



## **INSTITUT D'ETUDES POLITIQUES DE STRASBOURG**

**Université de Strasbourg**

### **L'interprétation des rêves sur les groupes Facebook : une pratique collective du développement personnel**

**Clara Bertrand- -Del Piero**

**Mémoire de 4<sup>ème</sup> année, filière « Politiques et Sociétés »**

**Sous la direction de M. Jean-Philippe Heurtin**

**Année 2018-2019**

" L'Université de Strasbourg n'entend donner aucune approbation ou improbation aux opinions émises dans ce mémoire. Ces opinions doivent être considérées comme propres à leur auteur[e] ".

## Remerciements

Le rêve a envahi mes journées et le mémoire mes nuits. Si j'espère désormais dormir sans que mes songes ne se résument à des réorganisations de plan, mon sommeil aurait été plus troublé encore sans l'aide précieuse de quelques personnes.

Je tiens à remercier tous les rêveurs qui ont répondu au questionnaire, et tout spécialement ceux ayant donné de leur temps pour les entretiens. J'ai beaucoup appris, et j'ose espérer que ces conversations ont été tout aussi plaisantes pour eux que pour moi.

Je souhaite également remercier mon directeur de mémoire Jean-Philippe Heurtin, pour son enthousiasme devant mon choix de sujet. Sans sa disponibilité et ses conseils de lecture avisés, je serais sans doute encore perplexe devant le matériel amassé.

La rédaction aurait été bien plus triste sans mon compagnon de BNU Loïs et ma chère colocataire Pauline. Que soient remerciés ses tomates farcies et son *Karma Kombucha*.

Un immense merci à Tony, pour les interminables discussions sur les rêves et les conseils toujours malins, sans lesquels j'aurais sans doute perdu le nord ou la raison.

Enfin, je remercie sincèrement mes parents et ma petite sœur Elisa, pour leur soutien sans faille tout au long de ce travail, et tous les jours en général.

## Abstract

Le développement personnel répond à une quête de sens et se compose d'une grande variété de techniques de travail sur soi. Parmi celles-ci peut être placée l'interprétation des rêves. Les groupes Facebook en font une pratique collective, visant à mettre en œuvre un projet de sociabilité. Ce mémoire interroge les conditions de réalisation d'un tel projet, considérant le degré d'intimité du rêve, le fondement individualiste du développement personnel et la virtualité de l'espace social. Il ressort de l'enquête sur trois de ces groupes Facebook que le projet de sociabilité ne parvient pas à être mis en œuvre de manière à répondre aux espérances des membres. Les rêveurs tirent individuellement une plus-value de la pratique collective de l'interprétation des rêves, résidant en la délégation d'une part du travail d'accomplissement personnel à l'interprète, et par la possibilité de voir mysticisée leur existence propre. Seule l'orientation des groupes Facebook vers la spiritualité permet toutefois aux membres de construire, dans un espace exempté de jugement, une vision partagée de la vie et de donner un sens à celle-ci.

*Mots-clés : développement personnel, interprétation des rêves, projet de sociabilité*

## Abstract

Personal development is a quest for meaning and consists of a wide variety of self-instructional techniques. Among these can be placed dream interpretation. Facebook groups make it a collective practice aimed at achieving a sociability project. This paper questions the conditions of implementation of this project, considering the degree of intimacy of the dream, the individualistic basis of personal development and the social space's virtuality. It appears from the survey on three of these Facebook groups that the sociability project fails to be implemented in a way that fully meets the expectations of their members. The dreamers individually get an added value from this collective practice, seeing the delegation of the work of personal fulfillment to the interpreter, and the possibility of having one's own existence mysticalized. The orientation of Facebook groups towards spirituality is the only way for dreamers to construct, in a non-judgmental space, a shared vision of the meaning of life.

*Keywords : personal development, dream interpretation, sociability project*

## Sommaire

Introduction.....	6
I. Un lieu de sociabilisation pour des individus aux intérêts partagés.....	31
A. Profil des participants.....	31
B. Un intérêt pour le développement personnel au-delà de la culture psychologique	40
II. Une ressource commune dans l'interprétation des rêves.....	56
A. Un esprit d'entraide relatif entre interprètes.....	57
B. La coopération du rêveur.....	70
C. Une quête de spiritualité stimulante.....	77
III. Un espace à visée thérapeutique.....	86
A. Un prolongement de la psychanalyse.....	86
B. Etudes de cas : deux interprètes -thérapeutes.....	93
IV. Un champ à la mobilisation en deçà des attentes.....	108
A. Une déception relative du côté des interprétés.....	109
B. Un retour sur investissement insuffisant pour les interprètes.....	116
Conclusion générale.....	128
Bibliographie.....	131
Table des matières.....	135
Annexes.....	141

## Introduction

« Les rêves sont absolument égoïstes »<sup>1</sup> écrit Sigmund Freud en 1900. Difficile en effet de trouver production humaine plus intime, singulière et individuelle que le rêve. S'y mêlent les individus, les lieux et les objets de l'enfance comme de la veille, les préoccupations lointaines aussi bien que les interrogations du quotidien, et tout un ensemble de secrets et de réflexions dont nous seul avons la clé. Pourtant, nombreux sont les outils et onirocrités<sup>2</sup> proposant de décoder le rêve en lieu et place du rêveur, ou tout au moins de l'y aider. En étant partagé, le récit de rêve et son analyse deviennent un objet social susceptible d'être étudié. La sociologie de l'interprétation des rêves peut même être doublée d'une interprétation sociologique des rêves comme le fait Bernard Lahire<sup>3</sup>. Le rêve est un objet social *en soi*, puisque chaque élément du rêve prend source dans la réalité sociale de l'individu. « Le rêve n'est-il pas l'activité à la fois universelle (tout le monde rêve), individuelle (chacun rêve de choses très singulières) et involontaire par excellence ? »<sup>4</sup> s'interroge-t-il. Egoïste le rêve donc ? Difficile en tout cas de l'enfermer dans le seul individu qui le produit.

Le sujet de ce mémoire tire son origine du livre de Bernard Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*. Tout d'abord envisagée comme une validation empirique de sa théorie, l'enquête a été réorientée du fait de la difficulté à trouver des rêveurs, et à ne pas basculer dans une séance maladroite de psychologie. C'est justement en cherchant du matériel à analyser qu'ont été découverts les groupes Facebook au centre de ce mémoire. Celui-ci relève finalement d'une sociologie de l'interprétation des rêves. Alors que Bernard Lahire met l'accent sur « *l'activité humaine qui engendre le fait* », soit le processus de fabrication des images du rêve et de son récit<sup>5</sup>, cette enquête reste sur un cheminement plus classique. Elle s'inscrit dans la continuité des travaux autour de « *l'activité humaine autour d'un fait*, le récit de rêve, qui n'est pas interrogé en tant que tel, mais uniquement du point de vue de ses usages, de ses appropriations, des pratiques

---

<sup>1</sup>Freud, Sigmund. *L'interprétation du rêve*. Éditions du Seuil, 2014, Op. Cit. p.363

<sup>2</sup>Interprètes des songes

<sup>3</sup>Lahire, Bernard. *L'interprétation sociologique des rêves*, 2018

<sup>4</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.10

<sup>5</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.263

et des discours qu'il suscite, etc. »<sup>6</sup>.

Lors des entretiens, les rêveurs ont pu exprimer leur perplexité devant l'idée de rédiger un mémoire de sociologie sur l'interprétation des rêves. Ne s'agit-il pas plutôt d'un domaine relevant de la psychologie ? Dans l'imaginaire commun, le social renvoie encore souvent aux entités collectives : les institutions, les communautés, les groupes et catégories. Ce qui serait individuel devrait être analysé psychologiquement. Or l'individu est fondamentalement social en tant que « produit de processus de socialisation liés aux groupes et aux institutions qu'il a fréquentés tout au long de sa vie. »<sup>7</sup>. La sociologie permet ainsi d'étudier les entités collectives aussi bien que les individus qui les composent, puisqu'ils sont, ou ont été, en relation avec celles-ci.

Le rêve est un objet social. S'il existe, c'est parce que le rêveur maîtrise le langage et que toutes ses expériences et socialisations passées se sont cristallisées en lui<sup>8</sup>. Il est également un objet social en tant que récit présenté et interprété. Selon le contexte sociétal et culturel le rêve va être raconté et analysé de différentes manières, ou ne pas l'être. Il peut ainsi être partagé dans un cadre qui y est spécifiquement destiné, comme lors d'une séance de psychanalyse, que dans un contexte plus informel, en discutant avec des proches par exemple. L'importance accordée aux rêves et aux moyens de leur interprétation dépend ensuite largement de la culture. En Occident, ils y tiennent généralement une place de divertissement plutôt que d'utilité dans le quotidien, excepté dans le bureau du psychanalyste<sup>9</sup>.

Facebook, le réseau social le plus important au monde, met en exergue la réalité de la production onirique comme objet de partage. Au travers de dizaines de groupes, des milliers d'inconnus peuvent publier leurs rêves et les voir interprétés. L'orientation est plus ou moins précise : certains groupes sont centrés sur la symbolique ou les messages, d'autres proposent une interprétation religieuse des rêves à travers l'Islam, quelques-uns

---

<sup>6</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.30

<sup>7</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.89

<sup>8</sup>*Ibid*, p.91

<sup>9</sup>Fine, Gary Alan, et Fischer Leighton Laura. « Nocturnal Omissions: Steps Toward a Sociology of Dreams ». *Symbolic Interaction* 16, n° 2, 1993, p.98-99

ne se basent pas uniquement sur l'interprétation des rêves mais permettent également de discuter d'alchimie, d'homéopathie, d'énergie ou encore de voyance. Ils ont entre quelques centaines et quelques milliers de membres. Ces groupes se caractérisent en toute logique par leur caractère *collectif* autour d'un objet *individuel*.

Le développement rapide d'internet s'est accompagné de la création de communautés en ligne permettant de discuter, échanger, et partager des idées avec des inconnus<sup>10</sup>. Facebook est un réseau particulièrement populaire pour les groupes, puisque leur création est immédiate et facile. Les groupes Facebook d'interprétation des rêves ont généralement un statut public, mais nécessitent tout de même de passer par une procédure d'acceptation. L'utilisateur doit répondre à une ou deux questions concernant son intérêt pour les rêves et les raisons le poussant à rejoindre le groupe. Une fois autorisé par l'administrateur, il pourra accéder à la page, lire les publications et publier. L'administrateur a cependant la capacité de bannir le membre du groupe à n'importe quel comment. La barrière entre le public et le privé est donc fragile, mais ce contrôle de l'administrateur permet tout de même de créer le sentiment d'un espace privé pour des usagers aux intérêts communs<sup>11</sup>. C'est bien là que réside tout l'intérêt de ces lieux virtuels de sociabilité : pouvoir échanger et partager sur des thèmes particuliers, qui n'intéressent peut-être pas l'entourage immédiat des individus.

En lisant les échanges sur les groupes Facebook d'interprétation des rêves et à la suite de quelques entretiens téléphoniques avec des membres, il a été rapidement pris comme hypothèse de départ que l'interprétation des rêves s'inscrivait dans un cadre plus large de développement personnel (DP). Or qu'est-ce que le développement personnel ? Mentionné explicitement dans les descriptions de groupes ou les publications des membres, le concept n'y est pas pour autant défini. Tout à la fois une catégorie fourre-tout, dans laquelle sont réunis une multitude de courants et pratiques n'ayant parfois que peu en commun ; une expression entrée dans le langage courant pour parler de l'amélioration de la qualité de vie aussi bien que du développement de potentiels insoupçonnés ; quelque chose de décrié comme une pseudo-arnaque psychologisant pour

---

<sup>10</sup>Pi, Shih-Ming, Chou Chen-Huei, et Li-Liao Hsiu-Li. « A study of Facebook Groups members' knowledge sharing ». *Computers in Human Behavior* 29, n° 5, 2013, p.1971-79.

<sup>11</sup>*Ibid*



des individus naïfs et en perdition. Le développement personnel englobe l'ensemble des pratiques permettant d'agir sur soi-même<sup>12</sup>. Symbole suprême de notre société individualiste pour certains, le développement personnel traverse depuis plusieurs décennies nos sociétés. Au même titre que le rêve, c'est un concept qui porte fondamentalement sur l'individu, le nom même indique bien que l'on se concentre sur la *personne*, mais qui touche un *collectif*. La quête de soi ne s'accomplit pas seul. Elle est rendue possible en suivant les conseils donnés par d'autres individus, grâce à la lecture d'ouvrages, des formations, ateliers ou thérapies.

On peut distinguer différentes « quêtes de soi ». Le développement personnel peut aider à aller vers le « mieux-être », au même titre que la psychanalyse ou d'autres thérapies plus traditionnelles. Le public cible est alors l'ensemble des individus en situation de mal-être. Le DP n'est toutefois pas destiné uniquement à ce public puisqu'absolument tout le monde peut bénéficier de ses enseignements. L'objectif est alors d'atteindre le « bien-être » à force d'un travail constant sur soi. Mais plus encore, le développement permet de se diriger vers un « plus-être », au travers de l'exploitation de facultés et capacités<sup>13</sup>. A propos des « nouvelles thérapies » qui émergent essentiellement dans les années 70 et sont aux origines du développement personnel, Robert Castel écrit « La vocation de cette intervention est désormais de prendre en charge la problématique du bonheur (l'épanouissement) aussi bien que celle du malheur (la pathologie). Cependant, par rapport aux aspirations vagues du sens commun ou de la spéculation morale ou philosophique, la psychologie fait la preuve de sa positivité scientifique en proposant des techniques pour accomplir un tel programme. »<sup>14</sup>. Ces techniques forment un continuum immense dans lequel peut être placée l'interprétation des rêves.

Si celle-ci est envisagée dans son cadre psychanalytique, et selon ce qu'ont pu en dire les grands auteurs que sont Sigmund Freud, Carl Gustav Jung ou Jacques Lacan, elle prend en charge la problématique du malheur. Or les membres des groupes Facebook

---

<sup>12</sup>Marquis, Nicolas. *Du bien-être au marché du malaise : la société du développement personnel*. Presses universitaires de France, 2014, p.3

<sup>13</sup>Lacroix, Michel. « L'aventure prométhéenne du développement personnel ». *Sciences Humaines* N°122, n° 12, 2001, p.31.

<sup>14</sup>Castel, Robert. *La gestion des risques : de l'anti-psychiatrie à l'après-psychanalyse*. Les éditions de minuit. Le sens commun, 1981, Op. Cit. p.170

l'envisagent également comme servant la problématique du bonheur, en l'utilisant comme un outil pour accéder au bien-être voire au plus-être. En parallèle, alors que l'interprétation des rêves psychanalytique s'exerce dans un cadre privé et intimiste, le fonctionnement même des groupes conduit au partage à un grand public et à l'extériorisation. C'est ce qu'encouragent les thérapies, ateliers et autres coachings du développement personnel, permettant d'apprendre et de s'améliorer *ensemble* plutôt que de « pratiquer » en solitaire. Ces pratiques, doublées d'une recherche de la relation caractérisant le DP, montrent l'existence d'un « projet de *sociabilité* »<sup>15</sup>. Alain Ehrenberg écrit à ce propos : « C'est par le groupe que chacun peut retrouver son individualité propre -son "Moi réel". Le groupe apporte le support pratique d'une validation de soi par autrui. Il montre comment faire. »<sup>16</sup>.

Le balancement est donc constant entre l'*individu* (analyse et travail sur l'intime, quête de soi-même, spiritualité) et le *collectif* (quête partagée, intérêts communs, culture psychologique de masse). *Dans quelle mesure l'interprétation des rêves, pratique centrée sur l'individu, permet-elle la mise en œuvre d'un projet de sociabilité sur les groupes Facebook ?*

Le projet de sociabilité est entendu comme l'ambition pour les membres de nouer des relations interpersonnelles au sein du groupe. L'espace virtuel où se déroulent les échanges est caractérisé par des spécificités qui peuvent encourager aussi bien que limiter ce projet. Permettant un échange immédiat entre des individus éloignés de centaines voire milliers de kilomètres à toute heure du jour et de la nuit, il est toutefois difficile de nier la barrière de l'écran. Il ne s'agit pas ici d'affirmer que la sociabilité créée sur les réseaux sociaux ne vaut pas celle permise en face-à-face, mais ce mémoire tentera d'en souligner les contraintes comme les bienfaits, dans le cas spécifique des groupes Facebook d'interprétation des rêves. Accorde-t-on de l'importance à l'interprétation donnée par un illustre inconnu, qui n'a pas le statut professionnel d'un psychanalyste ? Pourquoi ce même inconnu prend-t-il le temps d'analyser les rêves de personnes qu'il ne rencontrera certainement jamais ? Les rêves sont peut-être égoïstes, mais qu'en est-il des rêveurs ? Se

---

<sup>15</sup>Castel, *La gestion des risques*, p194

<sup>16</sup>Ehrenberg, Alain. *La fatigue d'être soi : dépression et société*. Odile Jacob, 2000, Op. Cit. p.155

limitent-ils aux échanges autour de leurs propres productions oniriques, ou contribuent-ils à un esprit de stimulation et d'entraide sur les groupes ?

Dans un premier temps, il s'agira d'interroger les caractéristiques sociologiques des rêveurs pour comprendre quel est le contexte sociétal et culturel spécifique des groupes Facebook d'interprétation des rêves. Nous verrons que ceux-ci prennent la forme d'un espace de sociabilisation pour un public majoritairement féminin, issu de la classe moyenne et sensibilisé à la culture psychologique étant donné leur profession. Ce public est caractérisé par un double intérêt : d'un côté les rêves, de l'autre le développement personnel. Les deux se superposent pour former une sous-culture, notamment caractérisée par un langage commun et une orientation vers la spiritualité et l'ésotérisme.

Une deuxième partie se concentrera sur le fonctionnement des groupes comme ressource commune pour les membres sous trois angles : le perfectionnement des interprétations, la compréhension de ses propres rêves, et la quête de spiritualité et de plus-être. En offrant quotidiennement des exemples de productions oniriques et interprétations, les groupes peuvent encourager une sociabilité au travers du partage de savoirs, dans certaines limites posées par l'organisation unique de chacun d'eux.

Ensuite, la visée thérapeutique des groupes d'interprétation des rêves sera examinée. Oscillant entre une demande de mieux-être et de bien-être selon leur situation, les rêveurs ne sont pas seulement sur les groupes dans une perspective d'échange mais peuvent être à la recherche de la clé leur permettant de résoudre problèmes et questionnements. Cette aide est offerte par les interprètes qui incarnent le rôle de thérapeute attendu d'eux. Deux études de cas se concentreront sur les conseils apportés par Estelle, interprète principale du groupe *Accompagnement*, et Valérie, seule interprète du groupe *Univers*.

Enfin, une dernière partie se centrera sur le bilan fait par les membres de leur expérience sur les groupes. Alors que la déception est existante mais relative du côté des interprétés, qui ne peuvent se permettre de trop exiger d'une analyse non-monétarisée, elle est beaucoup plus importante du côté des interprètes. Les groupes Facebook seront

envisagés selon la théorie des champs de Pierre Bourdieu, la satisfaction des individus dépendant de leur position au sein de ce champ et des gains attendus en conséquence.

Toutefois, avant d'avancer dans la réflexion ici-même engagée, il apparaît nécessaire de donner au lecteur quelques précisions et définitions autour des deux grands sujets de ce mémoire que sont l'interprétation des rêves et le développement personnel. Des précisions méthodologiques seront ensuite données dans une troisième partie.

## **A. Histoire de l'interprétation des rêves**

Difficile de parler de l'interprétation des rêves sans en faire d'abord un bref historique. Les rêves ont toujours été un sujet d'intérêt, mais l'importance et la fonction qui leur ont été accordées a varié au cours des siècles. Nous nous limiterons à une synthèse rapide des évolutions en Europe. Si le développement personnel est marqué par l'influence évidente d'autres cultures, tout spécialement asiatiques, les héritages revendiqués dans l'interprétation contemporaine des rêves sur les groupes Facebook sont européens et surtout Jungiens.

### *A.1. L'interprétation des rêves avant Sigmund Freud*

Déjà à l'Antiquité, plusieurs définitions du rêve s'opposent. Alors que des médecins tels qu'Hippocrate voient dans le rêve une valeur médicale, le rêve est le plus souvent caractérisé comme étant divinatoire<sup>17</sup>. Les productions oniriques des rois et des héros seraient porteuses de messages capitaux. Que le rêve ait de la valeur du fait de son intérêt médical ou prédictif, il est intéressant de souligner qu'il a donc un aspect utilitaire : on s'y intéresse et on l'interprète parce qu'il présente un intérêt pratique<sup>18</sup>.

Les clés des songes, ou dictionnaires des rêves, apparaissent au Moyen-Âge, alors que les rêves des roturiers commencent à être crédités de sens. L'historien Jacques Le

---

<sup>17</sup>Carroy et Lancel, *Clés des songes et sciences des rêves* CARROY, Jacqueline, et LANCEL, Juliette, éd. *Clés des songes et sciences des rêves: de l'Antiquité à Freud*. Paris: Les Belles Lettres, 2016, p.7, 8, 28

<sup>18</sup>Jung, Carl Gustav. *Sur l'interprétation des rêves*. Albin Michel, 1998, p.67

Goff parle ainsi de « démocratisation des rêves »<sup>19</sup>. Les clés des songes fonctionnent comme des lexiques : chaque élément susceptible d'apparaître dans un rêve est rattaché à une prédiction, positive ou négative.<sup>20</sup>

Aux XVIIe et XVIIIe siècles, les clés des songes prennent des formes plus ludiques, en étant associées à des tables astrologiques ou aux probabilités de la loterie. L'interprétation des rêves est majoritairement un sujet d'intérêt bourgeois et féminin, envisagé comme prolongation de la divination.<sup>21</sup> Dans le même temps, l'attention se déplace dans les milieux scientifiques des songes prophétiques aux songes naturels. Les médecins, philosophes et érudits comme René Descartes, Samuel Formey ou l'abbé Richard précisent ainsi la nature de l'activité onirique : les rêves viennent du sommeil et l'individu ne contrôle donc pas en permanence sa production de représentations mentales<sup>22</sup>. Au XIXe siècle, ce sont les « savants rêveurs » tels que Alfred Maury ou Léon d'Hervey de Saint-Denys qui compilent leurs rêves pour en faire des « anthologies savantes ». L'intérêt n'est alors pas plus d'interpréter les rêves que d'en comprendre le fonctionnement physiologique comme psychologique<sup>23</sup>. Ces recherches permettront à Sigmund Freud de formuler le premier cadre théorique et scientifiquement acceptable des rêves et leur interprétation<sup>24</sup>.

#### *A.2. Le rêve selon Sigmund Freud et Carl Gustav Jung*

Sigmund Freud prouve que le rêve n'est pas une suite désordonnée d'images mais bien une production logique. Une fois compris, il apporte un éclairage sur la vie du rêveur et ouvre la voie à la guérison. Toute production onirique est en fait une satisfaction de désir, déguisée et défigurée par l'exercice de la censure, et caractérisée par des propriétés formelles : condensation, déplacement, figurabilité, élaboration secondaire du contenu<sup>25</sup>. L'interprétation permet d'aller au-delà du « contenu onirique manifeste », c'est-à-dire les images représentées, en les traduisant en un « contenu latent du rêve », soit les pensées

---

<sup>19</sup>Le Goff Jacques, cité dans Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, Op. Cit. p17

<sup>20</sup>Carroy et Lancel, *Clés des songes et sciences des rêves*, p.62 à 69

<sup>21</sup>*Ibid*, p.12, 80, 85

<sup>22</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, p.19

<sup>23</sup>Carroy et Lancel, *Clés des songes et sciences des rêves*, p.139-140

<sup>24</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, p.25

<sup>25</sup>Freud, *L'interprétation du rêve*, p.124 et 184

véritables derrière les images<sup>26</sup>. Sa théorie est une avancée scientifique fondamentale, mais Sigmund Freud a toutefois été critiqué pour sa compréhension du rêve comme expression d'un désir refoulé, le plus souvent à caractère sexuel et d'origine infantile. Ses héritiers sont innombrables, mais le grand favori des rêveurs est Carl Gustav Jung, son ami et dauphin.

Pour Carl Gustav Jung, les rêves ont une fonction compensatrice : ils cherchent à « rétablir notre équilibre psychologique »<sup>27</sup>. Une trop grande dissociation entre conscient et inconscient est néfaste et résulte en des troubles mentaux et physiologiques. Il considère que les images oniriques sont pour leur majorité de nature *collective*. Les *symboles* ou *archétypes* sont caractérisés par l'émotion associée à l'image. Ils émanent de l'inconscient collectif et rejoignent à travers les rêves la partie rationnelle de l'esprit pour rééquilibrer celui-ci<sup>28</sup>. L'interprète doit connaître le sens profond et collectif de ses symboles, mais également la signification individuelle qu'ils revêtent pour l'individu.<sup>29</sup> Parmi les symboles les plus connus, on peut citer la droite (la conscience, la part masculine de l'être, le Soleil) et la gauche (l'inconscient, la part féminine de l'être, la Lune). La distinction féminin-masculin tient une part très importante dans l'interprétation Jungienne avec notamment les concepts d'*anima*, l'élément féminin dans chaque homme, qui représentant la fonction de relation ou la projection d'un désir, et d'*animus*, l'élément masculin dans chaque femme, représentant généralement un problème intellectuel<sup>30</sup>.

### A.3. Des travaux de plus en plus sociologiques

Les études se sont multipliées depuis le XXe siècle, aussi bien sur les propriétés physiologiques du rêve, ses éventuelles fonctions ainsi que sur les dynamiques psychiques et sociales qui y prennent place. Certains travaux portent sur des époques précises, comme l'analyse de rêves pendant le IIIe Reich de Charlotte Beradt<sup>31</sup>. Les analyses littérales de contenu permettent de souligner que les productions oniriques sont

---

<sup>26</sup>*Ibid*, p.533

<sup>27</sup>Jung, Carl Gustav. *Essai d'exploration de l'inconscient*. Folio. Essais, 1988, Op. Cit. p.75

<sup>28</sup>*Ibid*, p.79, 116, 167

<sup>29</sup>*Ibid*, p.81-82

<sup>30</sup>Jung, *Sur l'interprétation des rêves*, p.105 et 149-150

<sup>31</sup>Beradt, Charlotte. *Rêver sous le IIIe Reich*. Payot. Critique de la politique, 2002.

intimement liées aux expériences des rêveurs, communes aux catégories de population, c'est le cas par exemple le cas de *La Banque des rêves. Essai d'anthropologie du rêveur contemporain* sous la direction de Jean Duvignaud<sup>32</sup>. En 1993, Gary Alan Fine et Laura Fischer Leighton posent les bases d'une interprétation sociologique des rêves, en cherchent à introduire une méthodologie scientifique rigoureuse, incluant dans l'analyse l'ensemble des éléments mis à disposition par le rêveur<sup>33</sup>.

Dans son ouvrage *L'interprétation sociologique des rêves*, Bernard Lahire part du principe que le rêve est la prolongation d'un travail que nous faisons déjà à l'état éveillé : la représentation et la résolution de problèmes<sup>34</sup>. Pour être interprété scientifiquement, il est nécessaire de prendre en compte le hors-rêve, c'est-à-dire ce qu'il appelle le « passé incorporé » du rêveur (ses schèmes et dispositions), la « problématique existentielle » (l'ensemble des problèmes actuels) et le « résidu diurne » (les expériences les plus récentes). Ces éléments sont certes propres au rêveur mais résultent de ses interactions avec les individus, groupes et institutions qu'il fréquente. L'interprétation du rêve ne peut se faire sans la participation active du rêveur, qui est le seul à même de comprendre le langage intérieur dans lequel s'exprime le rêve<sup>35</sup>.

#### A.4. Les groupes d'interprétation des rêves

Les groupes de discussion et d'interprétation des rêves existent depuis des décennies, et ont surtout été populaires aux Etats-Unis au moment de leur émergence dans les années 80 sous le nom de *dreamwork movement*. L'intérêt pour les rêves est notamment dû à l'expansion de la psychothérapie, au mouvement du potentiel humain et à un contexte de développement personnel, discuté ci-après, mais également aux mouvements féministes, qui encouragent de se plonger dans les rêves pour éclairer les aspects sociaux comme individuels de l'identité de genre<sup>36</sup>. Les groupes de rêves sont

---

<sup>32</sup>Duvignaud, Jean, Duvignaud, Françoise et Corbeau, Jean-Pierre. *La banque des rêves : essai d'anthropologie du rêveur contemporain*. Payot., 1979.

<sup>33</sup>Fine, Gary Alan, et Fischer Leighton Laura. « Nocturnal Omissions: Steps Toward a Sociology of Dreams ». *Symbolic Interaction* 16, n° 2, 1993, p. 95-104.

<sup>34</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, p11

<sup>35</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, p284

<sup>36</sup>Hillman James, *Perchance to Dream : the Frontiers of Dream Psychology, Perchance to Dream: the Frontiers of Dream Psychology*. Nova Science Publishers, 2009, p.14

pour la plupart gratuits et encadrés par un leader. Ce contexte favorise l'apparition d'interprètes non-professionnels, à côté des traditionnels chercheurs, cliniciens et thérapeutes.

Les objectifs sont variés et peu définis : « travailler sur les rêves », « en parler », « entrer en contact » ou « partager ». D'après Ernest Hartmann, ces groupes n'ont pas de but thérapeutique, les rêveurs se réunissent par intérêt pour les rêves et avec l'ambition de mieux se connaître. Peu importe l'orientation théorique du groupe, la discussion permet d'élargir le champ d'interprétation du rêveur à qui on propose des idées et hypothèses qui ne lui seraient pas venues seules, et le travail est donc bénéfique bien que n'aboutissant que rarement à une interprétation complète. Saisir l'idée générale du rêve suffit à induire un travail sur ce qui inquiète le rêveur<sup>37</sup>, et le simple fait de partager les rêves encourage le bien-être et approfondit les relations entre les individus.<sup>38</sup>

L'une des techniques d'organisation les plus connues est celle du psychiatre et psychoanalyste Montague Ullman, qui consiste en la participation de tous les membres du groupe. L'idée est que si chacun présente ses propres associations, il y aura nécessairement des idées qui seront significatives pour le rêveur. L'important est de ne pas affirmer ses idées avec autorité, mais bien de les présenter comme des suggestions et suppositions, pour que le rêveur puisse ensuite choisir ce qui lui paraît le plus pertinent<sup>39</sup>. Le procédé d'interprétation est décomposé en trois étapes. Tout d'abord le rêveur partage son rêve, des précisions peuvent lui être demandées sans que les réponses aillent au-delà du contenu manifeste. Ensuite, les autres membres font du rêve le leur, en s'imprégnant des émotions ressenties puis en réfléchissant aux images du rêve en tant que métaphores : que leurs évoquent-elles ? Enfin, le rêveur peut élaborer ses propres associations et répondre à celles des autres membres<sup>40</sup>.

---

<sup>37</sup>Hartmann, « Implications for understanding and making use of dreams : alone, in a group, or in therapy », *The nature and functions of dreaming*, Oxford University Press, 2010, p.2 et 9

<sup>38</sup>Randall, Alex. « Dream Sharing and Shared Metaphors in a Short-Term Community ». Columbia University, 1978

<sup>39</sup>*Ibid*, p.3

<sup>40</sup>Ullman, *Group dream work and healing*, Contemporary Psychoanalysis, vol.20 no.1, 1984, p.124-125



Bien que le *dreamwork movement* se soit épuisé, il existe toujours des groupes d'interprétation des rêves. Ceux-ci apparaissent toutefois comme des expérimentations relativement isolées. Plutôt que des groupes, ce sont des ateliers, où un analyste accompagne les rêveurs dans l'interprétation, généralement contre rémunération<sup>41</sup>. Les groupes Facebook d'interprétation des rêves semblent être des héritiers plus crédibles du *dreamwork movement* : des inconnus se réunissent gratuitement sous l'autorité d'un leader non-praticien et le contexte permet l'apport de différentes hypothèses qui élargissent la réflexion du rêveur. Internet est certainement le moyen le plus courant d'interpréter ses rêves aujourd'hui. Il suffit d'écrire dans le moteur de recherche un élément du rêve suivi de « interprétation », « signification » ou « rêve » pour que des dizaines de dictionnaires de rêve apparaissent. Jacqueline Carroy et Juliette Lancel soulignent que ces sites se donnent des airs de scientificité en usant d'éléments d'inspiration psychanalytique et en parlant de l'« inconscient »<sup>42</sup>. La revendication savante est parfois explicite, les sites proposant des significations affiliées à des interprètes célèbres : Sigmund Freud, Carl Gustav Jung<sup>43</sup>, ou encore Artémidore de Daldis, onirocrite de l'Antiquité, et Nostradamus, apothicaire et astrologue du XVIe siècle<sup>44</sup>.

