of Somatic Disorder, *J. Amer. Psychoanal. Assoc.*, vol. 15 : 2, avril.
- Freud, Sigmund, 1971, *L'interprétation des rêves*, Paris, P.U.F.
- Freud, Sigmund, 1971, *L'inquiétante étrangeté (Das Unheimliche), Essais de psychanalyse appliquée*, Paris, Gallimard, coll. Idées, nrf, n° 243.
- Jung, Carl G., 1998, *Sur l'interprétation des rêves*, Albin Michel.
- Marty, Pierre, 1968, La dépression essentielle, *Rev. Fr. Psych.*, vol. 32.
- Saint-Exupéry, Antoine de, 1959, Le petit prince, in *Œuvres*, Gallimard, Bibliothèque de la Pléiade.
- Selye, H., 1974, *Stress sans détresse*, Montréal, Éd. La Presse.
- Sifneos P.E., Appel-Savitz R., Frankel, F.H., 1977, The Phenomenon of alexithymia, *Psychother. Psychosom*, vol. 28.
- Winnicott D.W., 1975, *Jeu et réalité, l'espace potentiel*, Paris, Ed. Gallimard, coll. Folio essais.