



# LE RÊVE : UN MÉDIATEUR SUR LE CHEMIN DE L'INDIVIDUATION

(texte de **MARIE-CHRISTINE CORNET**)

**Q**u'est-ce que l'individuation? C'est cette poussée de l'être vers la réalisation de sa totalité, de son unicité, c'est le travail de maturation de la psyché. Ce processus se vit au travers de nombreuses transformations alchimiques dans lesquelles la masse psychique plus ou moins chaotique, obscure, lourde, va subir diverses opérations pour s'alléger, s'élucider, se différencier.

Le parcours est jalonné de morts-renaissances, d'élagage continu où le passé meurt à lui-même pour laisser place à l'éclosion des possibles du présent. Parcours initiatique car qui cherche son vrai visage doit éprouver en lui-même le combat mythologique et bien réel de l'ombre et de l'incandescence. Le moi de la conscience se trouve projeté dans un face à face tumultueux avec les forces duelles de l'inconscient. C'est de cette collision qu'émergera une nouvelle cohérence, *alba* que les alchimistes nommaient l'*albedo*, le passage au blanc.

Dans cette quête du sens, dans ce périple vers le centre, les rêves deviennent de précieux alliés. Les messagers de tout ce qui cherche à s'exprimer dans toutes les dimensions de notre être, du plus biologique au plus spirituel. C'est précisément cet aspect multidimensionnel du rêve qui lui confère cette fonction d'unification.

Le processus d'individuation ne requiert pas seulement un travail mental et spirituel.

C'est tout notre être qui est en jeu, qui est engagé dans cette grande aventure de métamorphose ; et notre être c'est d'abord notre corps avec ses turbulences, ses dynamismes pulsionnels, ses désordres, ses principes régulateurs, son savoir particulier.

C'est dans ce corps que se vit la *metanoïa* ; et donc tout de ce corps y participe. Ce pourquoi du cœur de la nuit affluent ces rêves qui nous parlent de l'histoire de notre chair, de ses multiples tribulations, de ses appels réitérés à une remise en vie ou en équilibre. Ses blessures, peurs, émois peuplent nos rêves d'images parlantes : nos instincts blessés prennent parfois la forme de *chat torturé*, *d'éléphant affamé*, de *poisson agonisant*, de *pied meurtri*... Par ces images, qui vont venir percuter la conscience, se mettent en mouvement dans la psyché de nouveaux dynamismes régulateurs.

Des métabolismes s'opèrent par la rencontre entre les forces actives de notre inconscient et la force

intégratrice de notre moi. Et ceci au niveau instinctuel, psychique, affectif, par une remise en scène, au fil des nuits, de nos conflits propres, de nos émotions secrètes ; et ce qui se noue dans la réactivation du douloureux n'est que le premier temps du dénouement.

C'est un appel au regard. Et c'est ce regard, cette confrontation avec nos paysages internes qui va annoncer les processus de digestion psychique.

Les rêves, bien que forces nocturnes, agissent comme un réveil puissant - réveil de nos mémoires archaïques ou récentes, de nos noeuds, nos crispations, nos vides des voies sans issue - mais pour nous porter doucement vers un flux de vie plus libre, plus ouvert aux rythmes qui sont les nôtres. Car en nous montrant nos limites dans l'*ici* et le *maintenant*, ils nous proposent aussi par certaines images, de nouveaux territoires à investir. *Territoires* de vie, les rêves phénomènes de nature sont au service de la vie. Une intentionnalité profonde, obscure, les anime : celle du *renouveau*. Mais cette intentionnalité fait écho à celle qui en nous a décidé de cheminer vers plus d'être.

Et c'est à cette frontière du *renouveau* que les *grands rêves* apparaissent. Ces figures oniriques d'*enfant rayonnant*, d'*arbre de vie*, de *faucon solaire* et bien d'autres, surgissent de la *matrice* archétypique pour manifester cette *alliance* retrouvée avec les forces *sources de vie*.

L'axe et l'unicité sont rétablis. Dans sa trajectoire ultime, le rêve est le lien retrouvé avec notre *divinité* intérieure, la victoire d'Éros sur Thanatos.

Après nous avoir fait traverser nos enfers et nos déserts vers toujours plus d'intégration, il nous mène à l'*aube*, au *soleil* de ce qui fait sens, de ce qui a du cœur, aux conjonctions numineuses.

Par le rêve l'homme s'éveille à son *intensité sacrée* et pénètre dans l'*immensité* de son *territoire de vie*. En cette fin de XX<sup>e</sup> siècle, et dans ce monde de plus en plus désacralisé ne serait-il pas l'un des accès à notre part d'*infini* ?

---

**M.C CORNET** Française Psycho-relaxologue d'orientation jungienne; depuis plusieurs années, elle se consacre à l'étude de la symbolique des différentes cultures et civilisations.