## **B. Culture psychologique de masse et développement personnel**

Les années 60 sont marquées par d'importants bouleversements. La société française se transforme avec la croissance économique, le développement de la protection sociale, les changements du système éducatif permettant même aux classes populaires d'aller jusqu'au baccalauréat et au-delà, les possibilités d'ascension sociale, les transformations de la famille avec la montée du divorce, ou encore les politiques du logement et d'équipements collectifs. Les individus sont désormais beaucoup plus nombreux à accéder à un certain confort matériel. Cela contribue à l'idée que chacun peut réussir et devenir qui il veut être<sup>45</sup>. Luc Boltanski et Eve Chiapello, dans *Le nouvel esprit du capitalisme*, expliquent ainsi que le capitalisme propose une forme particulière de

---

<sup>41</sup>[www.laventure-interieure.fr](http://www.laventure-interieure.fr), [www.comprendre-ses-reves.fr](http://www.comprendre-ses-reves.fr), [www.psychanalyse-reves-yoga.com](http://www.psychanalyse-reves-yoga.com)

<sup>42</sup>Carroy et Lancel, *Clés des songes et sciences des rêves*, p.19

<sup>43</sup><http://www.doctissimo.fr/psychologie/dictionnaire-des-reves>

<sup>44</sup><http://interpretation-reve.fr>

<sup>45</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, p.140

libération en permettant le passage de « sociétés traditionnelles » oppressives à des « sociétés modernes » d'autoréalisation individuelle, au travers de l'augmentation du pouvoir d'achat ou du développement des libertés individuelles<sup>46</sup>.

### *B.1. Un affaiblissement du lien social*

L'envers de ces transformations serait un affaiblissement de la vie publique et du lien social, notamment à cause de l'effacement des groupes de voisinage et associations religieuses. Les sociétés modernes précariseraient les individus qui se retrouveraient solitaires plutôt qu'autonomes<sup>47</sup>. Dans *La gestion des risques*, Robert Castel écrit ainsi « D'une part, un nombre croissant de sujets se trouvent en rupture, provisoire ou définitive, avec les structures intégratives classiques et sont conduits à construire des formes nouvelles de sociabilité. D'autre part, même pour ceux qui demeurent au sein des structures familiales, de voisinage, d'emploi, on observe une évolution interne à ces groupes d'appartenance qui en fait à la limite de petites unités relationnelles auto-gérées »<sup>48</sup>. En rendant l'univers économique hors d'atteinte pour la majorité, le capitalisme ne laisserait pour Robert Castel qu'un seul espace où les individus peuvent entreprendre, réussir et échouer : leur propre potentiel et leurs relations<sup>49</sup>. Dans son analyse du développement personnel, Nicolas Marquis explique ainsi que le développement personnel peut être tout à la fois envisagée comme un symptôme de déclin et un symptôme de pouvoir : « Le discours « psy » construirait une réalité que les individus s'empresseraient de s'approprier en partie parce qu'ils y trouveraient toute une série d'avantages, et en partie parce qu'ils n'auraient pas vraiment le choix, facilitant ainsi l'exercice d'un pouvoir sur eux-mêmes, auquel et duquel ils participent. »<sup>50</sup>.

En sortant de la société de classes qui induisait des conduites bien définies, l'individu est caractérisé par deux aspects pour Alain Ehrenberg. Il devient un « individu-trajectoire à la conquête de son identité personnelle et de sa réussite sociale, sommé de se

---

<sup>46</sup>Boltanski, Luc, et Chiapello, Eve. *Le nouvel esprit du capitalisme*. Gallimard. Tel, 2011, p.564

<sup>47</sup>*Ibid*, p.583-584

<sup>48</sup>Castel, *La gestion des risques*, Op. Cit. p184

<sup>49</sup>*Ibid*, p189

<sup>50</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, Op. Cit. p.36

dépasser dans une aventure entrepreneuriale »<sup>51</sup>, en conséquence du développement de la concurrence économique, de la figure du chef d'entreprise et de la compétition sportive. En découle cependant avec l'accumulation de responsabilités et de stress un « souci inédit pour la souffrance psychique »<sup>52</sup> que l'on va mettre en scène dans des programmes télévisés ou par l'utilisation des psychotropes.

Alain Ehrenberg considère que ce serait toutefois une erreur que de considérer que l'affaiblissement du lien social résulte en la perte de tout repères, puisque les individus sont au contraire confrontés à une multiplication de guides : « la multiplication de techniques psychologiques, médicales, spiritualistes ou de soutien social prenant en charge ces « pathologies du lien » »<sup>53</sup> et « des nouvelles sagesses, philosophiques ou religieuses, aux programmes télévisuels destinés à donner du sens »<sup>54</sup>. Plutôt que d'un affaiblissement, on peut parler d'une transformation des règles sociales. La propagation de la culture psychologique dans toutes les sphères de la société ne la limite pas seulement aux individus devant être soignés mais bien à toute une population en quête de sens, dans une société où l'action autonome est érigée comme le nouvel idéal<sup>55</sup>.

## *B.2. La diffusion des techniques « psy »*

Dans un premier temps, la psychanalyse a été intégrée à certaines formations de psychologie et aux stratégies professionnelles de cadres moyens des professions de santé<sup>56</sup>. L'intérêt s'est ensuite porté sur l'enfance, ses troubles et turbulences, de la part des professionnels comme des parents, qui pénètrent souvent dans l'univers psychologique et psychanalytique par inquiétude pour leur progéniture. Alors que les familles les plus déstructurées relèvent encore de l'aide sociale, ce sont les familles « normales » qui deviennent des consommatrices massives de psychologie pour maximiser et réguler les rapports interpersonnels<sup>57</sup>. Le psychologique et la surdétermination de la relation pénètrent ensuite le monde de l'entreprise, dans l'optique

---

<sup>51</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, Op. Cit. p.11

<sup>52</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.11

<sup>53</sup>Ehrenberg, Alain. *La société du malaise*. Odile Jacob, 2010, Op. Cit. p.13

<sup>54</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, Op. Cit. p.14

<sup>55</sup>Ehrenberg, *La société du malaise*, p.16

<sup>56</sup>Castel, *La gestion des risques*, p.156

<sup>57</sup>*Ibid*, p158, 184 et 186

de combattre l'absentéisme ou encourager l'investissement du personnel<sup>58</sup>. Cette diffusion peut prendre des proportions inquiétantes dans le cadre de la gestion du social et des risques. Les nouvelles politiques sociales encouragent l'individualité en rendant chacun responsable de sa vie, dissimulant des enjeux plus profonds. On va par exemple traiter individuellement les enfants dit « à problèmes » plutôt que transformer la structure à la source de ces problèmes<sup>59</sup>.

En se diffusant et en étant absorbée par toutes les sphères du quotidien et du langage, la psychanalyse, et le travail sur soi-même qu'elle induit devient pour Robert Castel « un produit culturel que l'on consomme, une mode que l'on partage, l'habitus d'une intelligentsia cultivée à laquelle on rêve d'appartenir, tantôt la science des experts, tantôt l'idiome de presque tout le monde, pour exprimer les difficultés relationnelles, les échecs scolaires ou les conflits conjugaux ». <sup>60</sup> Il en conclue ainsi que se développe une « culture psychologique de masse » puisque les techniques psychanalytiques et psychologiques permettent désormais de travailler la sociabilité et la normalité, et non plus seulement le pathologique<sup>61</sup>.

### B.3. Les « nouvelles thérapies »

En parallèle, de nouvelles techniques psychologiques se développent en Californie à partir des années 60. Elles répondent au nom de « *mouvement du potentiel humain* » et comprennent entre autres noms barbares la bio-énergie d'Alexander Lowen, le cri primal d'Arthur Janov, la Gestalt-thérapie, ou encore l'analyse transactionnelle<sup>62</sup>. Ces « nouvelles thérapies » s'inscrivent dans le prolongement du courant spirituel du *New Age*, de la psychologie humaniste et de la contre-culture critiquant l'autorité et cherchant plus d'authenticité<sup>63</sup>. Elles reprochent à la psychanalyse d'être trop longue, coûteuse et intellectuelle, mais en transmettent une partie du message : la normalité peut être

---

<sup>58</sup>*Ibid*, p189

<sup>59</sup>Castel, Robert et Le Cerf, Jean-Pierre, Le phénomène « psy » et la société française, *Le Débat* n°1, 1980, p.11

<sup>60</sup>Castel, *La gestion des risques*, Op. Cit. p161

<sup>61</sup>*Ibid*, p195-197

<sup>62</sup>Annexe 1

<sup>63</sup>Castel, *La gestion des risques*, p.165

travaillée<sup>64</sup>. Le nom « *mouvement du potentiel humain* » est justifié par l'idée que chacun humain a un potentiel, qui peut être compris comme son capital, à faire fructifier en travaillant sur soi, la plus-value pouvant en être tirée étant calculée en termes de jouissance et de capacités relationnelles<sup>65</sup>. Cette vision de l'humain est toujours celle qui guide le développement personnel aujourd'hui.

Les groupes *New Age* connaissent également un regain de popularité dans les années 60-70 avec les « nouveaux mouvements religieux » qui forment en partie la « nébuleuse mystico-ésotérique » caractérisée par Françoise Champion<sup>66</sup>. L'épanouissement personnel est recherché en mêlant rapport à Dieu, psychothérapie de groupe et exercices corporels, au travers d'un panel presque infini de techniques, allant de l'astrologie et des arts divinatoires au yoga et à la méditation, en passant par l'ayurvéda, la psychanalyse jungienne, les danses sacrées et la philosophie<sup>67</sup>. Ces techniques forment ce qui peut être qualifié de continuum du développement personnel en étant reliées les unes aux autres par des « fragments ». Champion explicite ainsi les liens créés entre ces techniques : « dès lors qu'un même fragment entre dans plusieurs compositions, il est susceptible de constituer une passerelle entre ces compositions, de permettre des connexions pouvant conduire à des rapprochements qui, eux-mêmes, amplifient la circulation des thèmes des personnes d'un univers à un autre. Un de ces thèmes privilégiés concerne les « enseignements » sur le fonctionnement psychique, les états d'être de l'homme et les méthodes pour les transformer. Il s'agit là de morceaux de choix dans nos sociétés démocratiques individualistes, dans lesquelles nous sommes toujours davantage travaillés par le souci de soi et les soucis sur soi, chacun d'entre nous étant confronté, individuellement, au problème lancinant du comment "mieux vivre sa vie" ». <sup>68</sup> On peut souligner que l'on retrouve dans ces thérapies et courants l'idée de responsabilité caractéristique des sociétés libérales, sauf que la responsabilité en jeu est ici celle « de chacun pour son perfectionnement personnel et spirituel » <sup>69</sup>. La spiritualité

---

<sup>64</sup>Castel, Robert et Le Cerf, Jean-Pierre, Le phénomène « psy » et la société française, *Le Débat* n°2, 1980, p.6

<sup>65</sup>Castel, *La gestion des risques*, p.170-171

<sup>66</sup>Champion, Françoise, Thérapies et nouvelles spiritualités, *Sciences Humaines* 2006/6 n°106, p.26

<sup>67</sup>Esquerre, Arnaud. *Prédire : l'astrologie au XXIe siècle en France*. Fayard., 2013, p.72-73

Annexe 1

<sup>68</sup>Champion, Thérapies et nouvelles spiritualités, Op. Cit. p.26

<sup>69</sup>*Ibid* Op. Cit.

est une quête de sens individuelle et se distingue de la religion, qui est de nature culturelle et collective<sup>70</sup>.

Pour expliquer ce qu'est le développement personnel, Michel Lacroix utilise la hiérarchie des besoins humains du philosophe humaniste Abraham Maslow. L'homme a des besoins psychologiques de base, comme se sentir aimé, intégré et reconnu. S'ils ne sont pas satisfaits, il souffrira de névrose. Les autres besoins sont des besoins psychologiques supérieurs tels que le développement de son potentiel ou la réalisation de soi : au-delà du bien-être, il s'agit de viser le « plus-être ». Les besoins de base décrits par Abraham Maslow correspondraient à ce qui est travaillé en psychothérapie, tournée vers la guérison et le retour à l'équilibre, alors que le développement personnel se chargerait de satisfaire les besoins supérieurs de ceux qui ont atteint l'équilibre mais veulent plus encore<sup>71</sup>. Ces formations font ainsi le lien avec la spiritualité, le paranormal et l'ésotérisme<sup>72</sup> en évoquant un potentiel parapsychologique comprenant notamment la médiumnité ou la télépathie. Tout le monde serait capable de vivre des états modifiés de conscience. Michael Murphy, un des fondateurs du *Mouvement du potentiel humain* parle même d'un « nouvel âge » où seront développées toutes ces facultés<sup>73</sup>.

#### B.4. Une société du travail sur soi

Les dénommées « thérapies pour les normaux » ont comme point de départ une quête d'authenticité et une critique de la vie sociale et de ses contraintes. En résulte la vision d'un individu devant être travaillé grâce aux techniques psychologiques. Pour Castel, « L'accomplissement de l'être humain devient une tâche infinie dans laquelle on n'aura jamais achevé d'investir. »<sup>74</sup>. Déjà en 1966, Philip Rieff parle des nouvelles

---

<sup>70</sup>Lenoir, 2004, cité dans Camus et Poulain, La spiritualité : émergence d'une tendance dans la consommation, *Management & Avenir* 2008/5 n°19, p.72

<sup>71</sup>Lacroix, Michel, L'aventure prométhéenne du développement personnel, *Sciences Humaines*, 2001/12 n°122, p.31

<sup>72</sup>Il n'est pas aisé de différencier les trois notions. De ce qui ressort des entretiens et de l'analyse des groupes, l'ésotérisme et le paranormal peuvent être considérés comme synonymes, alors que la spiritualité a une connotation plus religieuse et se base notamment sur la croyance en l'âme.

<sup>73</sup>*Ibid*

<sup>74</sup>Castel, *La gestion des risques*, Op. Cit. p169-170

thérapies comme d'une « évangile de l'épanouissement de soi »<sup>75</sup>: « Que le sentiment de bien-être soit devenu une finalité, plutôt que le corollaire d'un effort vers une finalité commune supérieure, annonce un changement d'orientation capital dans tout le fondement de notre culture, vers une condition humaine à propos de laquelle il n'y aura plus rien d'autre à dire en termes traditionnels de désespoir et d'espoir. »<sup>76</sup>. La culture psychologique est souvent envisagée comme une culture de l'intériorité et du narcissisme, encourageant les individus à ne se centrer que sur eux-mêmes et leur propre potentiel. C'est notamment la tendance d'auteurs américains tels que Christopher Lasch : « Les comportements narcissiques constitueraient ainsi une technique de survie adaptée à un contexte social particulier, marqué par l'absence de projet et de morale. »<sup>77</sup>. Le développement personnel est alors envisagé comme le symptôme d'une société en déclin.

Alors que les sociologues, qui s'accordent sur l'idée que nous sommes entrés dans une société du travail sur soi, dénoncent les conséquences négatives du développement personnel, les adeptes insistent eux sur le positif : ils vont mieux et ont le sentiment d'enfin devenir eux-mêmes<sup>78</sup>. Cette tâche infinie de travail sur soi a tout de même pour objectif de conduire à plus de bonheur, et est caractérisée par une véritable recherche de la relation qui montre donc bien l'existence d'un « projet de *sociabilité* »<sup>79</sup> : c'est au sein du groupe que se réalise souvent la nouvelle culture psychologique en travaillant *ensemble* le développement personnel. L'itinéraire thérapeutique permet de rencontrer des individus aux intérêts similaires, de construire des relations voire même de trouver un travail en se reconvertissant dans le bien-être. Les domaines d'action du développement personnel sont d'ailleurs le plus souvent la communication et les relations<sup>80</sup>.

Les transformations de la société n'ont fait que confirmer la théorie de la culture psychologique de masse. Alors qu'augmentent le chômage, la précarisation et la

---

<sup>75</sup>Rieff, Philip. *The Triumph of the therapeutic. Uses of faith after Freud*. Chatto & Windus, 1966, Op. Cit. p.252, traduit par moi

<sup>76</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.261

<sup>77</sup>Lasch, Christopher. *La culture du narcissisme : la vie américaine à un âge de déclin des espérances*. Flammarion, 2018, Op. Cit. p.55

<sup>78</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.4-5

<sup>79</sup>Castel, *La gestion des risques*, p194

<sup>80</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.139

solitude<sup>81</sup>, les sujets sociaux ou professionnels sont approchés à partir de l'individu et de son intériorité. Le bien-être et le mal-être sont devenus des préoccupations centrales, le langage s'est psychologisé (« stress », « mental », « traumatisme » ...), il est totalement admis d'aller chez les « psy » ou de faire des thérapies pour des raisons aussi variées que la vie familiale, conjugale ou intime. L'éducation des enfants doit être bienveillante pour qu'ils puissent développer leur potentiel, la « souffrance au travail » est une réalité à combattre, les professionnels du « psy » deviennent des habitués des médias<sup>82</sup>. Le bien-être est un secteur porteur comment le montrent la diversité des thérapies proposées, formant ce que Michel Lacroix qualifie de « psychomarché »<sup>83</sup>. Ces thérapies ne sont plus nécessairement les mêmes, le développement personnel connaissant ses modes et tendances. La gestalt-thérapie ou le cri primal ont été ainsi supplantés par le reiki ou le lahochi<sup>84</sup>.

Plus que les thérapies, ce sont aujourd'hui les livres de développement personnel qui en font un véritable mouvement de société, vendus par dizaines de millions aux Etats-Unis et par centaines de milliers en France<sup>85</sup>. Dans *Du bien-être au marché du malaise*, Nicolas Marquis montre que les thèmes qui y sont abordés n'ont pas tant changé depuis les nouvelles thérapies des années 70 : il s'agit toujours de se détacher d'une société considérée comme trop matérialiste et axée sur la performance ; de travailler sur soi et ses émotions pour surmonter les difficultés de l'existence et devenir un être apaisé ; de découvrir ses ressources cachées et inexploitées.<sup>86</sup> Comme le montrera ce mémoire, ce sont des thèmes que l'on retrouve largement sur les groupes Facebook d'interprétation des rêves.

---

<sup>81</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, p.231

<sup>82</sup>Schwartz, Olivier, La pénétration de la « culture psychologique de masse » dans un groupe populaire : paroles de conducteurs de bus, *Sociologie*, 2011/4 (vol.2) p.346

<sup>83</sup>Lacroix, L'aventure prométhéenne du développement personnel, p.31

<sup>84</sup>Annexe 1

<sup>85</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.1-2

<sup>86</sup>Annexe 1



## C. Méthodologie de l'enquête de terrain

### C.1. Délimitation du terrain

Ce mémoire porte sur trois groupes d'interprétation des rêves, dont j'ai choisi de ne pas révéler leur nom. Bien que ces groupes aient un statut public, ils requièrent tout de même une procédure d'acceptation et deviennent ainsi un espace un minimum cadré et sécurisé par l'administrateur, où les individus peuvent écrire sur des sujets parfois très personnels. Qui plus est, les confidences pouvaient être extrêmement intimes lors des entretiens. Anonymiser les individus interrogés mais pas les groupes de rêves aurait été insuffisant, puisqu'on aurait pu les retrouver à partir des extraits de publications ou informations données sur les groupes. Les trois groupes étudiés dans ce mémoire seront donc appelés « Accompagnement », « Révélations » et « Univers ». Les deux premiers ont été choisis à partir d'une simple recherche Facebook, sans penser à ce moment-là qu'ils deviendraient l'objet central de ce mémoire, et le troisième a été conseillé par une rêveuse, Louise<sup>87</sup>.

*Accompagnement* compte plusieurs milliers de membres et est administré par Estelle. Le groupe d'interprétation des rêves n'est qu'un sous-groupe parmi un ensemble plus large à visée d'« apprentissage social ». Les autres espaces portent sur des thèmes variés tels que le reiki, la lithothérapie, le tarot<sup>88</sup>, la spiritualité ou encore le coaching. On peut y partager des connaissances et poser des questions, dans une optique de développement personnel. Dans un post Facebook daté du 11 mars 2019, Estelle écrit ainsi « L'échange est la base d'Accompagnement. Nous avons des difficultés pour se juger soi-même. On dépasse cette difficulté à force d'entraînement sur les autres. »<sup>89</sup>. Le groupe se revendique explicitement comme étant destiné aux femmes, mais on trouve tout de même des hommes parmi les membres. L'activité y est quotidienne avec plusieurs messages chaque jour, et plusieurs membres interprètent les rêves. L'administratrice,

---

<sup>87</sup>Tous les prénoms ont été modifiés

<sup>88</sup>Tous les prénoms ont été modifiés

<sup>89</sup>Annexe 3.1. Signalement pour le reste du mémoire : Estelle signe toujours ses commentaires avec ces quelques phrases : « Bien à vous, votre administratrice, Estelle (pensez à aimer notre page pour suivre nos nouveautés) En ce moment sur notre page : votre horoscope de la semaine signe par signe gratuit » et en y joignant le lien du groupe général d'Accompagnement. Pour ne pas alourdir les extraits de publication apparaissant dans ce mémoire ou en annexe, cette signature est supprimée.

Estelle, se revendique cependant comme interprète principale, et répond effectivement à chacune des publications.

Le second groupe, *Révélation*s, compte moins de mille membres. Lorsque j'ai découvert le groupe, en novembre 2018, celui-ci se caractérisait par l'activité de deux interprètes en concurrence, Paul et Lulu, l'administratrice, jusqu'à ce que Paul soit banni du groupe. Depuis, Lulu s'est peu à peu effacée pour laisser la place à d'autres interprètes. *Révélation*s se caractérise par cette absence d'un administrateur/analyste principal. L'activité y est quotidienne mais bien moins intense que sur *Accompagnement*. Les deux groupes ont pour point commun d'avoir une rotation des membres relativement importante.

*Univers* est au contraire un groupe très intimiste. Bien qu'il y ait plus de mille membres, une petite dizaine de femmes représentent la quasi-totalité des rêveurs qui y publient. La seule interprète est Valérie, l'administratrice. Les publications lui sont donc explicitement adressées à grand renfort de « Bonjour Valérie » ou « merci Valérie ». Certaines des rêveuses travaillent en parallèle avec Valérie sur leur « Livre de vie », ce qui sera approfondi en troisième partie. L'activité y est une fois encore quotidienne, à raison d'un ou deux rêves par jour.

### *C.1. Méthodes d'enquête*

Pour étudier ces trois groupes, il me fallait récupérer des données aussi bien sur leur fonctionnement que sur les membres. J'ai donc choisi d'enquêter au travers de trois méthodes différentes : un questionnaire en ligne, des entretiens et une analyse codée des publications pendant trois semaines.

L'intérêt du questionnaire est de permettre une vision globale de la population, si tant est que le nombre de répondants soit suffisant. J'ai élaboré un questionnaire en ligne d'une durée de 5 minutes, comprenant des questions sur le sens accordé aux rêves, les raisons conduisant à l'interprétation et des informations socio-démographiques<sup>90</sup>. Puisque

---

<sup>90</sup>Annexe 2.3

mon hypothèse de départ est que les individus cherchent à comprendre leurs rêves dans un cadre de développement personnel et donc d'amélioration de leur bien-être, les questions étaient également orientées sur leurs préoccupations et centres d'intérêt. Je me suis en partie basée pour les questions sur les thèmes des rêves sur le codage réalisé sur la *Dreambank*, collection de plus de 20 000 rêves sur internet<sup>91</sup>.

Contrairement à ce à quoi je m'attendais au regard de l'activité intense sur ces groupes (plusieurs messages par jour), il n'a pas été évident d'obtenir des réponses. Estelle a refusé le partage du questionnaire sur *Accompagnement*. Lulu a donné son autorisation sur *Révélation,s* mais la publication a attiré peu de participants sur *Révélation,s*. J'ai donc choisi une technique alternative et chronophage en contactant individuellement sur Messenger<sup>92</sup> chaque rêveur et interprète, à partir de la liste des membres ou des participants aux publications. Le taux de non-réponse était important, à cause de limitations imposées par le fonctionnement même de Facebook et Messenger, l'application de messagerie instantanée du réseau social. Les messages envoyés par des personnes n'étant pas « amis » sur Facebook n'apparaissent pas dans la boîte de réception principale, et peuvent donc rester éternellement invisibles. Créer un deuxième compte où j'effectuais une demande d'amitié avant la prise de contact n'a pas été suffisant, l'envoi répété d'un message similaire avec un lien internet entraînant Facebook à me considérer comme un robot, et donc à supprimer certains des messages. Malgré plus de 1500 messages envoyés entre février et avril 2019, le questionnaire n'a reçu que 217 réponses, 206 après nettoyage de la base.

L'échantillon est faible comparé aux plusieurs centaines voire milliers de membres sur les groupes, mais ces centaines voire milliers ne sont pas tous actifs. 206 réponses permettent tout de même d'avoir une vision du public plus générale que celle permise par les entretiens, mais un biais important limite toutefois une comparaison entre les groupes. En effet, si des membres de chacun des trois espaces ont été contactés, je ne connaissais pas *Univers* au moment de la création du questionnaire. Il n'apparaît donc pas dans la liste des choix de groupes à la question « De quel(s) groupe(s) êtes-vous

---

<sup>91</sup><http://www.dreambank.net/>

<sup>92</sup>Annexe 2.2

membre ? » 8 personnes l'ont tout de même précisé dans la case « autre », mais ils sont sans aucun doute beaucoup plus nombreux, au regard de tous ceux ayant été contactés à partir de ce groupe.

Au moment de la mise en ligne du questionnaire, j'avais déjà effectué plusieurs entretiens. Les entretiens fournissent en effet un matériel bien plus dense, en laissant la possibilité aux acteurs d'aborder des sujets autres que ceux préalablement envisagés. Les entretiens ont été réalisés entre novembre 2018 et avril 2019. Je pensais d'abord réaliser des entretiens physiques et avais donc posté un message<sup>93</sup> sur *Accompagnement et Révélation* en expliquant quel était le projet de recherche, et la nécessité pour celui-ci de rencontrer des rêveurs dans la région de Strasbourg. Les membres m'ayant répondu ne vivaient pas dans les alentours et nous nous sommes donc accordés sur un entretien téléphonique. Ces premiers entretiens ont notamment permis de recentrer le sujet de ce mémoire sur la dynamique collective des groupes plutôt que sur une interprétation sociologique des rêves. En effet, l'idée initiale était d'interroger les membres sur leur rapport aux rêves mais également de tenter de construire ensemble une interprétation en se basant sur la méthode de Bernard Lahire. Les entretiens ont rapidement révélé nos capacités limitées d'interprète des rêves, dues tout à la fois à un manque de connaissances, à la variabilité du confort de l'interaction et à la tendance de certains rêveurs à transformer l'échange en une séance de psychologie de l'amour. La grille d'entretien a donc été modifiée mais a de toute façon rarement servi, les rêveurs étant particulièrement bavards et abordant d'eux-mêmes une multiplicité de sujets, souvent spirituels.

Au total, 21 entretiens téléphoniques ont été réalisés et plusieurs dizaines de conversations Messenger, dont seules 6 étaient suffisamment abouties pour être exploitées<sup>94</sup>. Hormis les premiers rêveurs contactés grâce à la publication susmentionnée, la plupart ont simplement répondu positivement à la proposition de prolonger le questionnaire en ligne par une discussion téléphonique. Pour quelques d'entre eux, plus particulièrement ceux d'*Univers* qu'il était primordial de contacter étant donné l'intensité de leur activité, leur contact a été obtenu en passant par un membre déjà interrogé. Par

---

<sup>93</sup>Annexe 2.1

<sup>94</sup>La liste des entretiens est disponible après la bibliographie

deux fois, c'est un rêveur qui a indiqué qu'un ami également présent sur les groupes serait intéressée à l'idée de discuter. Il est difficile de jauger de la représentativité de l'échantillon, puisqu'il n'y a pas de données sur le profil des membres sur les groupes Facebook. Avec 13 membres d'*Accompagnement*, 7 de *Révélations* et 6 de *Univers*, ainsi qu'une rêveuse active sur deux groupes (*Révélations* et *Univers*), l'échantillon est représentatif en matière de taille des groupes. En comparant les caractéristiques sociodémographiques des rêveurs interrogés par entretiens et les résultats des questionnaires, on note également une correspondance satisfaisante.

Les entretiens téléphoniques ont évidemment le défaut de ne pas permettre d'étudier l'apparence de la personne et ses expressions corporelles. Ils ont toutefois permis de résoudre les problèmes pratiques de distance géographique et de mise en accord de l'emploi du temps. De plus, pour un sujet aussi intime que les rêves ou le développement personnel, l'hypothèse que l'absence de face-à-face limite la crainte de jugement et la gêne apparaît crédible. Cela correspond à vrai dire au fonctionnement des groupes Facebook, où les membres sont prêts à partager des informations personnelles avec des inconnus, mais avec tout de même la protection de l'écran et la relative garantie de ne jamais être confronté aux autres acteurs dans la réalité. L'entretien téléphonique ne diffère donc que peu de ce qui apparaît déjà aux rêveurs comme une forme d'expression admise et habituelle. Les entretiens Messenger, dus à la volonté de certains membres, sont en revanche moins satisfaisants puisqu'ils empêchent de porter attention aux intonations, ou de communiquer un certain enthousiasme par la voix.

En effet, il s'est avéré un minimum nécessaire d'assurer les rêveurs de mon intérêt, non seulement pour ce qu'ils avaient à dire mais pour les sujets de l'interprétation des rêves et du développement personnel en général. Dans son enquête sur la sorcellerie dans le Bocage normand, Jeanne Favret-Saada explique qu'elle n'aurait pas pu obtenir des informations pertinentes si elle avait insisté pour rester étrangère à l'univers de la sorcellerie<sup>95</sup>. Sur les groupes de rêves il n'était pas indispensable de s'intégrer, les membres étant rarement méfiants. Toutefois, le fait d'être sincèrement intéressée par les

---

<sup>95</sup>Favret-Saada, Jeanne. *Les mots, la mort, les sorts*. Gallimard. Folio Essais, 1985, p.37

rêves ou même initiée au reiki a pu favoriser un rapprochement et une discussion « d'égal à égal », entre deux individus curieux des mêmes sujets. Avec d'autres, la relation était plus déséquilibrée, me plaçant dans un rôle de jeune apprentie à qui il fallait apprendre et expliquer, ou m'investissant soudainement d'un argument d'autorité. Le rêveur avait alors l'espoir que l'échange aboutisse à des éléments de réponse quant à ses problèmes, malgré le cadrage clairement explicité d'un entretien universitaire.

Enfin, pour comparer avec ce qui était dit en entretien ou dans les questionnaires, il apparaissait indispensable d'analyser plus précisément les publications sur chacun des groupes. Tout au long de ces mois de recherche, la lecture des publications apparaissant dans le fil d'actualité Facebook m'a permis de repérer la plupart des idées et caractéristiques des espaces virtuels de partage et interprétation des rêves, me permettant notamment de construire le plan. Entre le 10 et le 31 mars, j'ai analysé de manière plus approfondie les rêves et leurs interprétations en constituant une base de données. Les publications ont été codées en fonction de leur caractéristiques techniques (groupe, date, rêveur, interprète), de leur forme (longueur, type de demande, nombre de commentaires, type de réponse) et de leur contenu (émotions, acteurs, actions, lieux, objets, interprétation donnée, conseils précisés).

Certains des rêves analysés servent comme matériel à ce mémoire, mais sont rarement cités en entier étant donné leur longueur, leur version complète peut donc être retrouvée en annexe. J'ai choisi de ne pas corriger les fautes d'orthographe et de syntaxe de ces publications, ou celles des réponses au questionnaire ou entretiens Messenger. Leur lecture peut être désagréable, mais les formes de langage en disant beaucoup sur le profil des membres, corriger aurait été une forme de dégradation du matériel d'enquête.

## I. Un lieu de sociabilisation pour des individus aux intérêts partagés

Dans *La gestion des risques*, Robert Castel considère que la diffusion des techniques psychanalytiques crée un « appétit de psychologie de nouvelles franges de la population »<sup>96</sup>. Alors que ce sont majoritairement les classes supérieures qui consultent des psychanalystes, les erreurs d'orthographe et de syntaxe donnent une indication sur le profil des membres, qui appartiendraient plutôt au vaste ensemble que forme la classe moyenne, moins soucieuse de la qualité de l'écriture<sup>97</sup>. Le fonctionnement de Facebook, en permettant de voir les noms, prénoms et photos de profil, donne une autre information : ce sont majoritairement des femmes qui sont actives sur les groupes d'interprétation. Ce sont toutefois des catégories spécifiques de femmes de classe moyenne qui sont sensibilisée à la psychologisation et au monde intérieur, et donc susceptibles de se retrouver sur les groupes (I.A). Leur intérêt pour le développement personnel, dont les traces se devinent largement dans les raisons poussant à interpréter les rêves, permet de caractériser ce public comme une sous-culture (I.B).

### **I.A. Profil des participants**

Une synthèse de quelques études sur le public usager de techniques de développement personnel permet de donner des indices sur le profil des membres. L'étude des résultats au questionnaire en ligne permet ensuite de préciser les premières hypothèses.

#### *I.A.1. Qui sont les consommateurs de développement personnel et d'interprétations ?*

---

<sup>96</sup>Castel, *La gestion des risques*, p.175

<sup>97</sup>C'est d'ailleurs la supposition d'Arnaud Esquerre à propos des utilisateurs d'applications d'horoscope dans *Prédire*, p.148

La lecture de travaux scientifiques sur les consommateurs de développement personnel permet difficilement d'arriver à un consensus. Selon les thérapies et domaines d'intérêt étudiés, les résultats sont très variables. Pour Philip Rieff, les thérapies de la libération des années 60 attirent la « classe oisive » qui n'a pas besoin de travailler<sup>98</sup>. Pour Robert Castel au contraire, les différences sont importantes entre le public de la psychanalyse et celui des nouvelles thérapies : « gens en général moins fortunés, jeunes ou relativement jeunes (moyenne d'âge : la trentaine) en cours d'études ou les ayant abandonnées, peu intégrés familialement et socialement, guettés par un avenir incertain »<sup>99</sup>. La liste peut être élargie aux jeunes chômeurs, aux militants politiques déçus, aux femmes au foyer qui s'ennuient, aux membres de la classe moyenne ne trouvant pas leur place ainsi qu'aux professionnels habitués à travailler les problèmes interpersonnels (domaine de la santé, éducateurs et enseignants). Il s'agit donc d'un public qui s'intéresse à la psychanalyse et à son ambition d'exploration de l'inconscient, mais qui se retrouve dans l'impossibilité d'y recourir pour des raisons sociales et financières<sup>100</sup>.

Parmi les travaux plus récents, on peut citer l'enquête de Nicolas Marquis sur les lecteurs d'ouvrages de développement personnel. Il juge le profil des lecteurs interrogés comme venant de la classe moyenne voire classe supérieure : « Cette absence d'individus issus de couches inférieures de la société peut bien sûr représenter un « biais » consécutif à la manière dont j'ai cherché à rencontrer les individus. Il me paraît cependant plus probable qu'il s'agisse là d'une caractéristique du lectorat d'ouvrages de développement personnel »<sup>101</sup>. Il ne fournit cependant que peu de détails sur la manière dont il arrive à de telles conclusions.

Le continuum des techniques de développement personnel inclut la divination, d'ailleurs associée à l'interprétation des rêves entre le XVIIe et le XIXe siècle<sup>102</sup>. Or les

---

<sup>98</sup>Rieff, *The Triumph of the therapeutic. Uses of faith after Freud*, p.253

<sup>99</sup>Castel, *La gestion des risques*, Op. Cit. p.172

<sup>100</sup>Lacrosse, « Une culture post-thérapeutique : mode de vies et clientèles » in Carpentier et al., *Résistances à la médecine et démultiplication du concept de santé* Op.Cit., cité dans Castel, *La gestion des risques*, p.174

<sup>101</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.202

<sup>102</sup>Carroy et Lancel, *Clés des songes et sciences des rêves*, p.12, 80, 85



études sur les consommateurs de telles pratiques n'arrivent pas plus à un consensus, si ce n'est que les femmes s'y intéressent plus que les hommes. En 1973, Roberth Wuthnow conclut que ce sont les catégories de population classées comme marginales qui s'intéressent et croient en l'astrologie, aux sciences occultes et au paranormal : « les personnes défavorisées socialement, c'est-à-dire peu éduquées, sans emploi, non blanches, de sexe féminin, célibataires ou divorcées, en surpoids, malades et vivant dans la solitude. »<sup>103</sup>. Cette thèse est cependant contredite par d'autres travaux comme ceux de Feher en 1989 sur les participants à un congrès d'astrologie à La Nouvelle-Orléans, pour la plupart blancs et avec des revenus supérieurs à la moyenne américaine. Elle émet l'hypothèse d'un continuum allant de l'astrologie envisagée comme un loisir pour les classes sociales défavorisées, à l'astrologie comme véritable source d'investissement pour la culture majoritaire ou favorisée<sup>104</sup>.

Pour ce qui est de l'intérêt même pour les rêves, le docteur Ernest Hartmann distingue les individus aux « frontières fines » (*thin boundaries*) de ceux aux « frontières épaisses » (*thick boundaries*). Ces frontières séparent selon lui les différentes parties ou régions de notre esprit (séparation entre les différentes données sensorielles, entre les pensées et les émotions, entre l'état endormi et l'état éveillé, etcetera). Les femmes, les rêveurs fréquents et lucides, les adultes et adolescents qui font des cauchemars, les individus vivant des « expériences mystiques » ou certaines formes d'anxiété ont des frontières plus fines que la moyenne. Il insiste sur le rôle joué par l'univers professionnel : maintenir des frontières fines est notamment encouragé par les métiers centrés sur la psychologie et les relations humaines, ou les métiers artistiques. En revanche, si l'univers professionnel nécessite de solidifier les frontières entre rêve et réalité (*thick boundaries*) comme dans les métiers du droit ou de la science, l'intérêt pour les rêves et la capacité à se les remémorer seront certainement moindres<sup>105</sup>.

---

<sup>103</sup>Wuthnow, 1973, Op. Cit. dans Esquerre, *Prédire*, p.99

<sup>104</sup>Feher, 1989, Op. Cit. dans Esquerre, *Prédire*, p.100

<sup>105</sup>Hartmann, « Personality and dreaming. thick and thin Boundaries », *The nature and functions of dreaming* p.7, 10, 12

### *I.A.2. Un public majoritairement féminin*

Les prénoms et photographies de profil des membres des groupes laissaient présager une large majorité de femmes dans les résultats du questionnaire. Qui plus est, *Accompagnement* se revendique explicitement comme un « cercle féminin ». 85% des répondants au questionnaire sont effectivement des femmes. Sur les 27 personnes interrogées lors d'entretiens téléphoniques ou Messenger, seules 5 personnes sont des hommes, dont 3 interprètes. Ils soulignent d'ailleurs la prédominance féminine lors des entretiens, justifiant celle-ci par un intérêt naturel :

*“C'est très féminin, très très très féminin. Si vous voulez l'inconscient par principe est féminin, le conscient est masculin. Les hommes se souviennent moins de leurs rêves et sont câblés pour trouver des solutions, moins pour chercher de l'aide. Ils vont résoudre par eux-mêmes, les femmes sont plus dans la recherche d'aide.”* (Entretien téléphonique avec André, 65 ans, retraité et psychologue onirologue)

*“C'est comme si tout ce qui touche à l'inconscient, le côté féminin, plus intuitif, plus on va de ce côté là plus ce sont des femmes.”* (Entretien téléphonique avec Emmanuel, 51 ans, astrologue et livreur de crêpes)

L'intérêt pour les rêves et le développement personnel est de manière générale plus marqué chez les filles que chez les garçons, « culture féminine de l'intime oblige » pour Lahire<sup>106</sup>. Cette culture féminine est notamment visible dans l'expérience du journal intime, il cite ainsi l'enquête de 2008 sur les pratiques culturelles des Français : «10% des femmes de plus de quinze ans ont tenu un journal intime au cours des douze derniers mois, contre seulement 5% des hommes. »<sup>107</sup>.

Comment justifier cet intérêt plus marqué ? Dans son enquête sur les consommateurs et praticiens d'astrologie, Arnaud Esquerre mentionne des hypothèses qui rejoignent la réflexion d'André ci-dessus en la complétant d'un raisonnement sociétal : « Pourtant, cette passion n'est pas dictée ou imposée par les hommes. Elle répond probablement, pour les femmes, à un besoin d'être aidé plus grand que celui des hommes, car elles sont aussi davantage menacées socialement, notamment

---

<sup>106</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, p.397

<sup>107</sup>Donnat, Olivier, *Les pratiques culturelles des Français à l'ère numérique, Enquête 2008*, La Découverte/Ministère de la Culture et de la Communication, Paris, 2009, p.201 cité dans Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, p.397

professionnellement. »<sup>108</sup>. Plutôt qu'un besoin plus grand d'être aidé, l'hypothèse d'Olivier Schwartz de l'absence de honte à demander d'être aidé apparaît crédible. En effet, historiquement et encore aujourd'hui, notamment dans les classes plus populaires qu'il étudie, il est admis pour une femme de se concentrer sur le domaine des sentiments et de montrer ses faiblesses, alors qu'il est attendu de l'homme une certaine image de virilité l'empêchant d'exposer ses fragilités et de demander de l'aide<sup>109</sup>. L'image « féminine » des pratiques de développement personnel, de l'interprétation des rêves ou encore de l'astrologie engendre un cercle vicieux, puisque les hommes ne vont pas s'y intéresser à cause de cette même image. Arnaud Esquerre écrit ainsi que les hommes évitent l'astrologie « par crainte d'un discrédit social, car il s'agit pour eux d'une pratique « de femme » »<sup>110</sup>.

20% de ces femmes ont entre 18 et 25 ans, 36% entre 26 et 35 ans, et 25% entre 36 et 45 ans. Ces résultats sont peu surprenants au regard des caractéristiques du réseau. Les moins de 18 ans, qui ne représentent que 1%, sont plutôt usagers de Twitter ou Instagram. Les plus âgés, les plus de 56 ans représentant au total moins de 5%, sont de manière générale une catégorie de population moins connectée. 14% des rêveurs ont entre 46 et 55 ans, montrant une transversalité tout de même importante en matière d'âge sur les groupes Facebook. Les différences sont relativement faibles entre les groupes, la catégorie 36-45 est un peu plus importante sur *Révélation*s (31%).

55% des répondants sont en couple ou mariés. Parmi ceux n'ayant pas de partenaire, 28% ont coché la réponse « célibataire », 16% « divorcé(e)/séparé(e) » et 1% « veuf/veuve ». 58% des répondants ont des enfants. Parmi les personnes interrogées, la proportion monte encore plus haut : 18 des 27 rêveurs sont parents. Ce ne sont ici que des hypothèses, mais il apparaît pertinent de rappeler que la diffusion du psychologique s'est notamment faite en se centrant sur les enfants, leur éducation offrant ainsi une première prise de contact avec l'univers « psy »<sup>111</sup>. De plus, du temps pour soi s'accorde plus difficilement une fois parent alors qu'augmentent les responsabilités, d'où

---

<sup>108</sup>Esquerre, *Prédire*, p.241

<sup>109</sup>Schwartz, La pénétration de la « culture psychologique de masse » dans un groupe populaire : paroles de conducteurs de bus, p.347

<sup>110</sup>Esquerre, *Prédire*, p.241

<sup>111</sup>Annexe 2.4

éventuellement l'intérêt de se concentrer un tant soit peu sur son monde intérieur. Étonnement, ces caractéristiques varient largement en s'intéressant exclusivement aux 15% d'hommes ayant répondu au questionnaire. Ils sont pour la majorité sans partenaires (55% se déclarent célibataires, 17% divorcés ou séparés et 3% veufs), et seuls 37% d'entre eux sont parents. L'étude des réponses données par les hommes aux autres réponses du questionnaire sur les raisons ne permettent pas d'aboutir à une hypothèse satisfaisante pour expliquer ces différences, ne variant qu'à peine de celle des femmes.

### *I.A.3. Une prédominance des métiers du social*

Le niveau d'études montré ne permet pas d'aboutir à des conclusions en matière de classe sociale : plus de la moitié ont le niveau Bac ou CAP/BEP et un quart un Bac+3 ou plus. Seuls 9,3% des répondants n'ont aucun diplôme. Le graphique en annexe montre le détail des réponses<sup>112</sup>.

Pour ce qui est de la profession, la répartition selon les catégories socioprofessionnelles présente quelques différences avec celle de la population française de 15 à 64 ans en 2016<sup>113</sup> (toutefois les membres des groupes ne sont pas tous français, et deux répondants au questionnaire ont plus de 65 ans). Parmi ceux ayant répondu à la question sur leur profession :

- 30,7% sont employés contre 27,4% en France
- 23,5% font partie de la catégorie des professions intermédiaires, comme 25,8% des français
- 22,9% sont sans activité professionnelle, étudiants ou retraités, ce qui est ici inférieur au taux national de 28,4%. Nous pouvons toutefois douter de la réalité de certaines réponses apportées comme nous allons le voir ci-après, cachant éventuellement un statut officiel de chômage faute de revenu suffisant.
- 7,8% sont artisans, commerçants ou chefs d'entreprise, contre 6,6% en France

---

<sup>112</sup>Castel, *La gestion des risques*, p158, 184 et 186

<sup>113</sup>INSEE, Tableaux de l'économie française, Edition 2018

- Seuls 5,4% des membres font partie de la catégorie des cadres ou professions intellectuelles supérieures alors que cette même catégorie représente normalement 17,8% de la population française
- 7,8% seulement des répondants sont ouvriers contre 20,3% en France

Le faible taux de cadres et professions intellectuelles supérieures ainsi que d'ouvriers semblent encourager l'hypothèse d'un profil de classe moyenne. Le détail des catégories socio-professionnelles les plus citées permet de cadrer encore le profil des membres<sup>114</sup> :

- Les personnels des services directs aux particuliers (56) pour 21 personnes dont 5 auxiliaires de vie, 4 aides à domicile et 4 assistantes maternelles (les autres travaillant dans la restauration ou autour de l'apparence physique)
- Les personnes sans activités professionnelles (85) pour 20 personnes, dont 3 mères au foyer et un aidant familial. 3 précisent qu'ils sont en reconversion, 2 sont invalides.
- Les professions intermédiaires de la santé et du travail social (43) pour 14 personnes dont 4 éducateurs (spécialisés ou à l'enfance), 5 animateurs (périscolaire ou thérapeutique) et 3 infirmiers
- Les élèves et étudiants (84) pour 14 personnes (études citées : auxiliaire de puériculture, psychomotricien, professeur des écoles, droit, mécanique industrielle, informatique)
- Les commerçants et assimilés (22) pour 12 personnes. C'est cette catégorie qui fait relativiser le taux d'individus sans activité professionnelle inférieur à la moyenne nationale. S'y retrouvent en effet 3 médiums, 2 astrologues (dont un « angéologue » qui pratique donc l'astrologie angélique) et 5 métiers liés aux soins énergétiques (magnétiseur, thérapeute énergétique). Il n'est pas inenvisageable que ces personnes, plus spécifiquement les médiums et astrologues, puissent difficilement vivre de leur métier.
- Les employés administratifs d'entreprise (54) pour 11 personnes dont 6 secrétaires et 2 assistants administratifs

---

<sup>114</sup>Annexe 2.5

- Les professeurs des écoles, instituteurs et assimilés (42) pour 11 personnes dont 5 AVS/AESH (accompagnants d'élèves handicapés) et 5 enseignants
- Les professions intermédiaires administratives et commerciales des entreprises (46) pour 10 personnes dont 6 dans des domaines créatifs (graphiste, joaillier, créateur de bijoux, photographe, designer, décorateur)
- Les employés civils et agents de service de la fonction publique (52) pour 9 personnes dont 4 travailleurs en EHPAD (établissement d'hébergement pour personnes âgées dépendantes) (aide soignants ou agents de service) et 2 dans le secteur de l'enfance (responsable d'un service petite enfance, agent crèche)

Une conclusion s'impose donc rapidement : une grande partie des répondants travaille dans le secteur social ou médico-social, que ce soit avec des enfants, des personnes âgées ou des personnes handicapées. Le lien avec l'interprétation des rêves n'est peut-être pas intuitif, mais permis en passant par la diffusion de la psychologie. Dès les années 80, Robert Castel mentionne en effet « la fécondation par la psychanalyse [...] de certaines professions de la formation, de l'animation et du travail social »<sup>115</sup>. La psychologie en est venue à diriger le secteur des politiques assistancielles. D'un côté elle sert servant de « cache » en centrant les problèmes sur l'individu et ses capacités, diminuant ainsi le rôle de la société. De l'autre, elle en est même la « matière première », le travail social devenant un travail autour de la relation<sup>116</sup>. Pour Robert Castel et Jean-François Le Cerf, le psychologique pénètre aussi les métiers de la santé, de l'enseignement, et de façon moins intuitive ceux de la vente, de la promotion ou du management<sup>117</sup>, apparaissant d'ailleurs dans la catégorie « professions intermédiaires administratives et commerciales des entreprises » avec les métiers de la promotion tels que graphiste, designer et photographe, et ceux du management comme assistant de direction et community manager.

Le psychologique et son langage se sont également diffusés dans les métiers du secteur social en raison des caractéristiques de ceux-ci, telles que l'exigence de patience

---

<sup>115</sup>Castel, *La gestion des risques*, Op. Cit. p157 (c'est le cas des recherches psychanalytiques de groupe constituées autour de Didier Anzieu, d'Anne Schutzenberger et des groupes de « socio-analyse »)

<sup>116</sup>Castel et Le Cerf, Le phénomène « psy » et la société française, *Le Débat* n°2, 1980, p.8

<sup>117</sup>Castel, *La gestion des risques*, p.172

ou une forme de pénibilité psychique. Nombreux des métiers cités ci-dessus peuvent ainsi être considérés comme faisant partie des métiers requérant un « travail émotionnel » pour contrôler ses propres affects, métiers majoritairement exercés par les femmes et les individus issus de la classe moyenne<sup>118</sup>. En résulte une sensibilité plus importante à l'intériorité, au travail sur soi-même et ses relations, que permet le développement personnel et dans notre cas l'interprétation des rêves.

En parallèle peut être émise l'hypothèse que ces métiers et plusieurs autres dans la liste entraînent une relative solitude. Les journées passées au contact d'enfants, de personnes âgées ou handicapées ou de personnes malades entraînent des interactions très spécifiques, et limitent le contact avec des adultes susceptibles de partager les mêmes centres d'intérêt. C'est encore plus le cas dans le cas de travail à domicile, comme le souligne Bénédicte Havard Duclos dans son étude de l'usage d'internet par les assistantes maternelles<sup>119</sup>. Ce relatif isolement peut également être le cas de quelques autres métiers sans pour autant être négatif comme l'explique ainsi Christelle :

*« Je suis commerçante. Ca me permet d'avoir du temps pour pouvoir pleinement m'épanouir. Je passe beaucoup de temps à lire, à rechercher aussi, dans mon commerce. »*  
(Entretien téléphonique avec Christelle, 40 ans, commerçante dans l'alimentation)

Les personnes sans activité professionnelle se retrouvent confrontées à la solitude, et peuvent ainsi saisir sur les groupes Facebook d'interprétation des rêves l'occasion de développer leur sociabilité<sup>120</sup>. Le demandeur d'emploi a souvent été la cible de thérapies diverses et variées, puisque plus que n'importe quelle autre personne, son capital humain devrait être perfectionné et amélioré<sup>121</sup>.

Le public des groupes d'interprétation des rêves est donc majoritairement un public de classe moyenne déjà sensibilisé à l'importance du monde intérieur, en raison de

---

<sup>118</sup>Hochschild, Arlie, citée dans Schwartz, La pénétration de la « culture psychologique de masse » dans un groupe populaire : paroles de conducteurs de bus, *Sociologie*, 2011/4 (vol.2), p.353

<sup>119</sup>Havard Duclos, Bénédicte. « L'Internet des assistantes maternelles ». *Réseaux*, n° 208-209 (2018): 28-61.

<sup>120</sup>Esquerre, *Prédire*, p.148

<sup>121</sup>Castel, *La gestion des risques*, p176

ses particularités socio-démographiques (femmes, parents, métiers du social). Au-delà de cette sensibilisation, le questionnaire et les entretiens montrent que la quête de soi au travers du développement personnel et de l'interprétation des rêves est une évidence pour ces individus.

## **I.B. Un intérêt pour le développement personnel au-delà de la culture psychologique**

La culture psychologique de masse ne porte pas son nom sans raison : elle caractérise ainsi la diffusion des techniques psychanalytiques et psychologiques à toutes les sphères de la société jusqu'à naturaliser l'intérêt porté à son monde intérieur. Le développement personnel ne bénéficie pas de la même propagation, étant parfois décrié et moqué. Les rêveurs des groupes Facebook font au contraire partie de ses adeptes et envisagent l'interprétation des rêves comme une technique de DP. Leurs expériences et connaissances communes font d'eux une sous-culture, orientée vers le développement personnel dans ses aspects les plus spirituels.

### *I.B.1. Le travail sur soi comme préoccupation*

Pour valider l'hypothèse de l'inscription de l'interprétation des rêves dans un cadre plus général de développement personnel, déjà bien confirmée par les publications sur les groupes et les premiers entretiens, deux questions portaient sur les centres d'intérêt des rêveurs. La première proposait des catégories plutôt générales de loisirs et laissait la possibilité de choisir plusieurs réponses. Le développement personnel ressort comme le deuxième domaine d'intérêt le plus cité (116 personnes) après la musique (146 personnes). 12 individus ont mentionné dans la catégorie « autres » la spiritualité (« spirituel et ésotérique »<sup>122</sup>, « le monde occulte », « spiritualité, quête de vérité, l'Art et leadership », etcetera.).

---

<sup>122</sup>Rappel : pour les rêveurs, l'ésotérisme correspond au paranormal (esprits des défunts, démons...) et le spirituel à des notions plus religieuses (âmes, vies antérieures...)



L'autre question interrogeait les rêveurs sur des pratiques pouvant être considérées comme faisant partie du développement personnel, choisies parmi les autres groupes d'*Accompagnement*. 111 personnes ont ainsi indiqué pratiquer la méditation, 78 les soins énergétiques, 65 la voyance, 59 la lithothérapie et 24 l'art-thérapie. D'autres pratiques sont mentionnées par les répondants : thérapies (aromathérapie, phytothérapie), soins (réflexologie, sophrologie, hypnose), sous-catégories de divination (cartomancie, tarologie, pendule, astrologie), pratiques d'origine asiatique (bouddhisme, médecine chinoise, reiki, bols de cristal, tai-chi)<sup>123</sup> ou encore en vrac l'étude des animaux totem, des enseignements spirituels ou encore « le développement de vertus : pensée, juste, parole juste et action juste ». Arnaud Esquerre parle du « monde entremêlé des techniques prédictives »<sup>124</sup> que nous pouvons dans notre sujet transformer en un monde entremêlé des techniques de développement personnel formant un continuum. Les entretiens soulignent également un investissement important dans ces techniques, avec une forte connotation spirituelle :

*« J'ai fait énormément de méditation, de travail sur moi-même, je me suis lancé dedans. J'ai vu que ça fonctionnait la rencontre avec son soi, son être de lumière, après j'ai eu des rencontres chez une amie qui est medium, tout ce qui est spirituel, la gestion de l'esprit et des esprits, c'est quelque chose qui gravite autour de moi depuis très longtemps, depuis tout le temps j'ai envie de dire. J'ai toujours des intuitions, pourquoi j'ai fait ça à ce moment là tiens, j'ai envie d'aller là et hop une rencontre et beaucoup de gens appellent ça une synchronicité, impression d'arriver au bon endroit au bon moment »* (Entretien téléphonique avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être)

*« Le spirituel m'a toujours attirée depuis longtemps, depuis que j'ai arrêté mon travail je le développe davantage.*

Vous le développez comment ?

*Ça a commencé par la lithothérapie, par les pierres, j'avais quelques pierres mais ne connaissais pas forcément leur fonction. J'ai ressenti le besoin de faire une petite introspection, le besoin de me reconnecter à la terre et les pierres étaient le meilleur moyen, le besoin de connaître leurs énergies. Je m'intéresse aussi à la morphopsychologie, j'aime décoder des gens de fil en aiguille, j'avais à la maison des bouquins sur l'interprétation des rêves, j'ai toujours eu une vision un peu différente des autres. »* (Entretien téléphonique avec Ariane, 43 ans, sans activité professionnelle)

---

<sup>123</sup>Annexe 1

<sup>124</sup>Esquerre, *Prédire*, p.59

« J'ai toujours été attirée par les médecines douces et médecines parallèles, mais l'ouverture s'est faite encore plus suite à ma séparation en 2014. J'ai des perceptions et des capacités qui se sont un petit peu ouvertes, à savoir le magnétisme, l'ouverture à plusieurs niveaux dans la spiritualité énergétique et dans la vie en général. Toute la compréhension de qui on est, plein de synchronicité et choses qui sont arrivées en moi. J'ai commencé à m'intéresser aux techniques de développement personnel, à la spiritualité etcetera. J'ai commencé à me former, à m'ouvrir aux énergies, je me suis initiée au reiki, à l'époque au premier niveau, puis au second niveau, toujours dans un travail de développement personnel, spirituel aussi. J'ai commencé à travailler sur moi, mon passé, la psychogénéalogie etc. Je me suis formée au reiki, aux techniques de canalisation d'énergie, à différents outils et techniques suite à ça aussi. Ensuite aux soins quantiques, à comment fonctionne l'univers, aux mondes parallèles, à la conscience, l'inconscient, tout ce qui se rapporte au rêve. » (Entretien téléphonique avec Blandine, 41 ans, infirmière en EHPAD)

Interrogés sur le ou les groupes dont ils sont membres, il est intéressant de souligner qu'un nombre non négligeable de rêveurs se sont inscrits sur plusieurs groupes d'interprétation des rêves. 28% des rêveurs sont sur deux groupes différents et 10% sur au moins trois groupes. Pour ce qui est de ceux choisis pour ce mémoire, 128 rêveurs interrogés ont cité Accompagnement, 71 *Révélation*s et seulement 8 *Univers*, puisque comme précisé plus tôt il n'apparaissait pas dans les choix et devait donc être écrit dans la catégorie « autre ». Parmi les autres groupes cités, plusieurs ne sont pas explicitement tournés vers l'interprétation des rêves : sont ainsi mentionnés des groupes sur la loi d'attraction, la clairvoyance, la médiumnité, l'empathie, la lithothérapie, l'astrologie<sup>125</sup> et 26 personnes mentionnent le même groupe de voyance. En entretien, certains rêveurs expliquent aussi qu'ils ne se limitent pas aux groupes d'interprétation :

« Concernant les rêves je n'ai pas vraiment trouvé le groupe qui me convient, mais pour la spiritualité je suis sur d'autres groupes. "Tu es ce que tu penses la loi d'attraction" m'a beaucoup aidé, la loi d'attraction elle-même si je souris les gens me sourient. Il y avait un groupe "Positive la vie" que j'ai abandonné, sinon "Consciennes spirituelles les voies de l'âme" "Médium élévation spirituelle" etcetera en ce moment j'essaie de trouver des groupes sur le bien-être en général, de trouver des groupes un tant soit peu sérieux. » (Entretien téléphonique avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être)

« Au niveau de mes intérêts j'ai envie de dire je regarde beaucoup tout ce qui est des groupes en rapport avec la spiritualité, tout ce qui a un lien avec l'ésotérisme comme la lithothérapie... » (Entretien téléphonique avec Gaëlle, 33 ans, en recherche d'emploi)

---

<sup>125</sup>Annexe 1

Bien que dans l'ensemble très enthousiastes sur le sujet, certaines personnes interrogées relativisent toutefois en prenant du recul sur le développement personnel. Catherine a 45 ans et a enchaîné les métiers après l'obtention de sa maîtrise de psychologie, notamment dans les assurances et en bibliothèque. Elle s'intéresse depuis des années au développement personnel mais en décrie le côté marchant :

*« On pousse les gens à faire du développement personnel, on leur dit "il faut que vous recherchiez du spirituel". Je fais beaucoup de recherches là-dessus, le new age spirituel, mais ça pousse les gens à être dans le même moule. Tout est basé sur des anciennes croyances et méthodes, la spiritualité, l'ésotérisme, l'Égypte ancienne, ils en ont fait toute une soupe actuelle tirée de ces orientations de façon à ramener tout le monde en leur faisant croire "vous êtes tous médium, vous êtes tous capables, vous devez tous faire de la méditation". On leur sort tous un truc sur le développement personnel, c'est un fait sociétal. »* (Entretien téléphonique avec Catherine)

Pour André, 65 ans et ancien ingénieur qui profite de sa retraite pour exercer en tant que psychothérapeute-onirologue, certaines pratiques de développement personnel sont mêmes dangereuses :

*« Une de mes plus anciennes clientes a des dons de magnétisme, elle peut voir les auras. Elle était beaucoup dans tous les trucs d'énergétisme, et quand elle a vu la puissance des rêves, ça lui a paru beaucoup plus parlant que tout ce qui pouvait être médecine parallèle. J'ai une prof de yoga aussi dont les rêves disent très clairement que c'est vraiment pas bon le yoga, ça empêche les émotions de sortir. C'est un véritable contrôle sur la manifestation des émotions, et comme elles ne sortent pas... C'est très recommandé la méditation, on dit que vous descendez en vous-même, mais le plus grand ennemi de notre civilisation occidentale c'est le mental. »* (Entretien téléphonique avec André, 65 ans, retraité et psychothérapeute onirologue)

### *I.B.2. L'interprétation des rêves dans le continuum du travail sur soi*

Dans son ouvrage sur les lecteurs de livres de développement personnel, Nicolas Marquis explique que ceux-ci sont parfaitement en mesure d'expliquer pourquoi ils ont commencé à s'y intéresser. Il écrit ainsi « Les individus intègrent volontiers la question du « pourquoi » de la lecture dans un récit »<sup>126</sup>. Similairement, les membres des groupes Facebook d'interprétation des rêves sont capables de justifier leur intérêt pour le sujet. Malgré le fait que ce soit une question ouverte dans le questionnaire, 4/5 des répondants

---

<sup>126</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.86

ont tout de même donné une indication expliquant leur désir d'interprétation<sup>127</sup>. Les justifications peuvent être recoupées avec les thèmes principaux des ouvrages de développement personnel distingués par Nicolas Marquis<sup>128</sup> :

- « *La célébration d'un être humain naturellement en chemin vers la réalisation de soi, réparable, améliorable* » : pour 7,8% des répondants, l'interprétation des rêves pourrait ainsi leur permettre d'*avancer* (« pour les mettre en lien avec ma vie présente et avoir des informations complémentaires sur les directions à prendre en accord avec le subconscient », « pour travailler sur moi-même et évoluer », « savoir sur quoi travailler dans ma quête de développement personnel »...) ou tout simplement *les aider* pour 4,4% d'entre eux (« car je suis persuadée qu'ils peuvent nous éclairer sur notre vie quotidienne », « afin de résoudre des problèmes liés à mon conscient et mieux m'aider dans la vie de tous les jours »...)

« Depuis combien de temps vous vous intéressez aux rêves et pourquoi ?

*Depuis environ 10 ans mais surtout un peu plus depuis 3 ans. Pour mon évolution perso.*

Vous pouvez m'expliquer ce que ça vous a apporté ?

*Mieux comprendre ce que je traverse, dans mes épreuves de vie, mieux me comprendre... être plus alignée, savoir ce que quoi j'ai besoin de travailler pour être le plus alignée, savoir ce que quoi j'ai besoin de travailler pour être le plus alignée avec mon esprit et mon âme.* » (Entretien Messenger avec Ophélie, 39 ans, assistante maternelle)

*« Les rêves sont l'expression de ce qu'on a à l'intérieur, plus on va s'ouvrir à la conscience plus les rêves vont évoluer et nous permettre de voir ce qu'on maintient dans notre prison. Si on veut en sortir, il faut être attentif à ce que notre inconscient nous dit. C'est une bulle merveilleuse pour ça. Avant j'étais dans une interprétation un peu terre-à-terre des rêves, je reproduisais sans cesse les mêmes rêves et les interprétais de la façon que j'avais envie qu'ils soient interprétés. Petit à petit en s'ouvrant à plus de conscience on se rend compte que les rêves sont des guides, si on les écoute on avance, ils permettent d'évacuer les peurs et émotions, j'ai pu évacuer des peurs que je ne connaissais pas. Une fois que j'ai compris que ce rêve-là me dit que j'ai peur de telle chose, une fois qu'il*

---

<sup>127</sup>Annexe 2.6

<sup>128</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.70-71

*y a la prise de conscience on peut laisser partir, quoi d'autre est possible maintenant ? Le vide que cette peur va laisser, comment le remplacer, quelle autre chose je vais mettre maintenant, il y a plein d'autres possibilités.*

Lesquelles par exemple ?

*Quand je saute une peur je la remplace par plus de joie, plus d'amour, plus de confiance, plein de choses.* » (Entretien téléphonique avec Christelle, 40 ans, commerçante)

- *« La découverte d'un individu doté de ressources intérieures, souvent cachées, inconnues de lui, et qu'il ne maîtrise pas encore » : 4,4% des rêveurs souhaitent interpréter leurs rêves en raison de la capacité prémonitoire qu'ils leur attribuent (« parce que plusieurs fois mes rêves se sont réalisés donc je veux interpréter mes rêves pour connaître ce qui m'attend en quelque sorte », « savoir ce qu'il risque de m'arriver », « car certains rêves nous préviennent sur des événements à venir »...), 2,9% parce qu'ils pensent pouvoir communiquer à travers eux avec des entités spirituelles ou des défunts (« parce que je sais que c'est mon âme qui veut me parler », « pour comprendre les messages de mes guides spirituels », « car pour moi mes guides me contactent par mes rêves »...) et 5,4% suite à ce qui pourrait être qualifié d'« expérience », généralement un rêve particulièrement marquant (« expérience traumatisante de rêve prémonitoire », « parce que c'est un rêve qui me travaille beaucoup », « car je fais toujours le même rêve depuis 15 ans »...). Ce sont les *big dreams* distingués par Ernest Hartmann pour la force des émotions qui y sont ressenties et qu'il qualifie de spirituelles (le mystère, l'émerveillement, l'effroi)<sup>129</sup>.*

*« Je m'intéresse aux rêves depuis le début de l'année suite à des choses qui se sont passées dans ma vie. Je me suis tournée un petit peu vers le côté spirituel suite à des rêves agités, pour créer un lien avec tout ça. Je trouve énormément de réponses dans mes rêves, mais pas toujours non plus.*

---

<sup>129</sup>Hartmann, « Implications for understanding and making use of dreams : alone, in a group, or in therapy », *The nature and functions of dreaming*, p.14

Et pourquoi vous êtes allée sur le groupe ?

*Pour avoir l'avis de quelqu'un s'y connaît. Après j'en prends et j'en laisse, l'interprétation interpelle ou pas. J'avais commencé avec un rêve qui m'avait un peu effrayée. J'ai rêvé que quelqu'un s'était introduit dans ma maison, était entré dans le couloir et dans la chambre de mon fils et lui ai dit "fais attention à toi". Sur le groupe on m'a dit "Une personne de votre entourage ne vous dit pas la vérité". Deux trois jours plus tard j'ai appris que mon fils avait menti, il n'avait pas osé me le dire, je l'ai découvert par hasard. Je crois aux rêves prémonitoires.» (Entretien téléphonique avec Claude, 48 ans, assistante administrative.)*

*« J'ai commencé à faire des rêves qui ne sont pas les miens, c'est mon ressenti. J'ai fait un rêve dont je me rappelle pertinemment et très bien, pas de passage du mental, principalement du ressenti, c'était une mise en situation qui ne me concernait pas. J'étais spectateur du rêve, d'un message concernant une situation stressante. C'est arrivé deux trois fois, je me disais que ce n'étaient que des rêves, mais ça se répétait. Ça concernait ma meilleure amie alors je l'ai appelée, "écoute ça va, ça fait deux trois fois que je fais un rêve bizarre par rapport à toi" "Bah écoute je fais une dépression". Bon, mes rêves ont une importance je me suis dit » (entretien avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien être)*

- *« L'annonce d'une possibilité, voire d'une nécessité de travailler à l'exploitation de ces ressources grâce aux pouvoirs de notre pensée ».* Pour cela il est nécessaire de comprendre ce que notre pensée veut nous signifier dans le rêve, comme c'est le cas pour 17,5% des rêveurs. Cette catégorie réunit les réponses parlant explicitement de *compréhension* (« pour mieux comprendre ce qu'ils veulent m'enseigner », « comprendre pourquoi certains restent en mémoire et d'autres non », « pour essayer de comprendre ce que cela implique sur un plan psychologique chez les gens »...) ou de *sens* (« parce que je n'y trouve pas toujours un sens moi-même », « certains ont un sens »...). Ce peut-être une « *réponse* » pour 3,9% des répondants ou un « *message* » pour 4,9% d'entre eux. 6,8% précisent que ce message vient de l'inconscient (« savoir ce que mon inconscient veut me dire », « comme si l'inconscient essayer de nous envoyer des messages des vérités... », « le subconscient parle et j'essaye de comprendre son langage »...)

« J'y suis depuis 2009, au fur et à mesure j'ai intégré un peu tous les groupes. J'ai découvert que les rêves avaient une signification dans un article, ils disent ce que la conscience ne dit pas en journée. J'ai un livre qui s'appelle la Bible des rêves, des fois je cherche dedans mais la plupart du temps je demande sur les groupes. » (Entretien téléphonique avec Anja, 37 ans, en recherche d'emploi)

- « l'évocation de possibilités de s'exercer [...] afin de mieux ressentir, s'exprimer, se connaître, vivre en conscience » : 8,8% des répondants expriment ainsi un désir d'interprétation les rêves pour *se connaître* (« en savoir plus sur moi », « mieux comprendre ce que je vis, mieux me connaître », « savoir ce que ça révèle de ma personnalité », « prendre conscience de notre véritable moi »...) ou *prendre conscience* de certaines choses pour 4,4% (« pouvoir interpréter les messages de ses rêves me paraît indispensable à la prise de conscience et à la guérison », « les rêves nous aident à comprendre les blocages qui résident en nous », « cela pourrait peut-être nous aider à prendre conscience de certain problème que nous rencontrons réellement et qui nous affecte bien plus qu'on ne peut le penser afin de les résoudre »...)

« Je sais qu'en neurosciences on dit que le rêve est là pour aider la personne à compenser émotionnellement. Ça me semble logique qu'il y ait des supports pour aider une personne à s'exprimer pendant la nuit. Le rêve traite petit à petit les traumatismes dans nos vies, la mémoire aussi. Il a plusieurs fonctions mais la plus importante c'est d'aider les gens à compenser, quelqu'un qui a gardé toute sa colère rejoue les scènes. Comme ça il peut mieux accepter le traumatisme, physiquement parlant je pense qu'il y a une compensation qui se fait. » (Entretien téléphonique avec Anastasia, 24 ans, étudiante en psychologie)

« En fait pour tout te dire, il y a un de mes rêves qui m'a vachement marquée quand j'étais encore dans mon ancien job et en fait quand j'ai pris l'initiative de le faire interpréter en partie par d'autres pour avoir le ressenti justement d'autres personnes je me suis rendue compte que mon rêve en fait était une sonnette d'alarme par rapport au fait que j'allais arriver dans un burn-out. Et donc du coup depuis je note mes rêves, j'essaie de faire les liens avec ce que je vis mais aussi d'avoir le ressenti des gens parce que parfois tout ce qui est consciemment, tu n'as pas conscience de certaines choses et du coup tu prends conscience en discutant, enfin un partage c'est toujours une prise de conscience pour nous. » (Entretien téléphonique avec Gaëlle, 33 ans, sans activité professionnelle)

- 6,8% des répondants justifient leur intérêt pour les rêves par la simple *curiosité*. En effet, les groupes Facebook sont caractérisés par une entrée et une sortie rapide. Ne nécessitant aucun engagement ou justification, il n'est pas attendu des membres qu'ils viennent avec un questionnement en tête ou un mal-être à soigner, contrairement à une consultation avec un astrologue ou à un rendez-vous thérapeutique. 3,4% des répondants ne donnent que quelques vagues *descriptions* sur les rêves comme explication (« parce que je les vis intensément », « certains ont des significations symboliste inconscientes de nos ressentis sur certaines situations et d'autres sont juste n'importe quoi »...) Enfin, les réponses restantes sont celles des interprètes, souhaitant soit *se perfectionner* dans leur méthode d'interprétation (« pour m'entraîner ») soit « *aider les autres* ».

Se retrouvent donc sur les groupes des individus déjà convaincus de l'utilité des rêves : non pas considérés comme une suite désordonnée d'images, ils sont envisagés comme un matériau porteur de sens et pouvant être exploité dans un cadre plus général de développement personnel et quête de soi. A la question « Pensez-vous que les rêves aient un sens ? », ils sont 70% à choisir l'échelon maximal sur une échelle allant de 1 à 4, et 27% l'échelon 3. Similairement, ils sont pour la majorité convaincus que les rêves peuvent les aider à en apprendre plus sur eux-mêmes : 76% choisissent l'échelon 4 et 18% l'échelon 3. La certitude est un peu plus faible mais reste marquée pour ce qui est de l'utilité des rêves dans la résolution de problèmes (le choix de l'échelon 4 tombe pour cette question-ci à 50%, mais 35% choisissent tout de même l'échelon 3) ou du lien entre les rêves et les préoccupations du rêveur (43% cochent l'échelon 4, 42% l'échelon 3). L'intérêt du rêve dans la connaissance de soi ou le travail intérieur est souligné par Bernard Lahire : « La communication de soi à soi dans laquelle s'exprime le rêve, bouleversant les conventions langagières et narratives, libérant les rêveurs de toute espèce de retenue, constitue en quelque sorte le plus intime des journaux intimes, l'expression la plus franche de toutes les formes de franc-parler. Le rêve livre de ce fait, à qui veut s'y intéresser, des éléments de compréhension profonde et subtile de ce que nous sommes. Son étude permet, au fond, de savoir *ce qui nous travaille obscurément*, et de comprendre



ce qui pense en nous à l'insu de notre volonté. »<sup>130</sup> De la même manière que pour lui le rêve s'inscrit dans un continuum expressif comprenant aussi bien l'écriture d'un journal intime que les conversations entre proches<sup>131</sup>, le rêve s'inscrit dans un continuum de travail sur soi en étant une pratique du développement personnel parmi d'autres.

Interrogés sur les outils utilisés pour l'interprétation, 32 personnes mentionnent des livres de psychologie et 118 des dictionnaires de rêves, qu'ils soient papier ou internet. Le seul livre cité plusieurs fois est *Le guide du rêve et de ses symboles* de Marie Coupal. En entretien, une préférence toute particulière pour la psychanalyse Jungienne ressort, certainement parce qu'avec son idée d'inconscient collectif, Carl Gustav Jung répond aux attentes de spiritualité des rêveurs. Qui plus est, alors les courants du DP s'inquiètent de l'écart entre un Moi réel et un Moi idéal, entre un cerveau dont ne seraient utilisés que 10% et un cerveau dont tout le potentiel pourrait être exploité déjà expliquée en introduction, Carl Gustav Jung craint sur un fonctionnement similaire une trop grande dissociation entre conscient et inconscient, entre part féminine et part masculine de l'individu.

*« Je m'appuie surtout sur Jung, Freud peut-être moins, j'ai pas fait d'études approfondies pour ça. Mais anima animus c'est intéressant, beaucoup tout ce qui est autour du masculin féminin, le ying et le yang. Pour guide les gens dans ce qu'ils traversent c'est toujours énergétique, il faut être équilibré en soi ou alors quelque chose prédomine et doit être régulé. Le rêve est la traduction d'un truc global. »* (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée)

*« Au niveau des symboles ce qui est dommage c'est que souvent les dictionnaires c'est assez farfelu alors qu'il y a des dictionnaires symboliques et des choses comme ça qui sont plus sérieux. Des dictionnaires de symbolique plus ésotériques quoi, faut aller rechercher. J'ai pas accroché du tout à Freud contrairement à Jung, Jung pratiquait l'astrologie aussi, donc j'ai peut-être plus fait le lien aussi. Je trouve que il y a des trucs c'est un peu farfelu justement après je suis pas psychanalyste. »* (Entretien téléphonique avec Philippe, 51 ans, astrologue et livreur de crêpes)

Pour ce qui est des autres outils, 84 répondants affirment utiliser des éléments tirés de la vie du rêveur. Cela est peu apparent sur les groupes comme nous le verrons plus tard, mais étant donné que la majorité des répondants interprètent leurs rêves propres ou

---

<sup>130</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, Op.Cit. p13

<sup>131</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.363

ceux de leur entourage (76%), cette réponse n'est pas nécessairement exagérée. Les discussions avec l'entourage servent justement à l'interprétation pour 65 répondants, et 68 disent utiliser les groupes Facebook ou les forums lorsqu'ils cherchent à interpréter un rêve. Dans la case « autre », tout de même 15 personnes ont fait mention de leur « intuition » en tant qu'outil d'interprétation, ou des mots pouvant être classés comme ayant un sens similaire : instinct, ressentis, « une petite voix », « mes propres perceptions ». 8 ont fait référence à un savoir personnel acquis dans un autre contexte, par exemple les cours de philosophie du lycée, les connaissances en astrologie, en spiritualité ou en médecine parallèle, ou encore les hadiths du Coran. Enfin, 3 ont expliqué faire des parallèles avec leurs autres rêves.

### *I.B.3. Une sous-culture au langage commun*

Une sous-culture est définie comme un « ensemble de valeurs, de normes et de comportements propres à un groupe social donné et manifestant un écart par rapport à la culture dominante »<sup>132</sup>. Les membres des groupes Facebook ne forment pas une sous-culture en s'inscrivant à contre-courant de la culture psychologique de masse, mais plutôt en accordant une place de choix à la frange la plus spirituelle et ésotérique du développement personnel.

Des études ont montré que la participation sur les groupes Facebook répondait à la satisfaction d'un besoin de sociabilisation : rencontrer des gens pour discuter, trouver du support, se sentir part d'une communauté<sup>133</sup>. Les groupes d'interprétation des rêves permettent d'échanger avec des personnes déjà sensibilisée et curieuses des mêmes domaines que soi. Camille, 35 ans et aide-soignante en EHPAD affirme ainsi avoir « sympathisé avec quelques personnes ». Leïla, 34 ans et employée dans une résidence pour seniors est devenue très proche de l'interprète d'*Univers*, Valérie et discute avec d'autres membres comme Ophélie en dehors du cadre du groupe. Lors des entretiens, les rêveurs ont pu mentionner l'importance de s'entourer de personnes partageant la même

---

<sup>132</sup>[www.larousse.fr](http://www.larousse.fr)

<sup>133</sup> Park, Namsu, Fee Kerk F. et Valenzuela Sebastián. « Being Immersed in Social Networking Environment: Facebook Groups, Uses and Gratifications, and Social Outcomes ». *Cyberpsychology & behavior* 12, n° 6, 2009, p.731

vision du monde :

*« Avec Philippe on est amis en vrai, on échange beaucoup sur plein de choses, pas que les rêves d'ailleurs. Je me suis entourée de gens qui sont vraiment dans le conscient et l'inconscient, j'ai cherché partout et je ne comprenais pas que certains... J'ai changé d'entourage pour avancer avec des gens qui ont bien compris que le rêve c'est l'inconscient qui vient à la conscience, sinon le reste ça ne m'intéresse pas, j'ai envie d'avancer et de découvrir des trucs pour pas rester bloquée. » (Entretien téléphonique avec Cécilia, 45 ans, magnétiseuse)*

*« Je me suis redécouverte au plus profond de moi, pas la personne égotique qui doit ramener un salaire. Ça fait du bien ça n'a pas de prix de se sentir bien, de se lever le matin il pleut et se dire "ça va être une journée merveilleuse" ça n'a pas de prix, "je suis belle", "j'aime les animaux", ça paraît insignifiant pour plein de gens, mais je peux m'émerveiller d'une mauvaise herbe avec une petite fleur. C'est mon point de vue mais je comprends que certains me prennent pour une allumée, ce mode de fonctionnement je l'ai avec mon mari mes enfants et quelques personnes, c'est terminé je ne porte plus de jugement.*

Est-ce que c'est le cas sur les groupes Facebook ?

*Oui sur le groupe il n'y a pas de crainte de jugement, c'est une petite communauté qui grandit. Et puis on ne se connaît pas suffisamment, je rencontrerais ces gens dans un café on n'en discuterait pas de suite, on ferait d'abord connaissance mutuelle avant de discuter. J'ai connu le jugement des autres "oh celle là c'est une allumée"... j'ai une vie saine, correcte, des ados, c'est bien de pouvoir s'échapper, il y a pas que la vie terrestre, et les rêves ça fait partie de ça. Me balader en forêt c'est un ressourcement total, une rivière et un papillon je peux m'extasier et je n'ai pas honte de le dire, mais je n'aurais pas été le dire spontanément à mon employeur. » (Entretien téléphonique avec Ariane, 43 ans, sans emploi)*

Au regard de l'enthousiasme de certaines personnes lors des entretiens, il paraît probable que leur entourage ne partage par leur curiosité. C'est notamment le cas de Léon et Paul, qui sont souvent revenus vers moi, aussi bien pour demander des nouvelles que poser des questions. Léon vit en République Démocratique du Congo et Paul au Gabon, où la littérature sur la psychologie et le développement personnel n'ont sans doute pas le même poids que dans les pays occidentaux.

*« C'est vrai que vous étudiez la psychologie ? [...] Alors c'est vrai que universellement les gens ont tous les mêmes rêves mais perçus et expliqués différemment des cultures ? [...] Pourquoi de fois on oublie nos rêves, et d'autres jamais on ne les oublie ? [...] Mais pourquoi avez-vous décidé de faire de recherches sur les rêves, ça vous passionne ? [...] Mais la sociologie n'est pas la science appropriée ? Plutôt la psychologie. » (Entretien téléphonique avec Léon, 18 ans, étudiant en médecine)*

« Vous êtes très spirituelle ? [...] Qu'est-ce que le rêve concrètement ? [...] Comment est-ce que vous interpréteriez ça ? » (Entretien Messenger avec Paul, 30 ans, sans emploi)

La culture peut-être entendue à la manière d'Eva Illouz comme l'ensemble des façons « dont nous donnons un sens à ce que nous sommes à travers des activités guidées par des valeurs, des images clés et des scénarios, des idéaux et des habitudes de pensée ; à travers les histoires que nous utilisons pour raconter nos propres expériences et celles des autres ; à travers les comptes rendus que nous construisons pour expliquer nos échecs et nos succès ainsi que ceux des autres ; à travers nos représentations de ce à quoi nous estimons avoir droit ; à travers les catégories morales que nous utilisons pour hiérarchiser notre monde social »<sup>134</sup>. Sur le groupe, les intérêts communs des rêveurs forment un socle sur lequel sont ensuite construites des attitudes de pensée et de retraduction des événements en des termes psychologiques et spirituels, formant un langage partagé.

Certains des éléments de langage utilisés ont émergé dès les années 60 dans les magazines et ouvrages de psychologie populaire, créateurs d'une « grammaire de la vie intérieure pour les masses »<sup>135</sup>. Cette grammaire a permis à chacun de mettre des mots sur son malaise ou ses sentiments, et de s'intéresser à son intimité la plus profonde. Tout comme dans la psychanalyse, il est admis sur les groupes que l'individu n'est pas en contrôle total de lui-même et que certaines entités jouent un rôle : sont ainsi souvent mentionnés l'*inconscient* ou l'*ego*. En résultent des *blocages* psychologiques conduisant par exemple à un cycle « *victime, bourreau, sauveur* »<sup>136</sup>, que les rêveurs utilisent pour décrire leur situation. Certaines expressions employées sur les groupes sortent tout droit du langage du développement personnel : la *réalisation de soi*, les *ressources intérieures*, la *pensée positive*, le *potentiel*. La *résilience* donne un nom à une situation difficile pour l'individu qui évolue enfin positivement suite à une *prise de conscience*. Certaines expressions sont entrées plus récemment dans le vocabulaire courant, comme les concepts

---

<sup>134</sup> Illouz, Eva, 2008 Op. Cit. p.8 cité dans Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.9

<sup>135</sup> Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, p.145

<sup>136</sup> Le triangle de dramatique, inventé par Stephen Karpman en 1968 : deux personnes alternent dans leur relation entre les rôles de victime, sauveur et persécuteur.

de *toxicité* ou de *pervers narcissiques*<sup>137</sup> qui reviennent fréquemment, aussi bien dans les entretiens que dans les publications de groupe :

« Je parle plus à l'homme toxique, dans les deux cas, ils sont tous les deux toxiques, il y en a un plus fourbe que l'autre et bizarrement je sais qu'il est toxique pour moi. » (Entretien téléphonique avec Louise, 26 ans, sans activité professionnelle)

« Le travail était chamboulé avec des gens qui partent au fur et à mesure, et dans le temps il s'est avéré qu'il y avait un pervers narcissique. » (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée)

*Estelle : La cause ? Menace, rencontre d'un pervers narcissique [...]*

M : Je connais trois pervers narcissique oui mais je ne les côtoies plus (Publication sur Accompagnement, 13 mars)<sup>138</sup>

Alain Ehrenberg explique que si dans notre société on parle autant de « l'esprit, la psyché, le mental »<sup>139</sup>, c'est en remplacement de l'âme. Ces mots désigneraient la même chose, soit ce qui est à l'intérieur et caché. Sur les groupes Facebook, l'âme n'a absolument pas été remplacée et tient un rôle central. La spiritualité peut être doublement entendue comme quête de sens, incluant ainsi les questionnements sur le pourquoi de la vie ou le travail sur soi<sup>140</sup>, ou comme référence à tout ce « qui est esprit » ou « concerne la doctrine ou la vie centrée sur Dieu et les choses spirituelles »<sup>141</sup>. C'est plutôt dans le second sens qu'elle est entendue sur les groupes, les rêveurs faisant mention aux *esprits*, aux *guides*, aux *anges* et abordant des thèmes tels que *les mondes invisibles* ou *la communication avec les esprits*. Ils abordent en conséquence la quête de sens relative au développement personnel sous l'angle de cette spiritualité. Les rêveurs ne sont pas seulement confrontés au « problème lancinant du comment “mieux vivre sa vie” »<sup>142</sup>, mais à ce même problème sur une chronologie immensément plus longue, puisqu'il s'agit de mieux vivre sa vie en fonction de celles vécues par l'âme antérieurement. Les références aux vies antérieures, au karma ou à la théorie des flammes jumelles (une version actualisée de l'âme sœur) sont ainsi fréquentes. Les intérêts des rêveurs forment

---

<sup>137</sup>Individus manipulateurs et néfastes pour la santé mentale de leur entourage

<sup>138</sup>Annexe 3.2

<sup>139</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, p.17

<sup>140</sup>Lenoir, 2004 cité dans Camus et Poulain, *La spiritualité : émergence d'une tendance dans la consommation*, p72

<sup>141</sup>*Ibid*

<sup>142</sup>Champion, *Thérapies et nouvelles spiritualités*, Op. Cit. p.26

ainsi un socle sur lequel est construit un langage partagé, mais aussi une même vision de la vie.

A travers cette nouvelle grammaire de la vie intérieure, réactualisée et spiritualisée, les membres des groupes peuvent plus facilement échanger, s'inspirer, et approfondir encore leur réflexion sur leur vie intime et leur cheminement :

*« La société actuelle est faite de gens qui sont plus sur le paraître, quand les gens mettent une photo d'eux on peut déceler dans les yeux quelques chose, les yeux sont le regard de l'âme. Le regard c'est important et on peut décoder énormément de choses, peut-être l'expérience aussi, les gestes. Je n'avais pas autant de recul et d'expérience à 20 ans, le new age c'était quelques années après. Les choses évoluent et j'ai l'impression que de plus en plus de gens commencent à s'y intéresser et osent se dévoiler. Ça fait tellement partie de moi, je discute avec les gens sur le forum j'essaye d'apporter une réponse à chacun, d'interpréter, je pose une question et ça conduit à la réflexion. » (Entretien téléphonique avec Ariane, 43 ans, sans activité professionnelle)*

*« Je suis sur Accompagnement, j'étais sur plusieurs groupes, le tout premier où j'étais inscrite aujourd'hui n'existe plus. Il y avait une seule interprète, elle faisait ça comme passe-temps. Ce qui m'a donné l'envie c'est que ça me parlait vraiment ce qu'elle me disait, je me suis dit c'est peut-être important de faire attention à ses rêves Maintenant j'interprète aussi, j'utilise la clé des songes, et des fois rien que de lire comment la personne me décrit son rêve ça me parle tout de suite, je me dis oui c'est clair. Certains symboles je me dis ça fait référence à ça, ce serait bien en rapport avec ça. » (Entretien téléphonique avec Camille, 35 ans, aide-soignante en EHPAD)*

Les rêveurs usent et abusent de cette expression soulignée « ça me parle ». Les rêves leur parlent et ils se décident donc à interpréter. Les interprétations leur parlent et ils en sont donc satisfaits. Si « ça » leur parle, c'est que les mots renvoient à quelque chose dans leur esprit, à des schèmes et dispositions selon Bernard Lahire<sup>143</sup>, résultats de leurs expériences et socialisations passées. En étant déjà sensibilisé au développement personnel, les membres partagent un socle commun sur lequel construire les interprétations des rêves.

---

<sup>143</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, p.412

## **Conclusion de partie**

Le public des groupes Facebook d'interprétation des rêves apparaît comme résultant d'une double sélection. Tout d'abord, un premier tamisage réunit des individus dont les caractéristiques socio-démographiques les rendent plus sensibles à la psychologisation des relations et susceptibles de s'intéresser à intériorité : les femmes, les parents, les professions du secteur social ou médico-social. Dans un second temps, ce sont parmi ces personnes les adeptes du développement personnel qui vont se retrouver sur les groupes. Le développement personnel doit être entendu dans son sens le plus élargi, comme un continuum de techniques incluant les enseignements spirituels et la divination.

L'interprétation des rêves apparaît alors comme une de ces techniques, pouvant être utilisée en complément des autres dans une même quête de soi et de spiritualité. En formant une sous-culture caractérisée par des croyances et un langage commun, les membres trouvent la garantie de pouvoir échanger et partager dans un espace sûr, puisque sans crainte de jugement. Cela ne leur est pas toujours permis en dehors d'internet. Les groupes Facebook sont un lieu où peuvent donc théoriquement être mis en œuvre des projets de sociabilité, autour d'objectifs et centres d'intérêts communs à approfondir.

## II. Une ressource commune dans l'interprétation des rêves

Les groupes de rencontre des nouvelles thérapies des années 60-70 ont des points communs avec les groupes Facebook d'interprétation des rêves. Les membres ne se connaissent pas préalablement à la rencontre, ils ont leur motivation propre mais souhaitent cheminer un temps ensemble, et l'atmosphère « met entre parenthèses les formes de la sociabilité ordinaire, lesquelles reposent sur le statut et les rôles sociaux, pour jouer le jeu d'une sociabilité vide (ou pleine) qui a sa propre rigueur. »<sup>144</sup>. Les ateliers du *dreamwork movement* des années 80 sont gratuits et construits dans l'optique d'aider au maximum le rêveur en lui proposant des interprétations, tout comme les groupes Facebook. Ces similarités permettent de supposer que règne sur les groupes Facebook un esprit d'équipe et de soutien pour construire ensemble une interprétation des différents rêves. L'analyse en groupe a l'avantage de permettre au rêveur d'entendre un large éventail de réflexions, hypothèses et perspectives à propos de son rêve. Puisque chaque membre est susceptible de soulever des détails différents, la construction commune permet d'avoir une photographie plus complète du rêve et de l'interprétation pouvant en être faite<sup>145</sup>.

Les groupes Facebook fonctionnent tous sur le même principe : le rêveur écrit son rêve, un ou plusieurs interprètes lui répondent. Le rêve est rarement écrit sans plus de précisions que son contenu manifeste, mais encadré par des formes de politesse. Les auteurs y joignent ainsi généralement des salutations, remerciements ainsi qu'une interrogation (« avez-vous une idée ? », « quelqu'un peut interpréter ? », « qu'en pensez-vous ? », « quelle est la signification de... ? »). Ils peuvent plus rarement préciser des éléments contextuels, pour que l'interprète puisse mieux saisir qui sont les personnages par exemple. Presque tous les rêves sont interprétés mais l'échange s'arrête le plus souvent après l'interprétation, par des remerciements ou même l'absence de retour venant de l'auteur. Celui-ci va parfois confirmer ou infirmer l'interprétation. Les analyses effectuées sur les groupes leur donnent un statut de ressource commune plus ou moins

---

<sup>144</sup>Castel, *La gestion des risques*, p.178

<sup>145</sup>Ehrenberg, *La société du malaise : dépression et société*, p.416



abouti selon l'ambition du rêveur : apprentissage des méthodes d'interprétation (II.A.), compréhension de son rêve (II.B.), recherche d'une expérience mystique (II.C.).

## **II.A. Un esprit d'entraide relatif entre interprètes**

Le questionnaire en ligne indique que seuls 6% des répondants interprètent les rêves d'autres membres sur le groupe. Contrairement aux groupes de rêves du *dreamwork movement*, où il est attendu de chacun qu'il contribue à l'interprétation commune, les groupes Facebook semblent donc fonctionner sur l'activité d'une minorité d'interprètes. Il s'agit ici d'interroger les rapports des interprètes entre eux et les possibilités qui en découlent de construction commune d'une interprétation et d'apprentissage des méthodes.

### *II.A.1. Autoritarisme de l'interprète principale sur Accompagnement*

Entre le 10 et le 31 mars, *Accompagnement* a largement été le groupe le plus actif avec 151 rêves partagés, ce qui fait donc une moyenne de plus de sept rêves par jour. Tous ont été analysés par Estelle, l'interprète principale. Cinq autres personnes ont interprété plus d'un rêve, notamment 10 pour Paul et 8 pour Charlotte. Pour ce qui est de la rotation des rêveurs, elle est fréquente puisque la plupart n'ont publié qu'un seul rêve sur cette période. Quelques exceptions : Charlotte, qui en plus de proposer des interprétations recherche régulièrement de l'aide pour ses rêves (7 fois), trois personnes ayant écrit trois rêves chacune, et enfin douze en ayant partagé deux. La majorité des rêves publiés sur *Accompagnement* sont été classés comme étant courts (74% soit 110 rêves). Seulement 8 rêves (5%) ont été codés comme longs. Les rêves attirent en moyenne 4 commentaires. 62 interprétations n'ont reçu aucune réponse de la part du rêveur, et 63 des remerciements.

Estelle, qui est également l'administratrice du groupe, publie régulièrement des messages pour souhaiter la bienvenue aux nouveaux membres ou rappeler un certain nombre de règles :

*Bonjour,*

*Suite à une série de posts inconformes, je me ressens le besoin de publier une charte de bonne conduite qui devrait être juste du bon sens étant donné que c'est partout pareil. Mais bon, revenons en enfance et rappelons les règles de base :*

- pas de langage sms*
- on corrige ses fautes d'orthographe dans la mesure du possible*
- une phrase commence par une majuscule et se termine par un point*
- aérer son texte et sauter des lignes est impératif pour qu'on ai envie de vous répondre*
- on regroupe ses rêves en un seul post par jour*
- la politesse implique bonjour, merci*
- le groupe est un groupe d'échange gratuit, et donc personne n'est obligé de répondre*
- l'agressivité est interdite sur le groupe*
- LA PUBLICITÉ EST FORMELLEMENT INTERDITE (sauf exception à voir auprès de l'administrateur)*
- quand il n'y a pas de réponse penser à faire un "up" de commentaire pour remonter votre sujet dans les messages du groupe*
- quand je faire une remarque de modération, il s'agit de l'unique carton jaune avant le carton rouge de suppression du post.*

*Dans tous les cas, il s'agit de personne de bonne volonté qui vont vous répondre et donc merci de les respecter en écrivant vos rêves correctement.*

*Si le nombre de posts illisibles devient trop important, je me réserve le droit de les supprimer sans avertissement.*

*A vos rêves,  
Estelle*

(Publication sur Accompagnement du 15 mai 2015 et repartagée le 12 mars 2019)

En cadrant clairement le fonctionnement du groupe d'interprétation et en répondant à toutes les publications sans exception, elle s'impose avec autorité comme leader du groupe et personne référente. Ses interprétations font quelques lignes et ont une certaine tendance à la négativité. Ses thèmes de prédilection sont les dangers de la rue et des hommes, et plus particulièrement des pervers narcissiques. Estelle joint souvent à ses interprétations des commentaires généraux sur ces mêmes thèmes :

- Les hommes : « les hommes n'aiment pas payer la pension alimentaire et remplacent la mère par une gourde au lit », « attention les hommes associent l'amitié à la sexualité trop souvent », « les problèmes de l'homme finissent toujours par retomber dans le domicile »
- La sexualité : « le SM est déconseillé aux femmes. Cela crée des déséquilibres psychiques majeurs », « possibilité d'agression sexuelle du conjoint », « il y a des problèmes de prédateurs sexuels organisés en réseau », « observer la nature aide à soigner aussi notre sexualité »

- Les pervers narcissiques : « les pervers narcissiques ne sont pas des courageux », « on sous-estime le pouvoir des pervers narcissiques », « les pervers narcissiques et les peurs primitives ne sont contrés que par des sécurités supplémentaires »
- La famille : « les enfants ne gèrent pas le deuil aussi bien que les adultes », « lors des drames on s'aperçoit des vrais couleurs des membres de sa famille », « les parents ne sont pas des super héros », « sans compétition les enfants précoces peuvent décrocher des études »

Nous n'avons pas pu effectuer d'entretien avec Estelle et ne savons rien d'elle, si ce n'est qu'elle est maman d'une jeune fille, puisqu'elle en parle parfois dans ses interprétations. A la suite de ma demande d'autorisation de partage du questionnaire sur son groupe Facebook, elle a répondu :

*« Bonjour, Nous ne faisons pas de sondage comparatif dans nos groupes L'esprit de la concurrence est supprimé. Bien à vous.*

Bonjour, je ne comprends pas, il n'y a pas de question de comparaison dans le questionnaire. Si c'est celle sur le groupe de provenance qui vous pose problème, je peux la supprimer.

*Pour moi c'est trop intrusif. Ce n'est pas le type de sondage qu'on passe sur des groupes. Ici, je refuse.*

Je comprends. Je tiens juste à préciser qu'il est évidemment anonyme et uniquement à vocation universitaire. Aucune donnée ne serait utilisée à des fins commerciales. J'aurais aimé savoir s'il était en tout cas possible de discuter avec vous de votre vision du rêve et méthode d'interprétation ?

*Non et non. Je ne prends jamais de privé... »* (Entretien Messenger avec Estelle)

Ce refus de discussion en privé est justifié dans une publication Facebook daté du 11 mars 2019 : « Si vous ne pouvez pas le dire en public sur le fil, je ne vais pas avoir envie de lire (95% du temps c'est du sexe et je ne suis pas voyeuriste). »<sup>146</sup>

L'interprétation d'Estelle semble valoir comme vérité générale, pour elle-même mais aussi souvent pour les autres, au regard de la rareté des contradicteurs. Quand cela arrive, elle précise clairement son agacement. Dans l'extrait ci-dessous, un membre lui

---

<sup>146</sup>Annexe 3.1

reproche un emploi abusif de la dénomination « pervers narcissique » au regard des éléments donnés par le rêve. Un débat s'ensuit qu'elle conclue ainsi :

*Estelle : Vous êtes un homme. Je peux vous assurer que les pervers narcissique est évident. Il n'y a que les hommes pour ne pas les voir. Ne vous immisiez pas dans les réponses des autres posteurs. Rester dans votre post pour la tranquillité du groupe. Le jugement des autres ne mène nulle part. Avec le temps on reconnaît les profils dans les rêves. Mais cela demande de la pratique. Je fais du rêve depuis 10 ans. :)*

(Publication sur Accompagnement, 16 mars) <sup>147</sup>

En parallèle, elle insiste tout de même sur l'esprit d'entraide qui doit régner sur le groupe. Alors que Charlotte publie en précisant « J'ai ma propre interprétation, mais j'aimerais avoir d'autres avis », elle lui répond :

*Estelle : Bonjour, Je suis surprise de ne pas voir votre interprétation. Accompagnement est un groupe de partage. Nous échangeons nos connaissances et interprétation dans le rêve pour progresser plus rapidement et avoir de nombreux points de vue (protection anti-secte). C'est un espace de partage social et de formation pour les autodidactes sans le sou.*

(Publication sur Accompagnement, 17 mars) <sup>148</sup>

Toutefois, en ne prenant jamais en compte les interprétations proposées par les autres membres, nous pouvons comprendre son engagement dans une perspective d'*aide des rêveurs* plutôt que d'*entraide* dans la construction de l'interprétation. Dans un de ses réguliers messages de bienvenue, Estelle précise « D'ailleurs, pour les dents, les bébés, les morts, les animaux... n'hésitez pas à faire une recherche dans la fenêtre à votre gauche. »<sup>149</sup>. Quel que soit le rêve, ces thèmes récurrents ont la même signification : tout ce qui concerne les bébés est ainsi un projet (être enceinte, accoucher, s'occuper d'un nourrisson) ou le serpent oriente nécessairement l'interprétation du rêve vers la sexualité. Ce sont toutefois ces mêmes thèmes qui attirent en général le plus de commentaires sur les groupes, provoquant un rare sursaut d'énergie et un élan de stimulation dans le partage des interprétations. Le rêve ayant attiré le plus de commentaires sur la période est ainsi à propos de la perte de dents<sup>150</sup>. 20 personnes interviennent alors pour mentionner

---

<sup>147</sup>Annexe 3.3

<sup>148</sup>Annexe 3.4

<sup>149</sup>Annexe 3.5

<sup>150</sup>Annexe 3.6

différentes hypothèses et s'opposer : chance, décès, conflit familial, souci de santé, naissance, perte d'argent, etcetera. Le débat s'interrompt avec l'intervention d'Estelle « C'est perdre le contact avec une personne proche », apparemment suffisamment convaincante pour stopper toute autre tentative. Dans l'extrait ci-dessous, le débat est plus bien argumenté et montre les efforts faits par certains membres pour prendre en compte les réflexions des autres, alors qu'Estelle ne juge pas utile de commenter leurs idées :

M : que veut dire rêver d'un serpent mort ?

*B : Bonsoir j'aurais dit victoire sur le mal... selon mes expériences*

*N : en effet ,je dirais que le serpent représente un être fourbe envers toi donc si il est mort ,c'est ta victoire sur ses intentions malhonnêtes envers toi .Mais au fond de toi tu sais de qui et sa quoi il s'agit .*

*V : Si vous avez tuer victoire, ou se elle est morte... sil y a beaucoup de serpents vivants ( problèmes, dispute, soucis)*

*A : Bonjour le seprent snifie l'ennemi en principe, donc un seprent mort je dirais une victoire sur l'ennemi.*

*U : j'allais le dire :D*

*Estelle : Bonjour, Panne sexuelle.*

*N : Comme le serpent est vu comme un symbole phallique ,la panne sexuelle est aussi très possible alors je drais que tout dépend de toi comment tu vois le serpent .*

*U : symboliquement il représente un menteur, ennemi aussi.*

*Paul : Le serpent est symbole de sexualité*

*N : c'est exacte, symbole phallique c'est la même chose. J'en parle aussi dans un autre commentaire*

*U : Paul pas toujours ;) je rêve beaucoup de serpent et pas de soucis sexuel mais des menteurs dans mon entourage*

*N : U j'en parle aussi dans ma réponse a un autre commentaire et je mentionne que tu es la seul qui peut vraiment savoir la signification de ton rêve , car tu sais ce que représente pour toi le serpent .*

*U : Ca peut aussi représenter le pouvoir de séduction c'est très vague c'est pour cela qu'il faut le rêve en entier si possible. Mais dans toutes les cultures le serpent symbolise le mensonge, l'ennemi, le tentateur, traître...*

(Publication sur Accompagnement, 17 mars)

Le groupe permet donc parfois au rêveur de bénéficier de plusieurs interprétations, lui permettant de comprendre le rêve d'une manière plus approfondie. L'extrait ci-dessous est l'un des rares exemples d'une interprétation construite à deux, en échangeant véritablement sur les éléments du rêve et leur signification. Estelle n'y accorde toutefois aucune attention :

N : Bonsoir, j'ai rêvé que ma sœur me disais « tire 3 cartes » (cartes divinatoire) le jeu de cartes était dans mes mains. Je vais pour tire les cartes mais je m'aperçois qu'il y a des chaussettes blanches sur les cartes, je les enleve pour pouvoir accéder aux cartes. Alors que je vais enfin les tirer, je m'aperçois qu'elles sont dans une boîte neuve sous plastique que je retire J'ouvre la boîte et à ce moment là je me réveille. Merci par avance pour l'interprétation

*Naïa : Sympa ce rêve ! Peut être que les chaussettes représentent un contre temps dans votre destin, mais que ce contre temps rendra les evenements d'après plus maniables. [...] En tout cas a mon avis c'est l'annonce d'un nouvel horizon dans le quel vous aurez beaucoup de choses a découvrir et un grand pouvoir d'action !*

N : Bonjour effectivement un contre-temps dans une situation. Et pour la suite, j'espère que ca se décantera. Dans tous les cas l'annonce d'un nouvel horizon dans lequel j'aurais beaucoup de choses à découvrir avec un pouvoir d'action me va très bien. Merci à vous.

*Charlotte : Pour moi ce rêve signifie que « vous n'avez pas les cartes en main » pour gérer votre avenir (sous entendu : vous ne pouvez pas ou ne voulez pas prendre votre vie en main). Il vous incite donc à reprendre les rênes de votre vie.*

*Naïa : le jeu de cartes était dans ses mains... Pourquoi vous pensez qu'elle ne veut/peut pas prendre sa vie en main ?*

*Charlotte : parce qu'elle n'arrive pas à les tirer. Elle n'en fait rien*

*Naïa : A aucun moment elle échoue au moment de les tirer ! Il y a simplement d'autres elements et ils me semblent positifs, chaussettes blanches propres et boîte de cartes NEUVE...*

*Charlotte : Elle ne les tire pas à cause des chaussettes. C'est mon avis. Chacun son interprétation. Pour moi c'est clair qu'elle n'arrive pas à mener sa vie comme elle le souhaite. A aucun moment elle ne tire les cartes.*

*Naïa : Peut être que ces chaussettes c'est en effet ce qui l'empêche de « prendre les cartes en mains » mais je pense que le fait qu'elles soient blanches et cachent un jeu neuf est signe qu'elle jouera au bon moment...*

*Charlotte : Peut-être, aussi. Je n'y avais pas pensé.*

*Naïa : Une invitation a les tirer alors :)*

*Charlotte : c'est justement ce que j'allais dire !*

N : Bonjour , effectivement 3 situations en attente. 2 ou je n'ai pas le choix que d'attendre. La première une réponse pour un appart. La deuxième que ma voiture soit réparée. La troisième une situation où pas les rennes du tout. Merci à vous.

*Estelle : Bonjour, Vous êtes un peu naïve pour les conseils d'oracle. Votre sœur n'est pas assez expérimenté pour vous conseillez et pourtant elle a beaucoup d'influence sur votre vie.*

(Publication sur Accompagnement, 20 mars)<sup>151</sup>

Il apparaît que c'est tout à la fois l'autoritarisme d'Estelle et sa non-prise en compte des tentatives des autres interprètes qui empêchent de créer une atmosphère d'entraide et d'apprentissage. Certains membres expriment pourtant très clairement leur intention d'améliorer leurs compétences d'interprète, comme Charlotte, qui n'a malheureusement pas répondu aux propositions d'entretien. Elle interprète quelques rêves en précisant qu'elle est débutante, ou que son analyse n'est qu'une proposition. Elle partage parfois ses rêves en les accompagnant de sa propre interprétation. L'extrait ci-dessous montre une de ses tentatives et le peu d'attention accordée par Estelle aux précisions apportées, alors que Charlotte engage une réflexion à partir de l'interprétation qui lui est offerte :

Charlotte : Pour moi ce rêve met en avant plusieurs choses réelles:

- \_ la garderie: je vais être maman pour la deuxième fois.
- \_ La femme noire qui invoque un esprit: elle a le visage d'une actrice dans une série que je regarde et dans laquelle elle joue le rôle d'une sorcière.
- \_ Rodolfo: c'est le prénom de mon médecin traitant.

On m'a souvent dit que rêver de se voir adulte en classe signifiait qu'on s'apprête à recommencer une erreur du passé. Pour moi ce rêve indique un questionnement sur l'avenir de mon couple. Il indique aussi d'arrêter de "laver son linge sale en public" (sous entendu: arrêter de régler ses problèmes en public) et "d'y faire face" (de les affronter). Il incite à se référer aux professionnels. Qu'en pensez-vous?

*Estelle : Bonjour, Ici, vous essayez de soigner votre couple. Apparemment, vous avez trouvé un homme qui vous inspire davantage que votre conjoint (un médecin est un cas de transfert assez classique). Cette homme est une malchance dans votre couple et ajoute de la tension (vous critiquez le présent pour ne pas être davantage). Il faut donc aider votre couple à dépasser ce cap en changeant d'environnement et passant un petit effort de standing et de look. Au besoin, changez de médecin. Je ne saurai trop conseiller des médecin femme aux femmes. C'est d'un confort redoutable pour les hommes. Ils sont trop froids.*

Charlotte : Je suis tout à fait d'accord pour ce qui est des médecins. On va dire que lui c'est une exception car il est très sensible et à l'écoute. Mais pour ce qui est des autres, je préfère les femmes. Oui j'essaie de soigner mon couple mais il y a une part de moi qui me dit que je suis bien mieux sans lui. Et non, je n'ai pas trouvé quelqu'un d'autre. Mais j'en ais envie. Ce transfert est peut-être un idéal que je m'imagine.

---

<sup>151</sup>Annexe 3.7

*Estelle : Tout à fait, mais ici, c'est idéal n'est pas positif pour votre inconscient. :) Après, c'est vous qui juger. L'inconscient a de l'expérience mais en matière de couple, avec la liberté de la femme, cette expérience n'est pas toujours bonne conseillère. Néanmoins, ce rêve invite à se poser des questions. Si cet idéal est sain, il survivra au changement de médecin. :)*

(Publication sur Accompagnement, 21 mars)<sup>152</sup>

La conclusion qui s'impose à propos d'*Accompagnement* est donc que l'intensité de l'activité n'est pas dû à un esprit d'entraide et d'émulation, ce que l'on aurait pu attendre d'un groupe d'interprétation des rêves. En y incarnant le rôle d'interprète principal avec autorité, Estelle assure le fonctionnement quotidien et la popularité du groupe, mais en limite les possibilités d'expression. C'est d'ailleurs ce que critique Anastasia, étudiante en psychologie. Bien qu'elle considère qu'*Accompagnement* est le groupe d'interprétation des rêves le plus dynamique qu'elle ait trouvé, elle déplore de ne pas y retrouver la même atmosphère que sur les forums d'interprétation :

*« La qualité des interprétations, des interprètes, n'est pas du tout la même. Je ne sais pas si l'anonymat joue ou pas mais dans les forums les gens sont vachement plus... les gens qui postent leurs rêves vont avoir des affinités ou pas, au delà du rêve, affinité freudienne, plus du Jung, il y en a qui utilisent les dictionnaires symboliques, super intéressant des fois de les voir se battre, de voir comment ils défendent leur interprétation, comment ils peuvent s'entraider aussi. Sur Facebook ils ne s'entraident pas, ils n'ont pas de connaissances, plus d'agressivité. Sur Facebook quand j'ai rejoint des groupes il y en avait certains je devais expliquer les raisons, j'ai dit étudiante en psychologie on m'a dit de rester tranquille. »* (Entretien téléphonique avec Anastasia, 24 ans, étudiante en psychologie)

#### *II.A.2. Les tentatives de construction commune sur Révélations*

Sur la même période, seuls 29 rêves ont été partagés sur *Révélations*. Les publications attirent en moyenne 4 commentaires chacune, mais neuf d'entre elles n'ont jamais eu de proposition d'interprétation. La diversité des interprètes est bien plus importante que sur *Accompagnement* : cinq personnes ont interprété au moins trois rêves, et neuf autres membres ont analysé un ou deux rêves chacun. La rotation des membres est une nouvelle fois importante puisque seules deux rêveuses ont partagé deux rêves différents. Les rêves sont majoritairement codés comme courts (83% des rêves soit 24

---

<sup>152</sup>Annexe 3.8



rêves) La moitié des interprétations proposées ont été suivies de remerciements, mais 5 d'entre elles n'ont pas reçu le moindre retour du rêveur.

Sur 29 rêves, 9 ont été accompagnés de conseils usant du lexique typique du développement personnel et de la pensée positive : « visualiser la lumière au bout de l'épave », « avoir confiance en son expérience », « garder confiance en soi et garder la foi, être patiente », « saisir sa chance, méditer, s'émerveiller », « arrêter les si et les peut-être », « ne pas trop fabuler les retrouvailles », « ne pas rester fâchées », et un dernier agrémenté d'une petite touche de spirituel et sorcellerie « faire un travail sur soi, mettre du sel sous le lit et de l'encens dans la maison, prier les anges ».

La construction des interprétations est plus maladroite que sur *Accompagnement*. Les commentaires peuvent n'être parfois que des citations tirées de dictionnaires de rêves en ligne. Toutefois, lorsque ce sont de vraies interprétations qui sont proposées, les interprètes vont plus facilement rebondir sur celles d'autrui :

Véronique : Cela fait 4 mois que mon fils est parti faire la saison d'hiver à la montagne. L'autre nuit j'ai fait un cauchemar qu'un homme abuse de lui mais j'ai rien vu mais quand je les aies surpris il pleurait et était sur son dos! Il me regarder en larmes je lui disais dit moi ce qu'il se passe! abuse t il de toi? Et là je me suis réveillé et depuis j'arrête pas d'y pensé !! J'aimerais savoir si quelqu'un peut me mettre sur une piste! Merci

*A : Vous vs inquiétez certainement pour lui.. votre inconscient vs projecte le pire ?*

Véronique : pourtant je ne m'inquiéter pas il est pas seul il est parti avec son amie

*Catherine : pê peur qu'il soit "abusé" au niveau professionnel par le patron ? Et ça se traduirait de cette façon dans le rêve ? Celà vous semblerait plausible ?*

*L : oui j'y ai pensé soit abus en heures supplémentaires ou au niveau du salaire pas en conséquence des prestations*

*Cécilia : Projection de vos propres peurs peut être ?*

*M : le fait d'avoir peur que rien de mal ne lui arrive travail votre conscience et vs trouble*  
(Publication sur Révélation, 27 mars)

Contrairement à ce que peut faire Estelle, les interprètes vont poser des questions pour avoir plus d'informations sur certains éléments du rêve, et les analyses sont plus souvent présentées comme des hypothèses que comme des vérités. *Révélation* est en cela bien plus proche du fonctionnement des groupes du *dreamwork movement*.

V : Bonjour j'ai fait un rêve qui me perturbe vraiment. Je me vois avec mes filles mon papa on mari et des amis de mon entourage dans la maison de mon ancienne voisine(dame âgée décédé) qui a été démolie il y a 3 ans dans ce rêve on habitait dans cette maison et mes filles descendent en hurlante et me disent qu'elles ont peur de la dame et de la petite fille. [...] Pouvez vous m'éclairer sur je ne connais pas cette petite fille ni cette dame. Merci

*Catherine : Est ce que cette voisine avait une fille et une petite fille ?*

V : non du tout elle n'avait pas d'enfant

*Catherine : alors pè nièce et petite nièce ? :p Sinon je vais essayer de voir (me laisser le temps)*

V : je n'ai aucune idée ma voisine était une dame très âgée elle avait plus de 90 ans cette maison appartenait à sa famille qui ont connu la guerre voilà tout ce que je sait de cette dame

*Catherine : ok je vais voir si j'arrive a donner une interprétation*

*Bon je me trompe sûrement hein ^^ Rêve parlant des états d'âme par rapport aux événements (maison) et concernant la famille (filles, papa, mari) et l'aide reçue (amis). Je dirais que c'est pè en relation avec un événement qui a eu lieu (ou qui tire son origine) il y a env. 3 ans ou quand vous aviez cet âge et qui a démolie qqch en vous (je rappelle que la maison représente les états d'âme et le centre de vie du rêveur et que la maison a été démolie = la symbolique de la "vraie" vie vient dans le rêve puisque vous habitez dans cette maison, cela en prend donc les caractéristiques). Tout le monde est dans ce rêve sauf votre maman. Pè que l'événement en question est en rapport avec elle (je peux me tromper hein). Vos filles ont peur d'une dame et d'une petite fille = vos filles connaissent pè la situation (ou pas et/ou mal expliquée) et en sont affectées (elles "descendent" dans leurs émotions) et ont besoin d'aide (elles hurlent). [...] J'espère ne pas m'être plantée dans les grandes largeurs, j'ai essayé de faire au mieux*

V : Bonsoir cela fait 1 an que j'ai couper les ponts avec ma mère qui ne se manifeste pas envers mes filles ma mère a toujours eu des préférences entre ma soeur et moi donc je pense que sa peut être due à ça aussi

*Catherine : Merci du retour*

(Publication sur Révélations, 25 mars)<sup>153</sup>

### *II.A.3. Un groupe basé sur l'omniprésence de son interprète : Univers*

Pendant les trois semaines d'analyse, 49 rêves ont été publiés sur Univers, et tous ont été analysés par Valérie, qui a 50 ans et ne travaille pas en raison de son invalidité. Elle a créé le groupe pour pouvoir interpréter les rêves avec sa technique unique, l'idée originelle n'a donc jamais été celle d'une construction commune de l'interprétation :

*« Comme j'étais dans une dépression avec la mort de mon père, ma mère, mon conjoint, tout est remonté avec la mort de ma fille. J'ai été deux ans à ne rien faire et à rester au lit, je me suis énervée et j'ai commencée à aller sur internet, sur des groupes. Je faisais pas mal de*

---

<sup>153</sup>Annexe 3.9

*rêves, quand j'ai commencé à y aller j'y connaissais rien, ils racontaient n'importe quoi, il y avait beaucoup de fake, beaucoup de gens qui profitaient de ma détresse. Je suis partie en chasse auprès de ces gens pour prouver qu'ils racontaient de la merde, de fil en aiguille j'ai monté mon propre groupe en même temps j'ai réalisé que j'y croyais vraiment, les rêves que j'analysais pour prouver qu'ils profitaient des gens et prenaient de l'argent ces pseudo voyants. J'ai dit non c'est pas possible, c'était ma guerre, j'ai monté mon groupe. » (Entretien téléphonique avec Valérie, interprète sur Univers)*

La spécificité d'Univers tient en son caractère intimiste, traduit par une faible rotation des rêveurs : seulement un cinquième des publications correspondent à un post unique d'un membre. Une rêveuse a partagé 10 rêves sur la période, une autre 9 rêves, Ophélie en a partagé 8. Les rêves y sont plus longs que sur les autres groupes : 14 ont été codés comme longs (29%), 15 comme étant moyens (31%), laissant donc 19 rêves courts (40%). Ils attirent en moyenne 69 commentaires, ce score étant un peu biaisé puisque Valérie a une méthode d'interprétation très particulière. En réfléchissant au fur et à mesure de sa rédaction, elle va écrire un nouveau commentaire à chaque étape de sa réflexion, et également copier-coller les parties du rêve analysées par étapes. 10 de ses analyses n'ont reçu aucun commentaire, et 21 des remerciements. Les rêveuses montrent fréquemment leur approbation grâce aux *emojis* réaction, qui permettent de signifier l'étonnement, la satisfaction ou encore la colère sur les commentaires.

La méthode d'interprétation de Valérie, qui est donc à l'origine et au centre du groupe, est unique et difficile à décrire :

*« J'en sais rien c'est dans ma tête, j'ai essayé de faire un livre pour expliquer tout ça mais comme je sais pas construire de livre c'est long. J'essaie d'expliquer, de faire un lexique aussi réadapté. Mais moi je base aussi sur tout ce que je vois, c'est de la logique, je prône la logique, un chien qu'est-ce qu'est j'analyse. Quelqu'un voit un chien, un chien c'est avant tout un chien de garde, tous les éléments du chien, il y a la fidélité, pour moi c'est plus celui qui garde la maison. Après le chien qui agresse c'est un mauvais chien, s'il est pas bien dans la maison, à l'intérieur de nous. Je sais pas comment expliquer comment je me faufile dans le rêve, je plonge dans le rêve, je vois les pièces. J'ai besoin de lire, si quelqu'un me raconte je vais le regarder comme un con.*

Vous avez lu des livres sur le sujet ?

*Non j'ai rien lu. En même temps je fais aussi de l'astrologie que je fais moi-même tout ça. Je suis dans ma tête parce que quand je vois, quand je plonge dans le rêve, je sais où je suis. Expliquer pourquoi je ne sais pas pourquoi, pour moi c'est normal, c'est mon monde qui est normal comme ça. Je sais que vous voyez pas les plans. » (Entretien avec Valérie, 50 ans, sans activité professionnelle)*

A partir de notre entretien et des interprétations sur Univers, voici ce qui en a été compris. Il existe différents plans :

- Le plan astral est un plan passé, le plan de l'esprit. Il ne faut pas confondre l'état d'esprit qui vit dans le passé avec l'âme (notre aura) qui vit dans le futur et surveille l'état d'esprit. L'âme fonctionne comme un GPS ou une carte d'identité d'après Valérie. L'âme et l'esprit étaient en fusion mais ont été séparés par une fracture dans le temps. Pour comprendre cette séparation, l'esprit envoie des « états » dans le présent.
- Le plan de l'âme, qui est donc un plan futur.
- Le plan physique est un plan présent, le plan du corps. Dans ce corps s'est incarnée un des états de notre esprit.
- Le plan mental est justement l'état d'esprit qui s'est incarné, et peut être développé en une faculté mentale (masculin) ou comportementale (féminin) si on en prend soin. Quand l'âme dort, l'état d'esprit peut sortir dans son astral, c'est ce qui se passe pendant le rêve.
- Le rêve fonctionne comme une annexe, une décharge où tous les éléments des plans qui ont mal été compris vont apparaître. Il s'agit alors d'assimiler quels sont les codes du cerveau pour savoir à quel plan correspond chaque image du rêve. Puisque la compréhension de ces codes est immédiate dans l'esprit de Valérie, ses interprétations sont affirmées sur un ton de vérité générale rappelant celui d'Estelle, excepté les quelques fois où l'image n'est pas suffisamment définie dans sa tête.

Les éventuels interprètes qui rejoignent le groupe n'y sont certainement pas dans l'optique de compléter l'interprétation de Valérie ou d'apporter la leur, mais cherchent plutôt à assimiler sa méthode, ce qui est compliqué puisqu'elle seule *voit* les plans en lisant le rêve :

*« Il y a un groupe où j'ai beaucoup discuté, elle s'appelle Valérie, on a pas mal discuté, j'ai essayé d'apprendre. Je lui ai fait confiance tout de suite, on sent vraiment que ça sort, des phrases bam bam boum prends toi ça dans les dents et débrouille toi avec. Rien de concluant sur les autres groupes et dictionnaires d'analyse. Sur un autre la personne qui s'en occupait séparait ton rêve en éléments, la maison ça veut dire ça, j'ai dit qu'il y avait plusieurs significations mais ils étaient trop dirigistes. Elle elle a ce côté très*

*humain.* » (Entretien téléphonique avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être)

Leïla, 34 ans et employée dans une résidence pour seniors, passe beaucoup de temps sur le groupe. Ses *emojis* réaction dans les publications des autres rêveurs montrent qu'elle lit avec attention les interprétations de Valérie, et elle participe même parfois en tentant d'interpréter avec la même méthode :

*Valérie : Vous dites ici que vous êtes en redemption ( hospital= rapport avec votre âme )*

*Leïla : Coucou A. alors là si on est pas dans le plan de l'âme !! Hôpital, regard, bouche !!!! Mazette !*

[...]

*Valérie : De la on retourne a un bas niveau, là ou on a du tout recommencé ? et voila ca recommence on refait la journée mdrrr*

*Leïla : Valérie j'étais sur vous allez tellement vite Valérie ! J'arrive à peu près aux mêmes conclusions c'est cool ! sauf que je dois lire 1000000 fois :D !*

(Publication sur Univers, 29 mars)<sup>154</sup>

*Univers* n'a donc que peu en commun avec les groupes du *dreamwork movement*. Malgré le fait que certains membres souhaitent assimiler la méthode de Valérie, on ne peut pas plus considérer qu'il s'agit d'un groupe de formation. Celle-ci ayant du mal à expliquer sa propre technique intuitive, elle peut encore moins l'enseigner à d'autres. L'apport d'*Univers* est donc unidirectionnel : un seul interprète apporte son savoir à tous les membres, qui sont satisfaits de ce fonctionnement correspondant à leurs attentes. Le mystère de cette méthode contribue même à la popularité du groupe, puisque ses connotations spirituelles correspondent à l'orientation de la sous-culture des rêveurs.

Le rôle d'interprète principal incarné par Estelle et Valérie limite donc les possibilités de construction commune et d'apprentissage. Celles-ci sont un peu plus visibles sur *Révélation*s, mais la faible activité du groupe ne permet pas d'arriver à une atmosphère d'entraide et de stimulation.

---

<sup>154</sup>Annexe 3.10

## II.B. La coopération du rêveur

Dans son enquête sur les lecteurs de développement personnel, Nicolas Marquis arrive à la conclusion que deux comportements du rêveur sont indispensables au succès de l'ouvrage. D'un côté, le lecteur doit faire preuve de « *connivence passive* »<sup>155</sup>, c'est-à-dire qu'il doit croire à la réalité des propos de l'ouvrage. Cela est possible selon l'argumentaire de celui-ci, basé sur la science, l'expérience ou la psychologie. En parallèle, les livres s'adressent à des milliers voire centaines de milliers d'individus, ils ne vont donc pas pouvoir proposer des réflexions sur les situations et difficultés vécues par chacun des lecteurs. En résulte une « *coopération active* »<sup>156</sup> du lecteur à travers l'application des consignes et exercices proposés par le livre, mais également en rapportant le contenu de l'ouvrage à sa propre réalité. Le lecteur doit s'approprier un minimum ce qui est écrit pour être convaincu. Les groupes Facebook d'interprétation des rêves requièrent des comportements similaires. La connivence passive est permise par le rôle d'interprète principale que remplissent Estelle et Valérie sur leurs groupes respectifs, ce qui sera plus amplement discuté en partie III. Les groupes Facebook présentent une différence de taille par rapport aux ouvrages de développement personnel, puisque le contenu à s'approprier est destiné à une personne exclusivement. Conséquemment, la coopération active prend deux formes différentes, selon que le contenu à s'approprier est une interprétation destinée à autrui ou à soi-même.

### II.B.1. Un apprentissage par la lecture

Une des questions du questionnaire en ligne demandait au rêveur « Combien de fois avez-vous posté un rêve ? ». Bien que 45% des répondants aient indiqué avoir partagé un rêve au moins deux fois, cette question a provoqué la surprise en montrant que plus d'un tiers des répondants (34%) n'avaient jamais publié. Le fait que certains membres ne souhaitent pas partager leurs rêves peut s'expliquer par la situation paradoxale à laquelle est confronté le rêveur. Sa production onirique est intime et personnelle, et il a souvent l'intuition que cela concerne des éléments tout aussi intimes et personnels de sa vie<sup>157</sup>. Pour le comprendre, il doit cependant le partager à d'autres, faisant ainsi de son rêve une

---

<sup>155</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.73-74

<sup>156</sup>*Ibid*, p.76

<sup>157</sup>Ullman, Montague, *Group dream work and healing*, Contemporary Psychoanalysis, vol.20 no.1, 1984, p.123

propriété publique<sup>158</sup>. Les individus pourraient donc effectuer un calcul pour juger de la pertinence de partager son rêve en fonction du degré d'intimité qu'il y devine et de la qualité de l'interprétation qu'il pourrait en obtenir. Si le groupe n'est pas assez stimulant ou si les analyses y sont trop approximatives, il n'a peut-être pas intérêt à dévoiler des pans de sa vie.

L'activité sur les groupes ne serait donc pas nécessairement à définir comme le partage de rêves et/ou leur interprétation, mais également comme la lecture des publications d'autrui. C'est particulièrement visible sur *Univers*, où les membres montrent qu'ils ont lu les publications des autres grâce aux réactions *emojis* ou à de petits commentaires positifs saluent le récit ou l'interprétation donnée. Les entretiens confirment également que l'intérêt des groupes réside en partie dans la lecture. En trouvant dans des interprétations qui ne leur sont pas destinées des éléments utiles à leurs rêves et réalité, les membres font donc preuve de coopération active, même si celle-ci ne se manifeste pas par une participation en soi sur le groupe :

*« Je lis beaucoup, je pioche énormément, je me remplis le cerveau d'informations pour pouvoir moi m'en servir. C'est bien d'avoir énormément de points de comparaison. »* (Entretien téléphonique avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être)

*« Non, mais je regarde seulement l'interprétation des autres car je n'y connais rien encore. Je fais des comparaisons des différentes cultures et croyances pour en voir plus claire sur la perception des rêves »* (Entretien Messenger avec Mahé, 28 ans, sans activité professionnelle)

*« Je peux voir si d'autres personnes partagent ça, si je peux aider, m'enrichir, pouvoir trouver des réponses à mes questions. »*

Vous allez sur les groupes pour interpréter ou pour être interprétée plutôt ?

*Dernièrement je suis plus passive, je lis énormément mais n'interviens pas toujours. Un truc qui m'a vraiment interpellée c'était un rêve fait au boulot, je trouvais des fœtus dans les poubelles et voulais les sauver. Pourquoi les sauver, ils m'ont répondu en faisant le lien avec mon passé et des choses actuelles. C'était vraiment personnel. J'essaye au maximum de faire par moi-même, mais un grand rêve avec plusieurs choses je vais demander de l'aide. Et des fois en lisant il y a des choses voilà, quand il y en a certains qui expliquent leurs rêves et on peut faire un rapprochement avec ses rêves et ça aide. »* (Entretien téléphonique avec Lise, 27 ans, sans activité professionnelle)

Dans *La gestion des risques*, Robert Castel explique que puisque le travail sur soi

---

<sup>158</sup>Petrić, Daniela et Nemčić Moro, Iva, *Beginners' Anxiety and Group Dreams*, *Group Analysis*, vol. 48 n°3, 2015, p.334

est devenu une vocation universelle, la psychanalyse ne peut plus répondre à la demande sociale. En obligeant à mobiliser des ressources économiques aussi bien que culturelles, elle ne sert que des groupes limités d'individus, généralement issus des classes supérieures. Ce n'est donc qu'en « se dilatant par rapport à la base étroite des pratiques duelles en lesquelles sa légitimité se fonde »<sup>159</sup> qu'elle peut répondre à la demande de la classe moyenne. La psychanalyse permet d'explorer l'inconscient à travers différentes méthodes, la plus connue étant l'interprétation des rêves. Celle-ci a pu se populariser jusqu'à devenir accessible partout et tout le temps à l'ère numérique. Les dictionnaires de rêves en ligne ont le mérite d'offrir des réponses immédiates. Sur, les groupes Facebook, l'interprétation arrive généralement dans la journée, et l'agacement pointe dès lors que l'interprète prend son temps, à coups de *up* écrits en commentaires pour faire remonter la publication.

Les groupes Facebook d'interprétation des rêves peuvent donc fonctionner comme une immense bibliothèque, l'onglet recherche permettant de retrouver toutes les publications à propos du thème recherché. Au quotidien, les publications apparaissent dans le fil d'actualité, rappelant régulièrement au rêveur l'intérêt de porter attention à ses rêves et la possibilité de trouver des informations utiles pour lui dans les interprétations faites à autrui. Contrairement aux groupes de rêves du *dreamwork movement* ou aux thérapies de développement personnel où est attendue une participation active de tous les membres, l'immensité du réseau social et le caractère impersonnel qui peut en découler laissent à chacun la possibilité de prendre ce qui l'intéresse sans nécessairement s'y investir.

### *II.B.2. L'appropriation du contenu*

Dans le cas où le rêveur lit l'interprétation qui lui est destinée, il doit également faire preuve de coopération active. En effet, les publications se limitant dans la majorité du temps au partage du rêve seul, l'interprète ne sait donc rien du rêveur.

*« Je dirais que les interprétations souvent quand elles sont données elles sont très génériques et souvent il faut quand même faire rapport à soi aussi. Ça peut être une aide pour sortir de ce que notre mental voudrait entendre, mais ça peut être qu'un guide pour moi... »* (Entretien téléphonique avec Christelle, 40 ans, commerçante dans l'alimentation)

---

<sup>159</sup>Castel, *La gestion des risques*, Op. Cit. p169



« Vous pensez quoi des interprétations sur les groupes ?

*Il y en a pas mal qui se sont révélées être vraies. Tout ne l'est pas, la personne en face ne connaît pas forcément la vie de la personne. »* (Entretien téléphonique avec Anja, 37 ans, en recherche d'emploi)

Quelques interprètes comme Paul sur *Accompagnement* ou Catherine sur *Révélations* posent des questions pour compléter leur interprétation, mais les informations récoltées par ce procédé ne permettent pas de procéder à une analyse aussi poussée qu'en psychanalyse ou en sociologie à la manière de Bernard Lahire. Sur *Univers*, une personnalisation plus importante de l'interprétation est parfois permise comme ce sont souvent les mêmes rêveuses qui reviennent, mais Valérie admet oublier le plus souvent ce qui a été dit quelques jours ou semaines plus tôt.

Ainsi, le rêveur doit tout de même être prêt à combler les manques dans l'interprétation, ou à rapporter ce qui est dit à ce qu'il vit en réalité. La coopération dont il fait preuve se rapproche alors de celle exigée lors de la lecture d'un horoscope où est à l'œuvre un considérable effet Barnum : « une tendance à accepter comme personnelle une description vague, générale et ambiguë de la personnalité »<sup>160</sup>.

Nicolas Marquis parle de « disposition inconditionnellement bienveillante » du lecteur d'ouvrage de développement personnel<sup>161</sup>. En partant de l'idée que chaque élément du texte peut être porteur de sens, le lecteur aborde l'ouvrage avec un enthousiasme suffisant pour toujours y trouver quelque chose qui sonne juste ou qui « leur parle ». Les rêveurs sur les groupes d'interprétation sont dans une disposition similaire, surtout s'ils connaissent peu de choses à l'interprétation des rêves. Confrontés à l'analyse d'un interprète, qui a lui des connaissances, ils vont voir dans chaque réponse quelque chose à raccrocher à leur expérience. Cet enthousiasme peut parfois agacer :

*« Des fois j'ai l'impression que la personne sait déjà ce qu'elle veut entendre, sans avoir falsifié son rêve mais elle est déjà persuadée. Parfois c'est le contraire, la personne donne énormément de détails mais est très ouverte, quand je vois une personne et qu'elle reçoit quatre interprétations contradictoires et qu'elle dit oui à toutes les interprétations... »* (Entretien téléphonique avec Anastasia, le 26 mars 2019)

---

<sup>160</sup>Esquerre, *Prédire*, Op. Cit. p.14

<sup>161</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.132

Sur *Accompagnement*, 151 interprétations ont été publiées. 22% d'entre elles ont reçu une confirmation, cette catégorie réunissant les réponses codées comme confirmation explicite (14%) et confirmation nuancée (8%). On peut parler de confirmation nuancée quand les rêveurs mentionnent des liens entre l'interprétation et la réalité sans toutefois la valider, ou expriment l'idée que l'analyse *pourrait* correspondre. Sur les 20 interprétations de *Révélations*, le pourcentage est plus élevé avec 35% de confirmations (30% explicite, 5% nuancée) mais la petitesse de l'échantillon n'encourage pas les comparaisons. Pour ce qui est d'*Univers*, 20% des 49 interprétations ont été confirmées (6% explicites, 14% nuancées), ce qui peut s'expliquer par la complexité des interventions de Valérie et leur caractère très spirituel, difficile à raccrocher à une réalité physique.

Les interprètes vont utiliser des notions fourre-tout dans lesquelles les rêveurs devraient pouvoir trouver des éléments à rattacher aux expériences vécues. Le lexique et les thèmes du développement personnel sont souvent utilisés, comme le montrent les passages soulignés dans les interprétations ci-dessous, issues de chacun des trois groupes. En étant déjà sensibilisés à ces thèmes compte tenu de leurs intérêts, ils sont dans la disposition idéale pour s'enthousiasmer des analyses données. Comme dans les consultations d'astrologie<sup>162</sup> ou de tarologie<sup>163</sup>, le rêveur est impressionné par la précision de l'interprétation donnée, alors qu'il a largement contribué à la justesse qu'il lui attribue :

S : Selon vous qu'est ce cela pourrait signifier lorsque on rêve qu'une amie tout d'un coup se mets à pousser des cris stridents comme une enfant de façon surprenante [...]

*Paul : Peut-être avez-vous une douleur interne profonde qui n'est pas exprimée dans la vie de tous les jours et que le rêve cherche à expulser afin de vous libérer de vos douleurs profondes. Ou soit il y a donc l'idée d'une affirmation de soi par la parole, en se sens que vous cherchez à vous affirmer et à construire une meilleure confiance de soi.*

S : oh oui complètement. Ce sont les deux à la fois.

*Estelle : Les cris aïgues sont liés à la peur en général. Elle fait donc semblant d'être heureuse. Il y a quelque chose d'angoissant pour elle durant ces vacances.*

S : whouao c'est impressionnant car en vrai, elle souffre beaucoup mon amie. Elle est electro-sensible et elle souffre beaucoup avec son electro-sensibilité. [...]

*Estelle : La douleur marche aussi ! :)*

---

<sup>162</sup>Esquerre, *Prédire*

<sup>163</sup>Favret-Saada, Jeanne. *Désorceler*. Editions de l'Olivier., 2009

(Publication sur Accompagnement, 28 mars) <sup>164</sup>.

Claude : Bonjour J ai rêvé cette nuit que je secourrais 2 enfants sur mon lieu de travail. Une jeune fille qui courrait dehors et que j ai récupéré et sa petite sœur presque un bébé car j ai fait tout pour trouver des couches... Après je me suis réveiller donc je ne sais pas si j en ai trouvé Merci de l interprétation

*N : Bonjour, Avez-vous un métier à responsabilité ? En charge de projets ou de dossiers peut-être ? Ça semble être la panique au travail en ce moment*

Claude : oui. Je recommence à être la cible de ma responsable. Je souhaite prendre un congés sabbatique à partir de sept prochain

*N : En effet, un grand stress est exprimé à travers ce rêve. Les enfants représentent des responsabilités professionnelles, ou en tout cas celles qu'on vous met sur le dos. C'est comme si vous avez ou aurez à gérer des problèmes qui ne sont pas forcément les vôtres.*

Claude : C est ça!.je gère des documents d audit et on me stress et oblige à demander des choses impossible.. Bravo et Merci

*N : C'est avec plaisir :)*

(Publication sur Révélation, 24 mars)

F : Bonsoir, merci de m'accepter parmi vous. Cela fait plusieurs fois que je rêve de grossesse c'est assez bref comme rêve soit je me vois enceinte ou avec un nouveau né soit on m'annonce une grossesse (par exemple cette nuit, mon copain m'annonçait qu'il allait être papa... Mais avec une autre femme qui portait son enfant)Je suis curieuse de savoir si cela a une signification particulière...

*Valérie : bonjour, la grossesse parle souvent d'une chose qu'on projette de faire, qu'on pense, soit idée, soit donc projet, court ou long terme, c'est en soi en tout cas, ça mijote sous le feu.. [...] a vous de voir car on a aucun détail du rêve je peux pas m'orienter [...]*

F : Non ça colle parfaitement en fait, j'ai effectivement un projet qui je l'espère aboutira : un déménagement, changement de rythme de vie. Merci beaucoup Valérie pour ces éclaircissements

(Publication sur Univers, 29 mars) <sup>165</sup>.

Une variante consiste en une interprétation très chargée, où il s'agira pour le rêveur de saisir parmi la multitude d'informations apportées celles se rattachant à son expérience. Les livres de développement personnel fonctionnent souvent sur un principe similaire, en proposant une suite de réflexions et en laissant au lecteur le choix de celles lui convenant<sup>166</sup>. Dans l'extrait ci-dessous, la rêveuse affirme n'être « pas sûre de s'en

---

<sup>164</sup>Annexe 3.11

<sup>165</sup>Annexe 3.12

<sup>166</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.126

sortir » et fait ainsi correspondre sa situation avec certains thèmes abordés par Véronique, tels que la torpeur ou la nécessité de changement.

C : J etais malade, j'ai étai me reposer dans aprem j'ai étai réveiller en sursaut , .... Je ne me souviens plus de tout mon rêve mais il était étrange , quelqu un est décédée je me souviens juste que c'est une femme . Et à un moment je me retrouve face à ma soeur mais j'ai l'impression d'être plus jeune et la elle tiens quelque chose dans sa main fermé et me crie dessus à plusieurs reprises " je t'ai offert quoi comme bijou quand tu étai toute petite ??? " jusqu'à ce que je crie UNE HIRONDELLE !!!!!!! Elle ouvre sa main , un collier avec une grosse hirondelle bleu violette quelle me met au coup et je me réveille en sursaut !!!!! ..... Je ne peux vous l'expliquer mais pour la toute 1 ère fois ce rêve me perturbe extrêmement !!!

[...]

*Véronique : Bonjour C., voici l'interprétation de votre rêve qui vous perturbe. En début de texte de votre souvenir de ce rêve, une femme est morte. [...] Donc la présence de mort symbolise la fin d'une situation dans une sphère de votre vie, la fin d'un chapitre qui na plus sa raison d'être. [...] Les cris que l'ont s'envoie à nous même en rêve sont présent pour secoué le rêveur pour qu'il sorte de sa torpeur. [...] La présence du symbole du bijou en rêve est une invitation du chemin à suivre afin de vous retrouver, celle qui était jadis. Le bijou offert à vous-même symbolise votre richesse intérieure, vos capacités sont un trésor secret. [...] Cette action de collier au coup indique un certain comportement de soumission. Ce collier est orné d'une hirondelle de couleur bleu violette. Le symbole de l'hirondelle en rêve devient l'expression de messagère, elle symbolise des changements important sur le parcours de votre vie, certaine chose ce terminerons pour faire place au renouveau. [...]. Le bleu de l'hirondelle est un symbole de moral et un appel à trouver l'équilibre en votre être pour évoluée. La présence du violet dans les plumes de l'hirondelle représente l'action vers le changement pour une guérison intérieure total. Espérant vous avoir éclairé sur ce rêve.*

C : waouhhhhhhh c'est EXACTEMENT ma situation actuelle !!!!!!!!!!!!!!! Je suis choquée la ..... mille merci à vous . Et je traverse la pire épreuve de ma vie , je comprend donc beaucoup mieux pourquoi ce rêve ma perturber à ce point pour la toute première fois de ma vie !!!!! Je ne suis pas sûre de men sortir cette fois et d'y arriver mais en tout car mille merci de me l'avoir éclairer !!!!!!!!!!!!!!!

*Véronique : Merci Cindy, vous devez toujours garder confiance en vous , garder la foi , courage et tout entreras dans l'ordre , chaque chose à sa raison d'etre et tout conclue au bien. soyez patiente dans votre épreuve et garder le sourire, demain est un autre jour.*

C : oui je sais merci beaucoup

(Publication sur Révélations, 12 mars)<sup>167</sup>

L'interprétation peut donc être commune en se construisant grâce à la participation du rêveur, qui va rattacher les points soulevés dans l'analyse à ce à quoi il est confronté. Le plus souvent, cette participation n'est pas expressément requise par les interprètes.

---

<sup>167</sup>Annexe 3.13

## II.C. Une quête de spiritualité stimulante

A propos du développement personnel, Michel Lacroix écrit : « Le mouvement est fidèle à l'esprit individualiste, celui du « *Me first* », du « *souci de soi* », mais, dans le même temps, il déborde l'individualisme, dans la mesure où il exalte le transpersonnel, le fusionnel, le cosmique. La culture du Moi et la culture de la totalité s'entremêlent donc étroitement, reflétant ainsi le double rêve de l'homme contemporain. Car que désirent, au fond, les hommes d'aujourd'hui ? A l'heure de l'instabilité économique et du retour du religieux, de la mondialisation effrénée et du réveil du sacré, ils désirent à la fois être plus forts dans la lutte pour la vie, et retrouver le chemin de l'expérience mystique. »<sup>168</sup>. La culture de l'illimité qu'il perçoit dans le développement personnel apparaît exagérée, les adeptes du développement personnel pouvant chercher en toute simplicité le bien-être plutôt qu'un statut de surhomme performant dans tous les domaines.

Toutefois, la première partie a montré que le public des groupes Facebook des rêves correspondait à une frange des adeptes du DP particulièrement portée sur la spiritualité. La construction de l'interprétation attire toujours plus de commentaires dès lors que les membres y voient un lien avec ce domaine. Se couple à cet intérêt une ambition commune de développer des capacités dans une recherche de plus-être, ce qui peut être permis au travers des rêves.

### II.C.1. La notion de croyance sur les groupes

62% des répondants s'affirment croyants en réponse au questionnaire en ligne, et 14% pratiquants réguliers. En France, seuls 37% de la population affirment appartenir à une religion<sup>169</sup>. La notion de croyance sur les groupes doit cependant être interrogée. La question a été posée en envisageant la croyance dans son sens religieux, mais les discussions avec les membres ont indiqué que la croyance est plus souvent de nature

---

<sup>168</sup>Lacroix, L'aventure prométhéenne du développement personnel, *Sciences Humaines*, 2001/12 n°122, p.31

<sup>169</sup>[https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2015/05/07/une-grande-majorite-de-francaise-ne-se-reclamenet-d-aucune-religion\\_462961284355770.html](https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2015/05/07/une-grande-majorite-de-francaise-ne-se-reclamenet-d-aucune-religion_462961284355770.html)

spirituelle. En effet, les réponses aux questionnaires à la question sur les centres d'intérêt indiquent « *spiritualité hors religion* » et « *Spiritualité. Je ne suis pas croyante au sens où c'est peut-être entendu ici. D'ailleurs cette question ainsi posée m'a dérangée* ». Les entretiens soulignent également que la croyance est spirituelle et non religieuse.

La spiritualité peut être entendue comme quête de sens ou comme référence à des éléments religieux ou immatériels. A propos des thérapies des années 60-70, Françoise Champion écrit : « tous les éléments proprement religieux peuvent, dans une logique toute pragmatique largement répandue dans la nébuleuse mystique-ésotérique, constituer des supports utiles pour un travail de transformation de soi. La référence à un « chemin » dépouillé de tout recours au magique ou à l'extraordinaire est [peu] probable »<sup>170</sup>. Sur les groupes, la spiritualité est entendue comme tout ce qui n'est pas matériel :

*« Moi je crois aux âmes, je crois un peu à tout, je crois pas en Dieu vraiment mais je crois plus aux anges, je crois aux personnes disparues, je parle à ma grande sœur qui est morte et je pense que d'un côté ils m'apportent des réponses. Je pense que l'inconscient c'est relié à notre âme. Vu que je suis croyante dans ce domaine là je pense qu'on a une forte connexion de nos deux âmes et du coup je pense que l'un comme l'autre on peut rêver, et s'aider mutuellement. »* (Entretien téléphonique avec Louise, 26 ans, sans activité professionnelle)

*« Une thérapeute intuitive m'avait dit aussi que j'allais avoir beaucoup de messages dans mes rêves, on peut parler de guidance, d'intuition. Des personnes vont parler d'âme, d'autres de guide, je ne connais pas vos croyances, pour moi c'est des mots différents mais ça se rapproche. Dans ma compréhension, ma vérité à moi, notre âme suit un certain plan, un certain chemin, on est guidé par des énergies, notre intuition, et donc en fait cette thérapeute m'avait dit que j'aurais beaucoup de messages à travers les rêves. »* (Entretien téléphonique avec Blandine, 41 ans, infirmière en EHPAD)

*« Je crois à tout, je crois au grand mystère. Je serais plutôt pas du tout monothéiste, ça m'a jamais convenu, et puis j'ai un papa qui est algérien musulman et une maman française bercée dans le catholicisme, mais ils m'ont jamais imposé quoi que ce soit j'ai une grand liberté. Tout ce qui est surnaturel m'a toujours passionnée. »* (Entretien téléphonique avec Leïla, 34 ans, employée dans une résidence pour seniors)

Nicolas Marquis, dans son étude des lecteurs d'ouvrages de développement personnel, ou Jeanne Favret-Saada, dans son enquête sur la sorcellerie dans le Bocage normand, insistent sur les tentatives des personnes interrogées de prendre du recul et de ne pas laisser l'impression de trop « y croire ». Ils font preuve de résistance<sup>171</sup> ou

---

<sup>170</sup>Champion, Thérapies et nouvelles spiritualités, *Sciences Humaines* 2006/6 n°106, p.26

<sup>171</sup>Favret-Saada, *Désorceler*, p.125

cherchent à montrer au sociologue qu'ils gardent leur « esprit critique »<sup>172</sup>. Lors des entretiens, ce comportement n'était pas visible. Tout au plus vont-ils admettre l'idée que je puisse ne pas partager leurs croyances, comme dans l'extrait ci-dessus où Blandine dit « je ne connais pas vos croyances », ou celui-ci-après :

*« J'ai mes pensées sur les choses, et je sais bien que voilà si pour toi ça n'a pas de sens ça n'a pas de sens c'est tout, je suis aussi entourée de gens qui sont pas du tout ouverts à ce genre de choses-là même si moi j'y crois, mais mes croyances ne sont pas celles des autres donc je n'impose rien du tout. »* (Entretien téléphonique avec Gaëlle, 33 ans, sans activité professionnelle)

Seule Anastasia affirme prendre du recul :

*“Je préfère rester terre à terre, je me dis que la science peut tout expliquer pour l'instant. Je vais pas dire à une personne qu'elle est hantée par un fantôme, je m'intéresse à tout mais suis très rationnelle à côté de ça.”* (Entretien téléphonique avec Anastasia, 24 ans étudiante en psychologie)

Plusieurs hypothèses peuvent être invoquées pour expliquer que les membres ne ressentent pas le besoin de me rassurer quant à leur esprit critique :

- Alors qu'il est désormais admis dans nos sociétés occidentales que la sorcellerie n'existe plus, les notions de spiritualité perdurent. Tout ce qui concerne les esprits peut certes être moqué, mais croire que l'on peut communiquer avec les morts ou être guidé par des anges apparaît moins absurde au regard des traditions religieuses que procéder à des rituels de sorcellerie. Contrairement aux paysans normands interrogés par Jeanne Favret-Saada, les rêveurs ne pâtissent sans doute pas d'une image d'arriéré lorsqu'ils partagent leur croyance.
- Nicolas Marquis précise dans son enquête que les lecteurs de développement personnel interrogés semblent être issus des classes moyennes et supérieures<sup>173</sup>. Le public des groupes Facebook de rêves est plutôt issu de la classe moyenne basse d'après les professions citées, et a certainement un niveau de formation moindre que les lecteurs de Nicolas Marquis. Ils ne sont donc peut-être pas confrontés à un jugement aussi

---

<sup>172</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.92

<sup>173</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.202

important de leurs pairs. Ces derniers n'attendent pas d'eux une forme de rationalité universitaire, dont fait justement preuve Anastasia, qui est étudiante.

- Enfin, la forme de l'entretien téléphonique limitait beaucoup le caractère officiel de la confrontation en encourageant une tournure presque amicale de la conversation. Qui plus est, les interrogés connaissaient évidemment mon statut d'étudiante, bien moins imposant que celui d'un chercheur. Dans un contexte de face-à-face, la gêne aurait peut-être été plus grande, et conséquemment le degré d'intimité des sujets abordés.

Les sociétés contemporaines sont marquées par l'effacement du religieux, résultant pour Philip Rieff en une perte de sens pour les individus, qui n'ont plus d'autre modèle que l'ambition de leur épanouissement personnel<sup>174</sup>. Or comme souligné par Carl Gustav Jung, ne plus *croire* ne pose aucun problème tant que tout va bien, mais dès lors qu'apparaissent les difficultés l'individu ne peut plus se raccrocher à quelque chose lui donnant la force de combattre<sup>175</sup>. Les membres des groupes Facebook des rêves ont tout à la fois une ambition d'épanouissement personnel et des croyances leur permettant d'affronter les problèmes. En laissant croire à une vie après la mort ou à la possibilité de communiquer avec ses proches disparus, la spiritualité leur permet de trouver un sens à leurs questionnements.

### *II.C.2. Développement de compétences*

Michel Lacroix souligne le double axe du développement personnel : d'un côté le « renforcement du Moi » pour devenir un meilleur soi, de l'autre le « dépassement du Moi » avec l'expérience spirituelle. Tout le monde pourrait vivre des états modifiés de conscience, entrer en transe et développer des capacités touchant au paranormal comme la médiumnité<sup>176</sup>. Le rêve, en permettant de vivre des choses invisibles dans la réalité, s'inscrit totalement dans cette mouvance en quête de plus-être. Dès lors que

---

<sup>174</sup>Rieff, *The Triumph of the therapeutic. Uses of faiths after Freud*

<sup>175</sup>Jung, *Essai d'exploration de l'inconscient*

<sup>176</sup>Lacroix, L'aventure prométhéenne du développement personnel, *Sciences Humaines*, 2001/12 n°122, p.31



l'équilibre psychique est relativement maintenu, l'individu peut exiger plus de lui-même, l'exploitation de son potentiel étant une fin en soi. La perspective de vivre des choses extraordinaires ou paranormales peut être comprise comme ajoutant un supplément d'excitation non négligeable à la vie des individus, confrontés à un quotidien répétitif. Alors qu'il est attendu de lui qu'il devienne un « individu-trajectoire à la conquête de son identité personnelle et de sa réussite sociale, sommé de se dépasser dans une aventure entrepreneuriale »<sup>177</sup>, le rêveur typique des groupes est dans une situation sociale où il ne peut sans doute pas envisager une telle aventure. Conséquemment, la conquête de ses propres pouvoirs apparaît comme une alternative ambitieuse et fascinante.

Les groupes d'interprétation encouragent l'élargissement des expériences de sommeil, puisque c'est une fois que l'on s'y intéresse que l'on favorise éventuellement les chances d'expérimenter les rêves lucides ou les expériences de hors-corps<sup>178</sup>.

*« Ca fait un an et demi, deux ans que je suis sur Accompagnement. C'est quand j'ai vraiment commencé à faire des expériences vibratoires, je voulais voir si d'autres personnes vivaient la même chose que moi, savoir si c'étaient des voyages astraux, de la décorporation ou des rêves où je reste dans mon corps. J'ai juste posé cette question là une fois, on m'a dit décorporation. »* (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée)

Les rêveurs sont nombreux à voir dans les rêves un potentiel parapsychologique qu'ils n'ont pas en journée. La première partie de ce mémoire a souligné la croyance dans le pouvoir des rêves pour éclairer le quotidien, mais également en ses capacités prémonitoires ou à la possibilité de communiquer avec des entités spirituelles. C'est ce que confirment les entretiens en insistant sur le caractère multidimensionnel du rêve, tout en continuant de l'inscrire dans le continuum du développement personnel :

*« Plus je travaille sur moi entre guillemets, plus je m'élève dans certaines pratiques. Avec la méditation et tout ce que je fais au niveau énergétique, plus il y a de synchronicité et de messages dans la vie de tous les jours et dans les rêves. C'est comme si en fait pour moi c'est une part de notre inconscient ou notre âme la nuit qui se balade dans d'autres dimensions. On peut parler de voyage astral à travers le rêve. C'est complexe dans le rêve il y a aussi des guérisons, on se retrouve sur d'autres plans, d'autres dimensions où on va expérimenter, j'ai du mal à trouver les mots. »* (Entretien téléphonique avec Blandine, 41 ans, infirmière en EHPAD)

---

<sup>177</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, Op. Cit. p.11

<sup>178</sup>Hillman, *Perchance to Dream : the Frontiers of Dream Psychology*, p.18

« Je pars du principe qu'on est multidimensionnel. J'avais rêvé de ma grand-mère après son décès où elle me disait d'arrêter de m'inquiéter, qu'elle savait que je l'aimais. Je pense que c'était une dimension différente, je crois aux corps éthériques, à l'astral etcetera. J'ai vécu des trucs rigolos, je crois qu'on peut se connecter sur des plans différents. Je suis pas sûre que ce soit dans le rêve qu'il y a les frontières les plus fines entre les dimensions, dans la méditation, les voyages astraux, on peut se déplacer dans l'espace-temps ou l'espace tout court, ou même dans les soins énergétiques j'arrive à me connecter à quelqu'un d'autre. » (Entretien téléphonique avec Sarah, 31 ans, infirmière)

« Notre vie de rêve nous montre très clairement le développement de notre âme, où nous sommes, ce que nous devons faire. Lorsque vous travaillez sur vous mêmes correctement, vos rêves vont changer. Plutôt que répéter votre vie mondaine dans les rêves, vous commencerez à expérimenter les Mondes Supérieurs, les cieux. » (Entretien Messenger avec Paul, 30 ans, sans activité professionnelle)

Les interprétations données sur les groupes vont dans le même sens. Estelle en particulier aime indiquer le développement d'une compétence grâce aux rêves<sup>179</sup>. Elle peut mentionner une capacité populaire parmi les rêveurs, comme la communication avec les défunts<sup>180</sup> ou au contraire beaucoup moins connue, comme le « potentiel de douance à plus de 165 (intelligence relative) »<sup>181</sup>, qui correspond à un haut potentiel intellectuel. Ce diagnostic s'accompagne parfois de conseils sur la meilleure façon d'exploiter cette compétence :

*Estelle : Bonjour, Vous êtes très empathique. Vous êtes capable de voir l'autre et comprendre son état émotionnel pour anticiper l'avenir. Clairement, votre rêve vous invite à prendre cette compétence en vous sérieusement et l'explorer. La synergologie, le mentalisme, l'observation peuvent être des pistes d'exploration assez simple à mettre en œuvre.*

(Publication sur Accompagnement, 11 mars)<sup>182</sup>

Les réponses à ce type d'interprétations sont enthousiastes, puisqu'elles satisfont le désir de nombreux rêveurs d'aller au-delà du soi limité dans un quotidien étriqué. Ariane a ainsi été convaincue par l'interprétation faite de son rêve sur *Révélation* :

« J'ai rêvé il y a quelques temps qu'une énorme vague arrivait sur moi, je voyais un œil nettoyé par l'eau de mer je ne comprenais pas la symbolique. Sur le groupe ils m'ont dit "tu es en train d'ouvrir ton troisième œil", en écoutant leurs commentaires je me suis dit

---

<sup>179</sup>Annexe 3.14

<sup>180</sup>Annexe 3.15

<sup>181</sup>Annexe 3.16

<sup>182</sup>Annexe 3.17

*que ce pourrait être en adéquation, j'ai creusé et travaillé là-dessus, j'ai vraiment cette sensation d'avoir ouvert mon 3ème œil. Sur l'instant j'arrivais pas à l'interpréter, parfois on a besoin d'un regard extérieur pour poser un mot juste et mieux comprendre. »*  
(Entretien téléphonique avec Ariane, 43 ans, sans emploi)

Les publications touchant à ces thèmes apparaissent comme plus stimulantes. D'autres rêveurs y participent, enthousiastes à l'idée d'échanger sur le sujet<sup>183</sup>. Enfin, l'extrait ci-dessous permet de condenser plusieurs points soulevés tout au long de ces deux premières parties. Il a été réduit au maximum et sa version complète peut être lue en annexe. Cet échange entre des membres de *Révélation*s montre les spécificités de la sous-culture participant aux groupes de rêves : les différents participants semblent tous connaître les notions spirituelles abordées par les autres telles que le bas-astral<sup>184</sup>, et sont tous convaincus qu'il est possible d'avoir des capacités médiumniques<sup>185</sup>, c'est même quelque chose qu'ils vivent au quotidien. S'entremêlent dans leurs échanges différentes techniques du développement personnel : méditation, pensée positive, feng shui<sup>186</sup>, lithothérapie, mais également un peu de sorcellerie. Naïa conclut la conversation exprimant sa satisfaction d'avoir trouvé un groupe où elle peut discuter de ce genre de sujets, confirmant l'idée que les membres ne peuvent pas nécessairement aborder ces thèmes spirituels dans d'autres contextes. Enfin, le fait que cette discussion ait eu lieu sur le groupe *Révélation*s n'est pas surprenant : sur *Accompagnement* comme sur *Univers*, les interprètes principales se seraient vite imposées et auraient limité les possibilités de discussion.

Ariane : Bjr mes Amis rêveurs voilà plusieurs mois que j ai la sensation de ne pas être seule qd je dors, j ai la sensation qu on me touche les jambes, et ces dernières nuits, bcp de mal à m endormir, j ai des suées, très chaud, qd je ferme les yeux, j ai des genres de flash, bizarre, parfois effrayant, des fois des tourbillons, j ai l impression d he dors, qu' on me secoue, je me réveille de peur, j allume la lumière et rien....l un ou l une d entre vous a t il vécu ce genre d expérience et avez vous une idée sur ce qui me dérange ? Merci les rêveurs.... [...]

*L : Peut-être un don médiumnique ? [...]*

*Naïa : Sans capacité médiumnique il ne pourrait pas le voir, mais il y a quelque chose Ce qui est désagréable/effrayant c'est des sortes de démons [...] Il y a un gros travail a*

---

<sup>183</sup>Annexe 3.18

<sup>184</sup>Là où vivent les esprits mal-intentionnés

<sup>185</sup>Relatives à la communication avec les esprits

<sup>186</sup>Annexe 1

*faire sur soi, impérativement, et vous avez la chance d'avoir des perceptions qui vous avertissent avant que ça devienne des problèmes de santé [...]*

*V : ne parlons pas de démons mais plutôt d'âme perdue qui n'a pas rejoint la lumière ;) inutile d'ajouter stress angoisses et culpabilité a cette peur... [...] PROTECTION pour Ariane ;) du sel gros+fin dans un récipient mis sous le lit au niveau de la tête pour absorber les énergies négatives et garder un sommeil serein... Un peu d'encens benjoin pour purifier la maison (avec prières Notre Père et je vous salue Marie si on y crois) dans toutes les pièces en insistant sur la chambre (eau bénite si on en a... dans chaque coin) Naïa si vous n'êtes pas très bien un peu de relaxation avec des méditations (vidéo youtube) permettront de réaligner les chakras et expulser les vibrations négatives ;) Bonne journée a tous :D [...]*

*Ariane : Bjr et merci de votre réponse....je ne suis pas vers le bas astral...je parle aux anges chaque jour, je suis hyper positive et joyeuse, toutefois, j ai traversé 18 mois compliqué [...] je brûle tous les jours de la sauge blanche, du camphre.... suite à la rencontre d un maître Feng shui, j ai bougé mon lit, nous avions le réseau curry et hartmann qui passaient sous nos têtes....j ai une coquille saint Jacques rempli de sel d himalaya, sous ma tête de lit .....hier soir, j ai placé une pierre de quartz sur mon 3e oeil avant de fermer les yeux....j ai eu comme un " combat" derrière mes yeux fermés, et j ai demandé à mes Anges de le protéger...j ai enfin dormi...7h non stop....alors si vous avez des idées , je prends.... [...]*

*L : malheureusement quand on débute dans la médiumnité, nous avons à faire à des esprits du bas astral... c'est comme ça pour tous les médiums.. Vous avez peur ce qui est normal, la peur attire les esprits car elle les nourri.. Continuez de prier vos anges, ils vous protègent , mais si la médiumnité est votre destin vous ne pourrez rien faire. Je parle en connaissance de cause.*

*Josée : [...] Je me protégeais a outrance dans réel succès avant de comprendre et apprendre à refuser ces contacts du bas astral :O J'ai demandé qu'on m'enlève ces capacités on m'a laisser un peu de repos :( mais il y avait malgré tous qq flashes ou ressentis ou contacts qui venaient me rappeler que tel était mon destin et qu'il fallait que j'accepte :)[...]*

*L : La médiumnite peut se réveiller à n'importe quel âge.*

*Josée : oui n'importe quel âge mais je la traîne depuis toute jeune... C'est juste que je ne comprenais pas les manifestations et étais plutôt cartésienne a chch des explications logiques et scientifiques aux phénomènes... [...]*

*Naïa : Je suis contente d'être arrivée dans ce groupe :) je crois que je vous cherchais depuis longtemps*

*(Publication sur Révélations, 24 mars) <sup>187</sup>*

---

<sup>187</sup>Annexe 3.19

## Conclusion de partie

Les groupes Facebook d'interprétation des rêves servent donc de ressource commune dans trois domaines. Ils peuvent tout d'abord être une ressource pour les interprètes souhaitant travailler leur méthode, mais le rôle central d'Estelle et Valérie limitent le plus souvent cette possibilité. Ils servent de ressource dans l'interprétation de ses propres rêves, ce qui est en toute logique le but du groupe, mais notamment en permettant aux rêveurs d'avoir accès à une immense base de données. Enfin, ce sont des ressources dans la recherche d'informations sur la spiritualité et l'ésotérisme, qui semblent passionner les membres.

Seule la troisième option permet de situer la pratique de l'interprétation des rêves dans un projet de sociabilité, avec la volonté de construire des échanges voire des relations autour de la spiritualité. Contrairement à la religion, qui impose des contraintes aux individus en raison de son caractère collectif, la spiritualité est une quête personnelle compatible avec une société où sont valorisées l'autonomie et les libertés individuelles. Dans le même temps, elle permet d'envisager la vie au-delà de sa propre existence et de donner une plus-value à celle-ci, en admettant la possibilité d'un potentiel parapsychologique. Cette perspective est valorisante pour des individus dont la situation sociale et les contraintes qui en découlent ne leur permettent pas de réussir l'« aventure entrepreneuriale »<sup>188</sup> encouragée par la société.

Les croyances spirituelles des rêveurs ne sont toutefois pas répandues, souvent considérées comme absurdes car non-basées scientifiquement. Ainsi, les groupes vont parfois être le seul espace où les rêveurs peuvent trouver des réponses à cette quête de sens. Toutefois, la hiérarchie induite par certains interprètes et l'intervention limitée des membres dans les rêves d'autrui ne permettent pas un processus de construction commune de l'analyse. Celle-ci permettrait pourtant une guérison émotionnelle découlant du partage et de l'ouverture de chaque participant au groupe<sup>189</sup>, et les rêveurs sont pourtant nombreux à attendre une forme d'aide.

---

<sup>188</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, Op. Cit. p.11

<sup>189</sup>Ullman, *Group dream work and healing*, Contemporary Psychoanalysis, vol.20 no.1 (1984), p.127

### III. Un espace à visée thérapeutique

Si l'hystérie ou la neurasthénie ont été les maladies à la mode à la fin du XIXe siècle, c'est la dépression qui a pris le devant de la scène à la fin du XXe<sup>190</sup>, aujourd'hui concurrencée par le burn-out. Ces maladies sont des souffrances « sans autre objet que soi-même »<sup>191</sup>, corollaires d'une société valorisant l'autonomie et la prise de responsabilités. Montague Ullman voit dans le rêve un véritable potentiel de guérison. Le rêve permet en effet de faire le lien entre les événements passés et présents bien plus facilement qu'éveillé, apportant ainsi des informations utiles pour affronter les préoccupations actuelles<sup>192</sup>. Les membres des groupes d'interprétation peuvent ainsi attendre des interprètes des indications pour guérir de leur mal-être, ou s'épanouir sans crainte d'y retomber (III.A.). Deux études de cas permettront de voir quelles sont les réponses apportées à la demande d'aide des rêveurs (III.B.).

#### **III. A. Un prolongement de la psychanalyse**

Deux axes différents peuvent être distingués selon le degré des préoccupations des rêveurs. Les individus peuvent être dans une situation de mal-être, et l'utilité attendue des rêves s'inscrit alors dans la continuité de la psychanalyse : l'inconscient est exploré pour aller mieux. En parallèle, en s'inscrivant dans un cadre élargi de développement personnel, l'interprétation des rêves sert également les individus simplement confrontés aux soucis quotidiens de l'existence, qui ne cherchent pas seulement à aller *mieux*, mais plus encore à aller *bien*.

##### *III.A.1. Des individus en situation de mal-être*

---

<sup>190</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, p.10

<sup>191</sup>*Ibid*, p.33

<sup>192</sup>Ullman, *Group dream work and healing*, Contemporary Psychoanalysis, vol.20 no.1, 1984, p.121

La culture psychologique de masse a pu servir de rempart face à la dépression, encourageant l'individu à s'intéresser à son équilibre intérieur et à essayer de maintenir celui-ci. Elle a apporté des réponses sous forme de thérapies « psy » ou alternatives, pour prévenir aussi bien que guérir le malaise. Dans les entretiens, il ressort souvent que l'intérêt pour le développement personnel et notamment les rêves émerge lors de périodes compliquées, que Nicolas Marquis qualifie de « brèches dans la vie quotidienne »<sup>193</sup> :

*« J'ai commencé quand j'ai été touchée dans mon affectif, dans ma famille il s'est passé de mauvaises choses. J'ai été énormément blessée. Je me suis dirigée vers la spiritualité, le groupe des empathes, je prie beaucoup, je développe le magnétisme à distance. J'ai fait un burn out suite à une succession d'événements et tout ça s'est mis en place sur tous ces groupes, les gens parlent de leurs rêves, de pierres, de ressentis, après il faut se diriger vers ce qui parle le plus, on ne peut pas s'intéresser à tout. Je pense que chez moi les rêves sont porteurs, il y a vraiment quelque chose, les soins aussi j'ai commencé sur mes enfants, je continue je peux soigner les verrues. »* (Entretien téléphonique avec Claude, 48 ans, assistante administrative)

*« Il y a je dirais ça va faire huit ou neuf ans que je m'intéresse à ça, j'étais quelqu'un de hyper cartésienne qui croyait à rien et je me suis ouverte aux choses invisibles. J'ai commencé à croire à certaines choses et les rêves en faisaient partie, j'ai perdu ma maman il y a 9 ans, les rares fois où je me rappelais de mes rêves elle y apparaissait. Les rêves ça permet de donner des pistes, d'appuyer sur la petite chose à régler, ça nous dit de nous pencher sur ça. »* (Entretien téléphonique avec Camille, 35 ans, aide-soignante en EHPAD)

Certains rêveurs se sont tournés vers l'interprétation dans ses rêves dans sa forme psychanalytique pour être soigné, en autodidacte ou dans le cadre d'une thérapie :

*« J'ai eu une période un peu compliquée liée à une amnésie traumatique, des souvenirs sont remontés dans les rêves, des souvenirs de quand j'étais petite. Je dois creuser avec ma mère des histoires d'abus qui remontent dans mes rêves. Ma psy bossait sur l'abus c'était intéressant. Ça faisait revenir des choses au niveau de l'inconscient, on a travaillé sur les rêves les plus marquants. »* (Entretien téléphonique avec Sarah, 31 ans, infirmière libérale)

*« Je me suis fait ma thérapie toute seule étant ado, j'ai vécu des choses pas très cool, j'ai été victime d'attouchements. Je n'ai plus de tabou, j'ai aucune difficulté à en parler. Mais j'étais tellement dans mes rêveries, j'étais assez dark je suis passée par une période gothique, et de par tout ce qui est analyse freudienne ça m'a permis de comprendre mes névroses, mes petits tocs. »* (Entretien téléphonique avec Leïla, 34 ans, employée dans une résidence pour seniors)

---

<sup>193</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.87

D'autres expriment en revanche leur déception une fois confrontés aux techniques « psy » traditionnelles. Sur *Univers* notamment, où Valérie peut conseiller aux rêveurs d'aller demander plus de précisions à un psychologue, les membres s'y opposent fermement en raison du prix ou du peu de confiance qu'ils leur accordent. En entretien, c'est la qualité décevante des consultations qui est relevée, expliquant l'orientation des rêveurs vers d'autres pratiques :

*« Je ne sais pas si vous avez déjà discuté avec des psychologues, ma thérapie avec une psychologue en quelques mots c'est une amie que je paye... On a fait quelques séances elle est arrivée à une conclusion "écoutez monsieur je ne peux rien faire pour vous votre esprit est trop grand ouvert". Ça m'a fait du bien de parler de mes problèmes avec quelqu'un de totalement neutre mais j'avais déjà la solution au problème en allant la voir car je réfléchis énormément. »* (Entretien téléphonique avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être)

*« Des psychanalyses j'en ai fait énormément, des psychologues j'en ai vu énormément, mais les rêves et la voyance ça m'aide plus. »* (Entretien téléphonique avec Amélie, 37 ans, aide à domicile)

Il ressort de l'analyse approfondie des publications que certains membres attendent bien plus des groupes qu'une ressource commune dans la construction des interprétations et l'avancement spirituel. Ils recherchent un espace où parler de leurs problèmes et une aide extérieure. Certains membres partagent avec une grande facilité des pans de leur vie et cherchent à prolonger l'interprétation pour trouver des réponses. Sur *Univers*, 45% des interprétations de Valérie sont ainsi prolongées par les membres qui rebondissent sur des éléments de l'analyse ou posent des questions. La proportion est moindre sur *Accompagnement* (18%) et *Révélation* (10%). Ce sont les interprètes qui peuvent encourager la demande d'aide, en jouant eux-mêmes un rôle de psychologue ou de coach :

L : Bonjour, j'ai rêvé que je prenais le train avec ma fille, mais oublié le ticket, je demande au chauffeur du train si on peut descendre, mais il fait le tour de la ville avant qu'on puisse descendre lol, je devais accompagner ma fille à un concert, après je vois qu'elle accouche, donc soulagement d'être restée lol, je précise qu'en réalité ma fille a 17ans et pas enceinte, je vois aussi ma mère [...]

*Estelle : Bonjour, Votre fille a un projet superficiel (probablement pro) qui la conduit à perdre le sens des valeurs. Il y a un risque autour de l'abus ou le vol moral des autres. L'influence de votre mère semble être dans le schéma de décision autour de la carrière de votre fille (mauvais entourage et mauvais conseiller).*



L : Bonjour, ma fille fait un bac pro accueil et actuellement ça se passe pas bien , ça lui plaît pas, elle a eut un mauvais stage, mais espère un mieux pour la prochaine fois, je sais que ça lui correspond pas, mais elle même ne sait pas ce qu'elle veut faire, et là j'ai coupée les ponts avec ma mère, j'espère sincèrement que ma fille puisse trouver son propre épanouissement personnel et qu'elle trouvera sa voie :), merci a vous

*Estelle : Effectivement, il faut écouter ses rêves mais pas trop. Elle rêve de spectacle. Et ce n'est pas impossible mais, c'est une vie d'insécurité professionnelle. Il faut lui parler de l'après. Que va-t-elle faire ensuite ? [...]*

L : oui si elle pouvait rentrer dans le monde du spectacle ça lui plairait bien mais elle me dit que c'est impossible, qu'elle est nulle en tout, elle m'a parlais aussi de devenir policière mais pas possible non plus....là elle a fait un stage accueil dans un institut bien être et la patronne a était infecte avec elle, en la rabaissant constamment et lui disant qu'au bout de 2j elle voulais la virée...elle a tenue 1mois comme ça :/ là elle essaye pour les hôtels a voir.....merci pour vos conseils [...]

*U : Le fait qu'elle soit enceinte et quelle accouche montre un projet qui est en réflexion et qui aboutit. [...] Est ce que ta maman a toi a eu un rôle pour toi dans ton orientation pro, en bien ou en mal ?*

L : Non du tout je me suis gérée au mieux a ce niveau là. juste que mes parents ont payée mes études et que j'ai du tout lacher, pratiquement a la fin suite a du harcèlement

(Publication sur Accompagnement, 24 mars)<sup>194</sup>

*Paul : Vous êtes célibataire ?*

S : Paul je n en sais rien dans une situation très compliquée en fait ou je ne sais plus vraiment partagée

*Paul : Vous ne savez plus partagée. Ca veut dire quoi exactement ?*

S : J étais avec une homme que je n aime plus un PN<sup>195</sup> que j essaye de quitter et je suis amoureuse d un qui pour des raisons inexplicées ne veut pas d histoire. Je ne me sens plus être avec personne [...]

*Paul : Selon les calculs kabbalistiques effectués, il en ressort fortement que vous devez vous liéz à un homme.*

S : Paul c est effectivement mon souhait le plus cher [...]

*Paul : Usez alors de la persuasion afin de l'ejecter. Cest ça même le combiné téléphonique reçu en rêve*

S : Paul c'est-à-dire quitter l un pour avoir l autre ?

*Paul : Bah on veut ta tranquillité que tu sois bien et joyeuse d'où le combiné*

(Publication sur Accompagnement, 18 mars)<sup>196</sup>

---

<sup>194</sup>Annexe 3.20

<sup>195</sup>Pervers narcissique

<sup>196</sup>Annexe 3.21

Je me suis moi-même retrouvée « psychologue de l'amour » au téléphone, comme par exemple avec Louise. Au moment de notre entretien, je pensais encore centrer une partie de ce mémoire sur l'interprétation sociologique des rêves, et lui avais donc demandé de me raconter un de ses rêves pour que nous construisions ensemble une interprétation. La discussion a vite dérivé vers ses problèmes de cœur et la souffrance qui en découle :

*« Par exemple moi en ce moment ça fait six mois je rêve toujours de la même personne, mon ex, mais dans différentes situations. Par exemple, c'est le dernier rêve, c'est par rapport à l'ego et au mental et qu'en gros on préfère souffrir individuellement et pas se retrouver, alors qu'on s'aime toujours. Je pense que c'est un peu le cas. [...] Une histoire très compliquée entre nous mais très belle. On a dû se séparer à cause de la distance, je ne voulais pas partir le suivre ou qu'il reste en France, j'ai fait le choix de souffrir moi que lui, et il est revenu en France il y a moins d'un an. Entre la situation réelle et tout, c'est très dur à gérer, mes rêves me donnent d'une certaine façon la clé à ça, à la relation, à voir la relation sous un autre angle. »* (Entretien téléphonique avec Louise)

Une autre rêveuse, Amélie, 37 ans, aide à domicile, aurait aimé publier son rêve sur Facebook mais n'a pas osé. Son rêve concerne en effet sa compagne, qui est sur le même groupe et aurait donc vu son activité. Je me suis retrouvée dans une situation rappelant celle de Jeanne Favret-Saada, investie d'une responsabilité à laquelle elle ne s'attendait pas quand un couple voit en elle la désorceleuse qu'ils attendaient plus longtemps<sup>197</sup>. Si Amélie n'exigeait pas de moi des compétences en matière de sorcellerie, elle espérait tout du moins que je saurais voir la vérité dans son rêve et lui donner des conseils avisés :

*« Je me vois enceinte et je me vois seule avec l'enfant, ma compagne est partie. Je pleure. Mais j'ai de la joie quand j'apprends la grossesse dans mon rêve, je me vois l'annoncer à ma famille, à mon enfant. J'ai l'impression que c'est vraiment vrai. J'arrête pas de parler de projets d'avenir dans le rêve, et dans la réalité aussi. Elle ne veut pas en entendre parler pour le moment, elle est plus jeune que moi, elle a ses soucis. J'ai l'impression qu'elle se braque, qu'elle n'est pas prête, mais est-ce qu'elle sera vraiment prête un jour ? Est-ce que j'attends pas pour rien ? »* (Entretien téléphonique avec Amélie)

---

<sup>197</sup>Favret-Saada, « Chapitre X : Rendre le mal pour le mal », *Les mots, la mort, les sorts*, p. 250-297

### *III.A.2. Une majorité de membres simplement préoccupés*

Lors des premiers entretiens effectués, cet état de mal-être apparaissait assez marqué. Le questionnaire en ligne avait donc été rédigé en incluant deux questions sur le bien-être ressenti et le niveau de préoccupations, en partant de l'hypothèse qu'une majorité des membres des groupes vivaient une situation de malaise.

Cette hypothèse a été infirmée par les résultats, puisqu'à la question demandant aux rêveurs de noter leur niveau de bien-être général sur une échelle de 1 à 10, seulement 17% donnent une réponse inférieure à 5. Presque la moitié, soit 46%, notent leur bien-être entre 7 et 8 sur 10. En revanche, un niveau de bien-être élevé va apparemment de pair avec un niveau de préoccupation qui l'est tout autant. Plus de la moitié des répondants notent au moins à 7 sur 10 leur état de préoccupation, et même à 10/10 pour 16% d'entre eux.

Interrogés sur ce qui les préoccupe, 121 personnes mentionnent des préoccupations d'ordre professionnel et 109 d'ordre financier. Ce ne sont pas des thèmes étonnants au regard de l'époque, marquée par des inquiétudes relatives au pouvoir d'achat et au chômage. 95 répondants disent être concernés par des problèmes familiaux, 93 par des problèmes amoureux et 47 par des problèmes amicaux. Il n'est pas inenvisageable d'y voir un symptôme de la psychologisation des relations, induite par la diffusion des techniques « psy » dans un contexte de transformation des sociétés : est-ce que ces problèmes auraient été considérés comme tels au début du XXe siècle, en dehors des classes aisées ? Enfin, la santé est source d'inquiétude pour 67 membres.

Dans la case « autre », quelques thèmes reviennent : 2 personnes mentionnent des décès, 3 des problèmes de logement, 3 des thèmes sociétaux comme la politique ou l'écologie. Difficile de reprocher aux autres répondants ne pas se sentir concernés par de telles questions, puisque les catégories proposées étaient très clairement centrées sur leur situation personnelle. Il est intéressant de noter que 4 répondants considèrent comme des préoccupations leurs interrogations spirituelles (« soins spirituel », « acceptation et développement de mes « dons » de médium »...). De même, 8 personnes classent leur développement personnel comme étant préoccupant (« connaissance de soi », « un peu compliqué à évoquer ici. Je travaille sur moi surtout », « mon développement personnel »,

« le chemin de vie emprunté : un peu stagnant en ce moment »...) Dans une société où l'épanouissement de soi est une tâche infinie<sup>198</sup>, elle peut paradoxalement en devenir une contrainte.

Les réponses au questionnaire semblent donc indiquer que le public des groupes d'interprétation des rêves n'est pas en situation de mal-être, mais plus simplement confrontés aux problèmes du quotidien. 85% d'entre eux notent à 3 ou 4 sur une échelle de 4 l'utilité des rêves dans la résolution de ces problèmes. La volonté d'interpréter les rêves va donc au-delà de la visée thérapeutique de la psychanalyse. Plutôt qu'une thérapie cherchant à réparer, il s'agirait d'une thérapie pour renforcer et cultiver son *soi*, se donner les moyens d'affronter et résoudre ses préoccupations, comme souligné tout au long de ce mémoire.

*« Le rêve est un outil d'aide pour la maîtrise de son existence. Ma fascination pour les rêves s'est manifestée très tôt, j'ai vite compris que chaque symbole présent dans le scénario du rêve comportait un secret et que chacun de ces symboles avait sa propre symbolique, une association unique et personnelle pour chaque rêveur, rêveuse. Les rêves sont une porte ouverte sur notre intériorité, sur notre évolution spirituelle, une aide qui nous est accordée à tous et chacun sur la terre. Les rêves sont une clé pour approfondir nos connaissances de manière à améliorer notre bien-être physique et spirituel et, par là même notre connaissance de soi de nos relations, ainsi donc de notre existence. »*  
(Entretien Messenger avec Véronique, 58 ans, sans activité professionnelle)

L'interprétation des rêves et le développement personnel partagent l'idée qu'il faut explorer son monde intérieur, ressource d'authenticité, pour aller mieux et bien<sup>199</sup>. Le DP induit un travail quotidien sur soi en donnant des exercices à appliquer et des attitudes à adopter. La pensée positive en est un indispensable : l'individu doit combattre sa tendance à se dévaloriser et son pessimisme, tout en s'entraînant à visualiser avec confiance des objectifs bien définis<sup>200</sup>. Paradoxalement, alors qu'il est attendu des individus qu'ils assument leurs responsabilités et soient autonomes, il n'y a jamais eu une telle offre de guides, sagesse et repères sur lesquels s'aligner pour mieux mener sa vie.<sup>201</sup> C'est ce qui peut être attendu des groupes Facebook d'interprétation des rêves.

---

<sup>198</sup>Castel, *La gestion des risques*, Op. Cit. p169-170

<sup>199</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.155

<sup>200</sup>Lacroix, L'aventure prométhéenne du développement personnel, *Sciences Humaines*, 2001/12 n°122, p.31

<sup>201</sup>Ehrenberg, Alain. *La société du malaise*. Odile Jacob, 2010, Op. Cit. p.13

La compréhension des rêves permet de prendre conscience de certaines réalités ou de mettre à jour des blocages. Le simple fait de partager le rêve et de le voir interprété place les acteurs dans une relation d'intimité qui peut favoriser le bien-être<sup>202</sup>, tant que le rêveur ne ressent pas une forme de gêne à l'idée d'exposer des pans de sa vie<sup>203</sup>. L'interprétation des rêves ne s'accompagne pas nécessairement de conseils, étant donné que la prise de conscience devrait suffire à soigner la névrose<sup>204</sup>. Sur les groupes Facebook en revanche, son inscription dans le cadre du développement personnel conduit à une proportion importante de conseils en complément de l'analyse, comme sur les groupes *Accompagnement* et *Univers*, étudiés ci-après.

## II.B. Etudes de cas : deux interprètes-thérapeutes

Si la deuxième partie de ce mémoire a montré que la construction d'une interprétation commune était limitée par l'omniprésence d'Estelle sur *Accompagnement* et de Valérie sur *Univers*, cette constance encourage en revanche l'activité et renforce également le poids donné aux analyses. Puisque les membres ont la garantie de voir leur rêve analysé, ils vont prendre le temps de le partager. Le rôle d'interprète principale incarné par les deux femmes leur donne un statut presque professionnel pouvant convaincre les rêveurs du bien-fondé de l'interprétation. Interrogée sur les raisons l'ayant conduite sur *Univers*, Lise précise ainsi :

« *Il y a plus de recul, on fait confiance au professionnel, il y a des gens qui font ça toute leur journée, enfin régulièrement, ils ont de l'expérience.* » (Entretien téléphonique avec Lise, 27 ans, en recherche d'emploi)

Dans son analyse des ouvrages de développement personnel, Nicolas Marquis souligne la « *connivence passive* »<sup>205</sup> du lecteur. La croyance de celui-ci en la réalité des propos de l'ouvrage est rendue possible par l'apparente vérité du contenu du texte. Cette vérité est créée par les auteurs en se basant sur des études scientifiques, de grands auteurs

---

<sup>202</sup>Randall, Alex. « Dream Sharing and Shared Metaphors in a Short-Term Community ». Columbia University, 1978

<sup>203</sup>Ullman, *Group dream work and healing*, Contemporary Psychoanalysis, vol.20 no.1, 1984, p.123

<sup>204</sup>Freud, *L'interprétation du rêve*

<sup>205</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.73-74

de philosophie et de psychologie, ou encore sur leur propre expérience ou celle de leur entourage, prouvant que ce qu'il écrit fonctionne *vraiment*. Les lecteurs attendent ainsi de l'auteur qu'il « possède une expertise qui l'habilite à parler et à prodiguer des conseils»<sup>206</sup>. « En créant des groupes dont elles sont les administratrices et en interprétant la totalité des rêves publiés sur leur page, Estelle et Valérie gagnent naturellement en autorité puisqu'elles sont expérimentées. De plus, elles amènent chacune leur interprétation d'une manière pouvant entraîner une connivence passive de la part du lecteur : la première parce qu'elle *sait*, la seconde parce qu'elle *voit*.

Alain Ehrenberg explique dans *La fatigue d'être soi* qu'avant la culture psychologique de masse, le conseil de vie dans la presse féminine avait un mode d'énonciation caractérisé par trois éléments : « D'abord, le langage était d'autorité : un directeur de conscience sait ce qu'il doit enseigner à un lecteur ignorant. Ensuite, son style était prescriptif : voilà quel est le problème et voilà ce que vous devez faire. Enfin, il proposait une vision de la vie en termes de destin collectif auquel il fallait s'adapter vaille que vaille : on apprend au lecteur comment il doit jouer son rôle institutionnel (être bonne mère, bonne épouse, etc.) et non comment il pourrait le bousculer si l'envie l'en prenait. »<sup>207</sup>.

Alors même que le développement personnel tient une place primordiale sur les groupes et dans la vie des membres, ce sont paradoxalement ces éléments pré-culture psychologique qui peuvent caractériser les interprétations d'Estelle et Valérie. Les deux introduisent leurs affirmations avec autorité, et accompagnent fréquemment leurs analyses de conseils pour régler les problèmes du rêveur. La vision de la vie en termes de destin collectif rappelle celle d'Estelle, qui encourage le rêveur à jouer le « bon » rôle, celui-ci étant basé sur la protection de sa famille et de son environnement. Valérie centre en revanche ses interprétations sur une quête éminemment personnelle.

---

<sup>206</sup>*Ibid*, p.106

<sup>207</sup>Ehrenberg, *La fatigue d'être soi : dépression et société*, p.143

*III.B.1. Accompagnement : des conseils concrets et une faute portée sur l'entourage*

Sur les trois semaines étudiées, Estelle a interprété 151 rêves. 47 de ces analyses ont été accompagnées de conseils, ce qui signifie donc qu'un peu moins d'un rêve sur 3 était complété d'indications pour arranger la situation. Les interprétations et conseils d'Estelle sont présentés d'une manière encourageant la connivence passive comme la coopération active du lecteur. A grands renforts de formulations affirmatives et impératives, elle exprime par son écriture qu'elle *sait* ce que le rêve veut dire. Son autorité sur *Accompagnement* est fondée sur son omniprésence, son expérience de plus de dix ans d'interprète des rêves, et les notions de psychologie, médecine et droit qu'elle joint parfois à ses commentaires et conseils. On peut distinguer les conseils en deux catégories :

Les actions à accomplir :

Recourir à un professionnel	Se protéger	Echanger
<p><b>MEDICAL</b></p> <p>-aller chez le médecin (x5) (dont « aller en parler à un médecin ou un psy » ; « aller chez le médecin + méditation guidée + homéopathie)</p> <p>-faire un test auditif</p> <p>-se faire dépister</p> <p><b>JURIDIQUE</b></p> <p>-consulter un avocat</p> <p>-écrire une lettre au procureur</p> <p>-faire une main courante</p>	<p><b>SE MEFIER</b></p> <p>-éviter les campagnes</p> <p>-êtres vigilant (x3)</p> <p>-se méfier du harcèlement</p> <p>-découvrir qui vous traite mal dans votre environnement</p> <p><b>DEMENAGER</b></p> <p>-changer d'environnement social voire déménager</p> <p>-changer de coin</p> <p><b>PROTEGER SES BIENS</b></p> <p>-augmenter la sécurité du domicile (x2)</p>	<p><b>CONTACTER</b></p> <p>-écrire une lettre à la belle-mère</p> <p>-prendre le temps d'envoyer un mail aux contacts privilégiés</p> <p>-parler avec son compagnon et trouver une solution</p> <p>-aider le couple à dépasser le cap</p> <p><b>APPRENDRE</b></p> <p>-prendre des cours et lire des livres</p>

<p>ORIENTATION</p> <p>-rencontrer un conseiller pro pour revoir l'objectif de vie</p>	<p>-mettre des protections enfants sur les ordis et télé</p> <p><b>PROTEGER SON CORPS</b></p> <p>-tomber dans la sexualité sans amour, se méfier d'un homme autour de soi qui est SM</p> <p>-ne pas se lancer dans une relation SM</p> <p>-se séparer de son compagnon</p>	<p>-se faire des copines féministes</p> <p>-discuter avec la fille de Estelle de son expérience</p> <p><b>AUTRES ACTIONS</b></p> <p>-reprendre un petit compagnon</p> <p>-manger des bananes</p>
---	--	--

Le travail sur soi à entreprendre :

Réfléchir	Se centrer sur soi
<p><b>MEDITER</b></p> <p>-sur le lâcher-prise</p> <p>-sur sa sexualité</p> <p>-sur la différence de social ou intellectuel dans son couple</p> <p><b>RELATIVISER</b></p> <p>-accepter que ce n'est pas simple de dépasser un blocage</p> <p>-voir si on peut s'inspirer de telle personne</p>	<p><b>SE PROTEGER MENTALEMENT</b></p> <p>-prendre le temps de s'isoler et se reposer</p> <p>-prendre du temps pour soi</p> <p>-protéger son âme</p> <p><b>SE DEVELOPPER</b></p> <p>-réaliser ses rêves d'enfance</p> <p>-assumer son appétit</p> <p>-prendre son empathie au sérieux et l'explorer</p>

Sur la période analysée, 72% des interprétations données par Estelle ont été codées comme étant négatives, c'est-à-dire voyant dans le rêve une situation néfaste pour l'auteur. Les conseils de la catégorie « actions à accomplir » montrent que la



responsabilité de cette situation négative est rarement portée par le rêveur mais plutôt par son environnement, qui est dangereux et épuisant mentalement, ou sa santé :

K : Bonjour et merci pour l'ajout. Je pense enfin avoir trouvé un groupe qui saura m'aider à décrypter mes rêves :) Je rêve toutes les nuits, c'est assez fatiguant. Voici ce que ça a donné cette nuit:

Dans ce rêve j'ai le mollet gauche brûlé très gravement, la peau est à vif, mais sec, et ça ne me fait absolument pas mal, j'en ris même. Et en observant de plus près je vois que cette blessure est craquelée et que je vois de la lumière sous cette craquelure, ça ressemble à de la lave de volcan, d'ailleurs dans le rêve je dis moi-même que ma blessure est lumineuse. Qu'en pensez-vous?

*Estelle : Bonjour, Une dimension n'exclue pas l'autre. Médecin référent est obligatoire dans les deux cas.*

*Dimension physique : Vous avez une neuro-inflammation dans votre corps. Cela vous fait très mal. Mais parfois, on le sent pas forcément tout de suite quand c'est du neuro.*

*Dimension rêve classique : Vous avez fait de l'enseignement ou de l'assistance sociale en trop grande quantité. Simplifier est un muscle. Il est fatigué. Vous êtes au bord du burn out complet sur cette partie de votre vie.*

K : Euh non je n'ai jamais de maux de tête, et je n'ai jamais fait de social non plus.

(Publication sur Accompagnement, 17 mars)

C : Bonjour à tous, rêve horrible cette nuit, j'ai rêvé qu'il y avait des rats là où j'étais, c'était dans une maison je crois, et je disais « oh non je n'en peux y en a trop! » et le rat m'entendait crier, il se dirige vers moi, et me mordait au bras ! Quelqu'un me disait fouette je sol avec pour qu'il te lâche !! » et je disais « c'est foutu je vais mourir » une signification s'il vous plaît ?

*Estelle : Bonjour, Il y a trop de mauvaise personne autour de vous. Ils ne vous sont pas loyaux. Le conseil est de changer d'environnement social voir déménager à ce stade de pollution sociale.*

C : merci pour l'interprétation, qui ne me rassure pas, vous parlez en terme d'amour ? Ou amical ou même pro ? Merci d'avance

*Estelle : Là c'est général. Il y en a un peu partout. Ma fille a eu ce rêve et c'était une membre qui nous faisait des misères partout où nous avions des contacts. Je pense à une harcèlement social plus grave que vous le pensez.*

C : oula :( :( :O :O

*Estelle : Navrée, mais une vérité qui fait mal permet d'anticiper l'avenir. :)*

C : moui mais bon j'apprends du coup

(Publication sur Accompagnement, 21 mars)

La catégorie « travail sur soi à entreprendre » présente plusieurs marqueurs du développement personnel. Les conseils restent relativement clairs, en précisant par exemple sur quoi doit porter la réflexion du rêveur. Comme les actions à accomplir, ces tâches doivent être suivies pour pallier au comportement d'autrui, et non parce que le rêveur pourrait avoir sa part de responsabilité dans la situation. Elle use du vocabulaire habituel du DP dans ses conseils et interprétations : « temps pour soi », « lâcher-prise », « résilience », « énergie » ...

O : Bonjour, j'ai rêvé que je montais une pente en voiture pratiquement verticale et qu'une fois arrivée très haut ma voiture est tombée en panne et je suis repartie en arrière. J'ai failli percuter les autres voitures derrière moi, j'essayais de les éviter en redescendant en marche arrière.

*Charlotte : Bonsoir. J'ai entendu dire que dans les rêves, notre façon de conduire représente notre façon de mener notre vie*

*Estelle : Bonjour, Stress du démarrage en cote, lors du passage d'un permis ? Sinon, vous étudiez ou gérez un dossier trop difficile et fatigant pour vous. Vous êtes au bord du burn out ou vous avez peur d'un burn out. Manger des bananes !*

(Publication sur Accompagnement, 17 mars)

F : Bonjour, Depuis environ 2-3 semaines je rêve souvent que mon copain me trompe, soit avec des personnes que je connais soit des inconnus. Cette nuit il m'avait trompé avec un mec qui était avec moi au collège.. ca devient vraiment dure car je commence à me faire des idées dès qu'il rentre 5-10 minutes en retard, qu'il reçoit un message, etc.. On se dispute souvent oui mais ça a toujours été comme ça depuis qu'on est ensemble donc je ne pense pas que ce soit un rapport Qu'en pensez-vous ? Merci !

[...]

*Estelle : Il y a un problème de confiance dans le couple. Il faut en parler et trouver une solution. Vous êtes au bout de votre résilience. Sans changement, il faudra envisager sérieusement un changement de partenaire.*

F : Merci bcp pour votre aide, je vais prendre ça au sérieux et en parler à mon copain, c'est vrai que notre couple se dégrade...

(Publication sur Accompagnement, 28 mars)<sup>208</sup>.

---

<sup>208</sup>Annexe 3.22

Les conseils donnés dans les livres de développement personnel suivent une chaîne d'étapes bien définie : analyse de la situation, formalisation comme un problème auquel existe une solution, propositions de techniques ou marches à suivre<sup>209</sup>. Paradoxalement, alors même qu'en tant qu'interprète on pourrait attendre d'Estelle que ce soit la première étape sur laquelle elle se concentre, cette même étape est presque toujours absente de ses commentaires. Les quatre exemples cités montrent qu'elle n'explique pas ce qui la fait aboutir à ses conclusions. Il est possible qu'elle considère que ce n'est pas utile, étant donné la simplicité de ses interprétations, qui peuvent même être littérales (douleur en rêve = douleur physique ou mentale dans la réalité ; environnement pollué par les rats = environnement pollué par les personnes malveillantes ; échec d'une montée de pente en voiture = stress du démarrage en côte ou dossier difficile ; tromperies du partenaire = problème de confiance dans le couple). La formalisation du problème, en accord avec sa vision du monde comme dangereux, et d'une solution est en revanche apparente et exprimée très clairement, d'une manière soulignant la gravité de la situation et renforcée d'un supposé savoir théorique :

*Estelle : Information : en France, de nos jours, un homme qui ment à un femme sur ses intentions réelles pour avoir des rapports sexuels s'appelle un violeur par surprise. Mesdames, ou messieurs, n'hésitez pas à porter plainte. C'est illégal et c'est un viol pour votre cerveau. Cela touche l'intime (ici, je donne des conseils de procédure juridiques gratuits au besoin).*

(Publication sur Accompagnement, 17 mars)<sup>210</sup>

Plutôt qu'une onirocrite, Estelle s'impose comme une coach de vie, avec sa propre théorie sur le monde, son fonctionnement et ses hiérarchies. Cette théorie est proche de celle du développement personnel, puisque la responsabilité est portée par la société et l'entourage, mais les solutions proposées diffèrent. Les techniques du DP encouragent l'individu à trouver des solutions en lui. Les ouvrages visent à « réduire -au moins imaginaiement- la part de la fatalité, du subi, en rendant les situations déchiffrables et modifiables pour que l'individu puisse reprendre la main. »<sup>211</sup>. Estelle exagère au contraire la part de fatalité et de subi au travers de ses interprétations négatives. En

---

<sup>209</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.139-140

<sup>210</sup>Annexe 3.23

<sup>211</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.142

donnant des objectifs clairs et accessibles, elle laisse tout de même à son interlocuteur la perspective de pouvoir « reprendre la main », mais dans un cadre de vigilance constante plutôt que d'autonomisation. Dans sa théorie, l'individu n'assume pas la responsabilité de la « dé-détermination de la situation. »<sup>212</sup> mais tout au plus celle de protecteur de sa famille et de son intégrité.

Ce type de conseils doublé du report de la faute sur autrui n'est pas sans rappeler les diagnostics de sorcellerie et les cures de désorcèlement étudiées par Jeanne Favret-Saada. Tout comme les devins, Estelle adopte un « dispositif cognitif minimal, un quadrillage sommaire des préoccupations humaines »<sup>213</sup> basé sa propre vision du monde, qui sert ensuite de point de départ à ses interprétations et conseils. L'extrait ci-dessous est particulièrement révélateur de la connivence dont peuvent faire part les rêveurs dans cette accusation portée sur autrui :

C : bonjour! encore un rêve ou l'on agresse j'étais dans une pièce d'une maison une femme me griffe le visage cela m'a fait 3 longues entailles de la tempe droite au bas de la joue derriere moi je vois une femme qui a elle aussi les memes plaies merci beaucoup :)

*Estelle : Bonjour, Cette femme est l'équivalent d'une sado-masochiste. Elle vous donne des ordres trop violent et endommage votre égo. Il faut découvrir qui vous traite mal dans votre environnement. Ici, vous ne pourrez pas prendre des coups aussi virulent pendant plus de 3 mois sans devenir agressive à votre tour.*

C : merci peut etre lie aux voisins que j'ai ca me stresse

*Estelle : Oui, ce genre de personne attire les mauvaises ondes en plus.*

C : oui c'est assez terrible je pense que mon chantier n'avance pas a cause de leur energie  
(Publication sur Accompagnement, 17 mars)

Cette notion d'« énergie » mentionnée par la rêveuse est importante sur les groupes. Les croyances spirituelles des rêveurs se fondent largement sur leur existence, la possibilité de les réguler, mais également de les transférer, les soins énergétiques faisant partie des techniques de prédilection des membres. Le concept de transfert d'énergie ressort justement de l'étude de cas sur *Univers*.

---

<sup>212</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.187

<sup>213</sup>Favret-Saada, *Désorceler*, p.92

### III.B.2. Univers : des conseils de développement personnel et une faute individuelle

Lors de la période étudiée, 49 rêves ont été interprétés par Valérie, et 17 d'entre eux étaient accompagnés de conseils. La méthode d'interprétation de Valérie est unique et complexe : elle *voit* les images et ce que celles-ci signifient. Comme Estelle, elle présente ses interprétations comme une vérité. Elle se permet toutefois plus souvent de marquer des formes d'hésitation ou d'incertitude : si l'image est floue dans son esprit, c'est que le rêve a mal été retranscrit. Par exemple, joindre des éléments contextuels au contenu du rêve, ou transcrire la production onirique de quelqu'un d'autre altère la *vision* de Valérie. Ses capacités ne sont jamais remises en doute, et lui assurent la connivence passive et la coopération active du rêveur.

Les interprétations de Valérie portent sur le fonctionnement psychique profond du rêveur (place de l'ego, équilibre féminin-masculin, rôle démesuré accordé au passé...) ou sa situation spirituelle actuelle (âme en rédemption, danger du bas astral, souffrance de l'aura, groupe d'appartenance de l'âme...). Contrairement à Estelle, la plus grande part de son intervention consiste en l'analyse de la situation, en décodant phrase par phrase le rêve. La formalisation de cette situation en un problème abstrait ne lui permet pas de donner des conseils très concrets. Valérie est onirocrite, par don plutôt que par choix, et le rôle de thérapeute n'est qu'un corollaire de ce don.

Le caractère abstrait des problèmes formalisés par Valérie conduit à la prescription de solutions moins concrètes que celles d'Estelle, mais relativement classiques pour des initiés au développement personnel :

Se faire confiance	Travail sur soi	Actions
-ne pas lire des choses sur les médiums mais se fier à soi-même -arrêter d'écouter l'imagination -arrêter de se comparer (x2) -arrêter de ressasser le passé (x2)	-laisser la place à son féminin -travailler ses émotions (x3) (« structurer », « gérer ») -apprendre à se contrôler	<b>COMMUNIQUER</b> -demander confirmation au partenaire -parler à votre ex  <b>AUTRES</b> -continuer la formation -dormir beaucoup (x2) -donner de l'énergie au bébé en lui parlant

Ces conseils peuvent être précisés si le rêveur en fait la demande :

*« Les premiers rêves parlaient beaucoup d'ego. A partir du moment où Valérie m'a expliqué comment personnifier l'ego par un chien de garde pour ne pas se faire bouffer le mollet j'ai pu vivre en harmonie avec lui. C'était très difficile pour moi de le mettre en chien, j'aime beaucoup tout ce qui est canin, je suis très gaga des chiens donc grosse épreuve pour moi. Pendant des années j'ai bloqué pas mal d'émotions, je mettais de grosses barrières, je n'étais pas dans la transparence, je m'étais perdue complètement. Grâce aux rêves je retrouve un certain pouvoir qui m'est propre sans passer par l'égoïsme et l'égoïsme. Je fais toujours beaucoup de bien aux autres, je suis un peu dans les cycles sauveur bourreau victime, je me demandais pourquoi à certains moments je ressentais de l'angoisse, de la peur, de la tristesse, maintenant je sais faire la différence si c'est mon ego ou mes émotions. » (Entretien téléphonique avec Leïla, 34 ans, employée dans une résidence pour seniors)*

*Emma : Comment s'est t-on que l'on a des liens karmiques dont t-on a besoin de se débarrasser ? Cmt faire pour couper ?*

*Valérie : on doit les travailler, retravailler en soi, ensuite comment savoir, on le voit avec l'astrologie karmique, souvent ou en régression mentale, ou par intuition, mais souvent aussi car il ya un truc entre les personnes, on est tous en liens karstiques, que ce soit en collectif ( en karma de groupe ) ou karma duo, tous les couples sont souvent en liens karstiques comme on dit y a pas de fumée sans feu, mais le tout est de pas faire une obsession fixette dessus*

[...]

Louise : En tous cas, prochainement je vais manger avec des amis à ce fameux " restaurant" la où tous a commencé peu être à ce moment là ça terminera le chapitre. :) La ou tous a commencé, tous finira.. Ps : ça serai un bonus si il arrive comme dans mon rêve est que je me " venge" en l'ignorant

*Valérie : mais pourquoi se venger ? c'est ca que vous devrez vous demander*

(Publication sur Univers, 22mars)<sup>214</sup>

En accordant une place centrale à la quête spirituelle, à l'équilibre intérieur et à l'alignement entre les plans, Valérie fait porter à l'individu tout à la fois la responsabilité de sa situation, mais également de la dé-détermination de celle-ci. Les problèmes de l'individu peuvent découler de ses vies antérieures, mais il s'agit donc toujours de la même âme, et c'est à son possesseur de lutter pour améliorer sa situation, dans une guerre permanente contre les esprits mauvais du bas astral. En résulte un agacement dès lors qu'elle considère que le rêveur ne fait pas assez pour évoluer malgré l'éclairage qu'elle apporte sur sa situation, attitude rencontrée chez les adeptes du développement personnel

---

<sup>214</sup>Annexe 3.18

qui ne comprennent pas que d'autres n'aient pas la volonté de travailler sur eux-mêmes<sup>215</sup>. Cet agacement peut être plutôt discret comme dans l'extrait ci-dessus. Lassée de voir Louise publier des rêves sur son ex-compagnon, elle lui signale qu'il est temps de réfléchir à ce qui se cache derrière cette obsession. Son énervement est parfois exprimé de manière beaucoup plus explicite :

L : Mais comment aller mieux là actuellement ? Je fais que des crises d'angoisses, panique , stress a tout va ! Que faire pour me guérir un minimum a part aller voir un psy ?

*Valérie : de te reposer et de plus penser c'est tout ce que je te demande maintenant, arrête de cogiter de penser.. c'est mental chez toi qu'il faut réparer, donc PLUS DE PENSÉES, FOUT TOI AU VERT, DORT PRENDS DES MEDICAMENTS POUR T'ASSOMER ET DORT LE PSY EST PAS BON POUR TOI ACTUELLEMENT tu as besoin de dormir sois heureux de ce que tu as, tu as trois filles intelligentes belles et si heureuses de vous avoir tous les deux, et une femme superbe et inventive, creative, t as rien besoin de plus crois moi non tu va spas mourir j'ai pas vu ta mort lol surtout que vous avez aussi du fric, vous voyagez vous vous privez pas fin je te trouve débrouillard et c'est CA TA VIE, HEIN alors arrête de te comparer a te foutre la nausée avec untel et VIS TA VIE arrête de faire l'hypocrite de surjouer*

(Publication sur Univers, 24 mars)<sup>216</sup>

Si Valérie s'agace autant, c'est qu'elle croit en ce qu'elle affirme et les perspectives d'évolution pour le rêveur. Certains membres du groupe apprécient cette virulence, nécessaire pour faire passer les messages et garantir la véracité des propos, alors que d'autres la déplorent. C'est ce que mentionne Leïla, qui a rejoint le groupe sur les conseils de sa collègue Jacqueline:

*« Ca va faire tout juste un an parce qu'il m'a été conseillé, j'ai vu les résultats je sais que c'était pas du charlatanisme.*

Quels résultats ?

*Les interprétations qu'elle faisait sur ma collègue, comment ça impacte dans sa vie, le bien que ça a pu lui faire, l'évolution qu'elle a pu avoir et voilà les coups de pied au cul qu'on peut avoir de Valérie... Elles sont un peu en froid suite à son dernier rêve. Tous ses coups de pieds au cul et sa franchise ne me dérangent pas du tout, je suis franchement dans l'accueil et je le prends comme une perspective d'évolution dans ma vie et mon évolution spirituelle, mes croyances, des fois ça remue mais c'est un mal pour un bien.»*  
(Entretien téléphonique avec Leïla, 34 ans, employée dans une résidence pour seniors)

---

<sup>215</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.192

<sup>216</sup>Annexe 3.24

Interrogée sur la faible rotation des rêveurs sur *Univers*, Valérie mentionne justement Jacqueline :

« Et est-ce que ça vous aide que ce soient souvent les mêmes personnes, comme vous commencez à les connaître ?

*Je sais pas et je m'en fous parce que moi je m'en souviens plus après, comme la personne peut revenir trois fois... sauf quelques têtes que je suis vraiment, y en a une par exemple, elle me prend la tête c'est Jacqueline, maintenant je l'engueule de toute façon elle avance pas elle s'améliore pas, avec son espèce de mec du passé, elle ses rêves à elle j'apprends toujours de les faire, je peux vous dire comment elle vit ça m'intéresse moins, je préfère les nouveaux c'est plus excitant. » (Entretien téléphonique avec Valérie, interprète sur Univers)*

Les « coups de pied au cul » de Valérie sont positifs dans le sens où ils permettent d'insuffler de l'énergie, d'une manière similaire à celle décrite par Arnaud Esquerre à propos des horoscopes. Ceux-ci fonctionnent comme des « énoncés roboratifs » en octroyant au lecteur « un surcroît d'« énergie », un surplus de « force », par rapport à un état donné de « force » présente chez l'auditeur ou le lecteur avant la prise de connaissance de l'horoscope. »<sup>217</sup>. Cette tonicité est similaire, dans une moindre mesure, à celle ressentie par les individus entamant une cure de désorcèlement : « Ils attendent leur séance avec impatience, la vivent avec passion et en repartent avec l'impression que leur vie est un roman ou un téléfilm. »<sup>218</sup>.

Le temps passé par Valérie sur chaque interprétation en fait un énoncé revigorant pour le lecteur de deux manières :

- L'interprétation satisfait sa soif de connaissances sur lui-même. Elle le met en scène dans une histoire à propos de son avancée spirituelle, lui permettant de découvrir des facettes insoupçonnées de sa personne. Cela n'est pas sans rappeler le diagnostic de développement de capacités (II.C.2) qui donne un supplément à la vie du rêveur en le faisant sortir de son quotidien. Une énergie positive est transmise à l'individu dans ce qui pourrait être rapproché d'une culture du narcissisme.

---

<sup>217</sup>Esquerre, *Prédire*, Op. Cit. p.152

<sup>218</sup>Favret-Saada, *Désorceler*, p80



- En étant plus optimiste qu'Estelle et en faisant porter la responsabilité de ses problèmes sur le rêveur, elle lui donne une marge de manœuvre pour transformer la situation. Elle ne remplit pas toujours son rôle de thérapeute puisque ce n'est pas celui qu'elle a choisi. Cependant, les rêveurs sont convaincus de sa capacité à *voir* et donc à dire la vérité. Les mots qu'elle pose sur leur situation peuvent ainsi suffire à motiver son interlocuteur voire à entraîner un changement :

*Valérie : vous, votre faiblesse c'est sur le plane émotionnel et on dirait la féminité, vote féminité qui est a travailler, vous etes masculine... vous agissez souvent comme un mec, dominante etc... et vous négligez ce plan emotionnel de la femme, de ce corps mental.. depuis tellement de siècles apparemment c'est votre esprit.. que je pensais masculin et qui est vraisemblablement une femme... une femme qui est cachée.. révélez la...*

[...]

Emma : Comment puis je travailler ça si ça remonte à plusieurs vies ? Je re dans 5 min

*Valérie : [...] je sais pas comment travailler ca, je suis pas psy lol, mais j'ai l'impression qu'on doit s'adoucir, faire confiance, agir en passive, la femme est une force mentale, passive, et l'homme une force comportementale, active, vous avez une faille sur la force passive, et qui se répercute sur l'actif mais en format negatif... du coup*

[...]

*Valérie : vu que vous un psy pour votre fille, demandez lui pour vous, vis-à-vis de ce qu'on parle ? si elle a une réponse ? eux c'est leur boulot, donc la théorie ils doivent savoir comment faire*

Emma : Nous n'allons sûrement pas la revoir car c'était Juste pour le test Qi de ma fille... Et puis les psy j'ai pas envie d'y passer ma vie ! Et financièrement je peux pas là ! Je devrais pouvoir trouver des outils avec ce que j'ai déjà dans ma boîte...!? Je suis sous antidépresseurs depuis fin de semaine dernière... j'ai besoin de remonter la pente pour commencer...Ce n'est pas la première fois que je tombe comme ça et c'est fatigant de ne pas réussir à ne pas retomber si bas !

[...]

*Valérie : relisez moi et je sais vous saurez trouver comment faire [...]*

Emma : Merci en tout cas Je vais lire et relire cet interprétation ...

(Publication sur Univers, 13 mars)<sup>219</sup>

Ce transfert d'énergie a toutefois une contrepartie pour Valérie, qui apparaît plus particulièrement lorsqu'elle fait les « livres de vie » des rêveuses :

*« C'est une grosse bibliothèque universelle dans des plans supérieurs au niveau subtil. Notre âme a son livre à elle de toutes ses vies passées, de quand elle a existé, de quand*

---

<sup>219</sup>Annexe 3.25

*elle est morte, quand elle s'est séparée de son esprit... Valérie je l'ai jamais rencontrée, à un moment donné elle était prête à refaire des livres de vie je me suis inscrite tout de suite. Faut déjà donner une autorisation très sincère, parler avec soi-même, faire son introspection de soi. » (Entretien téléphonique avec Leïla, 34 ans, employée dans une résidence pour seniors)*

L'analyse des vies antérieures a un fonctionnement similaire à l'analyse des rêves : l'individu est mis en scène dans une histoire contant son avancement spirituel, un bilan peut en être tiré dans une optique de travail sur soi et de développement de capacités (empathie, médiumnité...). Comme les consultations de voyance, l'analyse des livres de vie permet de placer les individus dans une « position surplombante »<sup>220</sup> sur leur existence. Mais alors que les voyants donnent à leurs clients des indications sur ce qui les attend dans le futur, Valérie précise a contrario quel a été leur passé. Dès lors, cette compréhension d'un chemin de l'âme sur plusieurs vies donne également des indications sur le futur, le rêveur devant apprendre de ses erreurs passées.

Toutefois, Valérie ne peut étudier les livres de vie qu'en se connectant aux âmes des rêveurs. Pour obtenir le savoir qui sera roboratif pour son interlocuteur, elle donne en contrepartie une part de son énergie à elle :

*« On va prier, "faites confiance à Valérie", s'adresser à son âme, à son esprit, on est serviteur de son âme et de son esprit dans cette vie et dans une autre, "montrez lui ce qu'il faut que je fasse dans cette vie pour pouvoir évoluer au niveau du plan de l'âme", moi ça a pris plus d'une semaine, ça faisait un gros blocage, ça se répercute sur le plan de l'âme, sa bagnole est tombée en rab. L'âme fait une possession, c'est donnant donnant, Valérie donne d'elle même et en contrepartie nos âmes et esprits viennent lui parler. Au bout d'une semaine les pages ont commencé à tourner. »*

Le parallèle peut être fait avec le vécu des astrologues : en rechargeant en énergie leurs consultants, certains affirment y perdre la leur<sup>221</sup>. Cette notion de gains et de pertes sera discutée dans la dernière partie de ce mémoire.

---

<sup>220</sup>Esquerre, *Prédire*, p.167

<sup>221</sup>Esquerre, *Prédire*, p.178

## Conclusion de partie

Au-delà d'un espace où échanger autour d'intérêts communs et trouver des informations sur les rêves, les groupes ont une visée thérapeutique. Certains individus sont à la recherche d'aide, que ce soit dans une quête de mieux-être ou de bien-être. Les deux interprètes principales d'*Accompagnement* et *Univers* incarnent le rôle de thérapeute, la première parce qu'elle en fait sa mission principale, la seconde parce que c'est le corollaire de son don d'interprétation. Elles prennent au sérieux le mal-être des rêveurs et les accompagnent dans leur développement personnel.

Les sociétés libérales sont caractérisées par l'idée de responsabilité individuelle dans tous les aspects de la vie, y compris le « perfectionnement personnel et spirituel »<sup>222</sup>. Faire de l'épanouissement de soi une tâche infinie, alors même que les individus sont confrontés à la réalité de la solitude et de la précarisation, peut transformer en contrainte ce qui devait les libérer. Le besoin se fait donc ressentir d'être guidé, par des courants philosophiques, des sagesses religieuses, des techniques psychologiques. En se proposant d'interpréter les rêves d'autrui, Estelle et Valérie se retrouvent investies de ce rôle de guide, éclairant leurs interlocuteurs sur les possibilités d'action qui s'offrent à eux et leur rendant l'exercice de leur responsabilité individuelle plus aisé.

L'usage des groupes Facebook dans une visée thérapeutique ne permet pas de mettre en œuvre un projet de sociabilité. L'interaction prend la forme d'un tête-à-tête où l'individu, fatigué du poids de ses responsabilités, peut espérer tirer un surcroît d'énergie et des pistes d'actions de l'interprétation. Elle est donc basée sur l'intérêt individuel du rêveur, qui n'a pas dans ce contexte l'ambition de nouer une relation avec son thérapeute. De plus, alors que les conseils du développement personnel conduisent à travailler sur les domaines de la communication et des relations<sup>223</sup>, ceux des deux interprètes sont bien plus centrés sur l'individu, que ce soit dans une optique de protection de son intégrité, ou de transformation de ses façons de penser.

---

<sup>222</sup>*Ibid* Op. Cit.

<sup>223</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.139

#### IV. Un champ à la mobilisation en deçà des attentes

Dans son *Interprétation sociologique des rêves*, Bernard Lahire écrit : « Au sens de la théorie des champs, il n'existe pas de champ onirique : il n'y a pas de capital onirique à conquérir ou à redéfinir, pas de concurrences ou de luttes entre rêveurs, pas de passé onirique accumulé et que pourraient s'approprier les rêveurs, etc. »<sup>224</sup>. En revanche, il semblerait que la théorie des champs puisse être appliquée aux groupes d'interprétation des rêves étudiés.

La notion de champ a été définie par Pierre Bourdieu : « les champs se présentent comme des espaces structurés de positions (ou de postes) dont les propriétés dépendent de leur position dans ces espaces et qui peuvent être analysées indépendamment des caractéristiques de leurs occupants (en partie déterminées par elles). »<sup>225</sup>. Un champ est caractérisé par des règles de fonctionnement propres, des intérêts spécifiques séparant les agents du champ de ceux en-dehors, et l'état d'un rapport de force entre ces agents engagés dans une lutte<sup>226</sup>.

Les groupes Facebook d'interprétation des rêves forment un champ où se déroulent luttes et concurrences, non pas pour imposer son rêve, puisque l'immense majorité obtient une réponse, mais plutôt pour obtenir une interprétation satisfaisante. Les interprètes, eux, luttent pour obtenir un retour positif à leur interprétation. Selon les positions occupées par les différents membres, interprètes ou interprétés, et selon la structuration des sous-champs composés par chacun des groupes, les individus ne vont pas mobiliser les mêmes ressources et s'investir différemment. En résultent des différences en matière d'attentes, gains et éventuellement pertes sur ces groupes. Malgré que certains membres occupent une position hybride à l'intérieur des groupes, cette partie se basera essentiellement sur les entretiens, au cours desquels les individus ont clairement indiqué leur position dans le champ des groupes Facebook d'interprétation des rêves. Plusieurs des interprètes interrogés n'étaient pas actifs au moment de l'enquête.

---

<sup>224</sup>Lahire, *L'interprétation sociologique des rêves*, Op. Cit. p.94

<sup>225</sup>Bourdieu, Pierre, *Questions de sociologie*, Les Editions de Minuit, 1980, Op. Cit. p.113

<sup>226</sup>*Ibid*

Le champ des groupes étudiés est caractérisé par un fonctionnement très spécifique puisque car n'existant que sur Facebook. Les rapports de force s'exercent virtuellement. Dès lors, les spécificités d'Internet façonnent les attentes des agents de manière très différente d'une pratique d'interprétation dans un contexte de face-à-face. Les interprétés sont moins exigeants que s'ils étaient dans un contexte psychanalytique cadré (IV.A.), et les interprètes attendent des bénéfices non-matériaux de leur intervention (IV.B.). Il ressort toutefois des entretiens que les groupes sont perçus comme moins actifs que ce qu'auraient pu en attendre les membres.

#### **IV. A. Une déception relative du côté des interprétés**

Alors que les week-ends thérapeutiques ou rendez-vous d'interprétation des rêves ont un caractère discontinu, les groupes Facebook d'interprétation des rêves permettent en théorie un travail continu. Les rêves peuvent être restitués presque immédiatement, or la prise de note dès le réveil favorise une meilleure mémorisation. L'interprétation ne prend qu'un ou deux jours, facilitant l'attitude de coopération active consistant en la création de liens entre l'interprétation et sa réalité.

Au sein du champ formé par les groupes, la position des interprétés est une position d'attente. Leur marge de manœuvre est limitée, leur seule ressource susceptible d'être mobilisée étant leur rêve. Il s'agit alors pour eux de présenter celui-ci de la manière la plus attractive possible, en évitant par exemple les fautes d'orthographe, et de choisir stratégiquement le groupe sur lequel ils le publieront. Par exemple, une analyse n'est pas garantie sur *Révélation*s puisqu'il n'y a pas d'interprète principale. L'investissement requis des interprétés est minime. Ecrire un texte de quelques lignes sur Facebook ne prend pas plus de quelques minutes, mais peut résulter en un gain rapide sous la forme d'une interprétation gratuite et parfois étayée. Or, celle-ci n'est pas toujours jugée satisfaisante.

#### *IV.A.1. Le manque de personnalisation des interprétations*

Alors que sur *Univers* les interprétations données par Valérie sont très longues et se concentrent sur chaque élément du rêve, celles données sur les autres groupes sont beaucoup moins détaillées :

*“Je suis sur quatre ou cinq groupes, mais il y en a un seul que j’adore. C’est le fait qu’elle explique pas à pas, chaque élément, chaque situation, et après elle fait en grosse une analyse complémentaire. Elle répond généralement dans la journée, après comme on fait des rêves on a un peu hâte de savoir... Après moi je fais des rêves très longs donc euh c’est dur à expliquer, en plus elle fait plein de paragraphes.”* (Entretien téléphonique avec Louise, 26 ans, sans activité professionnelle)

Même si les rêveurs sont dans une disposition bienveillante à l’égard des interprétations, ils ne parviennent pas nécessairement à raccrocher l’analyse à leur réalité. Une interprétation, aussi générique soit-elle, ne peut pas sonner juste à tous les coups. Sur la période de trois semaines d’analyse des groupes, deux rêves sur 49 ont ainsi reçu un retour négatif du rêveur sur *Univers* : une infirmation, et une expression d’incompréhension. Les non-retours sur interprétation peuvent également signifier une forme de difficulté à trouver un lien avec les expériences vécues. La proportion d’« insatisfaction relative », car le rêveur a tout de même reçu une proposition d’interprétation et donc un gain, monte alors à 12 rêves soit un quart de ceux publiés sur *Univers*. Si on y ajoute également les interprétations n’ayant reçu pour retour qu’un simple remerciement, le taux monte à 55%. Cela peut paraître étonnant au regard de l’admiration des membres du groupe pour Valérie. Cependant, le caractère spirituel de ses analyses les rend difficiles à faire correspondre avec un quotidien banal.

Sur *Révélations*, une seule interprétation a été codée comme infirmée, mais 5 n’ont reçu aucun retour. La proportion d’insatisfaction relative est donc de 30%, et de 65% si on y ajoute les simples remerciements. La proportion peut être augmentée à 76% puisque 9 rêves sur 29 publiés n’ont même jamais reçu d’interprétation. La faible activité sur *Révélations* semble autoentretenir le groupe dans un cercle vicieux de manque d’investissement, malgré les tentatives d’interprétation commune.

Enfin sur *Accompagnement*, 62 interprétations sur 151 n'ont jamais été commentées par le rêveur, 4 ont été explicitement infirmées, 6 auteurs ont indiqué ne pas réussir à trouver de liens avec leur réalité, et 4 autres ont exprimé leur incompréhension, ce qui fait monter le taux d'insatisfaction relative à 50%. Si on y ajoute les retours se limitant à des remerciements, celui-ci passe à 78%. Ce taux est significatif et peut être expliqué par l'attitude d'Estelle. En adoptant une position d'interprète principale, et en assurant le rêveur qu'il aura droit à une interprétation, elle encourage l'activité, contrairement à ce qu'il se passe sur *Révélation*s. Mais à raison d'environ 7 rêves publiés par jour en moyenne, elle peut difficilement offrir des interprétations détaillées et peut ainsi ignorer certains éléments du rêve. Cette méthode est similaire à celle des astrologues ou cartomanciens. Dans *Désorceler*, Jeanne Favret-Saada décrit la méthode employée par sa désorceleuse et tireuse de cartes : chaque carte est porteuse de plusieurs significations mais « parmi cet ensemble d'informations, Madame Flora pointe l'élément verbal ou visuel qui confronte son point de vue, et l'assène au consultant comme une preuve absolue. »<sup>227</sup>.

De plus, Estelle n'apprécie pas le jugement porté sur ses interprétations et ne prend pas en compte les suppositions émises par d'autres membres du fait de sa confiance en ses capacités d'interprète. Ses opinions étant également très arrêtées sur les dangers du quotidien, ses interprétations peuvent prendre une tournure exagérée dans lesquelles il est compliqué pour le rêveur de s'y retrouver. Les deux extraits ci-dessous montrent que les membres peuvent émettre des doutes sur les conclusions d'Estelle. Celle-ci y répond avec une politesse sèche, renvoyant les rêveurs à leur position d'interprété, et donc de dominé dans le champ des groupes car en attente et ne pouvant orienter l'interprétation :

P : Bonjour, j'ai rêvé qu'une connaissance féminine portait une paire de sandales à ses pieds, elles étaient jolies et en couleurs, c'est tout de ce que je me souviens dans ce rêve. Pouvez-vous m'aider à interpréter ? Passez une belle journée.

*Estelle : Bonjour, Son métier ou sa façon d'avancer dans la vie vous plait. Donc voyez si vous pouvez vous en inspirer !!!!!*

P : C'est une ancienne collègue que je ne vois plus depuis 4 ans .

*Estelle : Elle reste une bonne inspiration pour votre situation actuelle ou elle a été une influence dans la situation qui est celle que vous vivez aujourd'hui. :)*

---

<sup>227</sup>Favret-Saada, *Désorceler*, p.83

P : je ne remet pas en doute la réponse mais je ne fait pas le lien avec elle et moi à creuser et comprendre dans ce sens là merci

E : *C'est une inspiration pour avancer dans la vie et c'est lié au développement personnel. Ensuite, le rêve n'en dit pas davantage. Navrée !*

(Publication sur Accompagnement, 14 mars)

T : Bonjour :) J'ai rêver que je rencontrais une jeune fille vers la gare qui me disais qu'elle avait accoucher suite à un déclenchement et me parlais que un autre hôpital avait pas voulu la faire accouché car elle était trop jeune alors il on était très méchant avec elle . Ça veux dire quelques choses ? Merci d'avance et belle journée <3 <3

[...]

*Estelle : Rappel : Il est dangereux de déclencher l'accouchement. Il y a des risques de césarienne et bien pire. Ici, vous réfléchissez au projet qui va naître en avance. Est-ce bien de précipiter les choses ? Et cette opinion est décidée par la maternité chez la femme. La réponse est toujours « non ». C'est forcément prendre un risque. De plus, ce n'est pas méchant de ne pas céder au caprice de la patiente. On a ici un joli nœud de méditation sur le bien et le mal à résoudre pour avancer. C'est un problème de caprice « je veux tout de suite »*

T : Merci :) Mais il me semble que c'était pas un caprice son bébé était en danger

*Estelle : Pas dans votre description :)*

(Publication sur Accompagnement, 10 mars)<sup>228</sup>.

En cela, le rêveur se retrouve limité dans une position d'inactivité où on n'attend pas de lui un rôle dans la construction de l'interprétation.

*« Je regarde les groupes, les discussions, les commentaires, les avis pour voir un petit peu ce que ça donne. Je ne suis pas toujours très convaincue par ce qui est dit. Les rêves sont par rapport à des situations personnelles dans lesquelles on se trouve, donc une interprétation symbolique et spirituelle où on dit "tu rêves d'un chien noir donc il va t'arriver tel truc "je suis pas tellement dans ce genre d'interprétation. Là je serais plus dans l'interprétation par rapport à l'intériorité par rapport à tout ça, l'avancement personnel qu'on peut avoir ça, l'avancement de situation, de blocage, de peur qui peuvent resurgir en rêve, les blocages sur lesquels par exemple on est en train de travailler. »*  
(Entretien téléphonique avec Christelle, 40 ans, commerçante dans l'alimentation)

*« Tous les rêveurs sont différents et tous les interprètes sont différents, un bon interprète doit toujours faire participer le sujet, le sujet doit toujours avoir du recul. J'ai vraiment du mal avec les interprètes qui posent leur avis comme ça, là il y a un jeu de mot dans votre rêve donc c'est ça. J'aime bien avoir des avis, des idées comme ça, parce que ça*

---

<sup>228</sup>Annexe 3.26



*m'aide à confirmer mon sentiment.* » (Entretien téléphonique avec Anastasia, 24 ans, étudiante en psychologie)

Le rêveur peut difficilement espérer entrer en concurrence avec les interprètes principales que sont Estelle et Valérie, car celles-ci limitent par leur présence les possibilités d'apprentissage (partie II.A). Leur image d'experte, due à l'autorité de la première et aux capacités de la seconde, peuvent également entraîner une forme d'autocensure, comme si seuls les « professionnels » pouvaient produire « le discours autorisé sur la thérapie »<sup>229</sup>. Jeannet Favret-Saada écrit ainsi à propos des thérapies psy que « le point de vue des utilisateurs est disqualifié d'avance : bien sûr par les producteurs du discours thérapeutique, mais aussi par les patients eux-mêmes. »<sup>230</sup>, en raison notamment d'une crédibilité basée sur la connaissance d'un corpus impressionnant :

« Qu'est-ce que vous pensez des interprétations qui y sont données ? Est-ce que vous cherchez à interpréter les rêves des autres parfois ?

*Je pense que la page Accompagnement est plutôt intéressante. Avant qu'elle ne soit renommée, il y avait deux personnes qui avaient un talent certain pour l'interprétation. Aujourd'hui la réponse est plus directe, elle parle ou elle ne parle pas mais ça reste intéressant. J'avais demandé à l'une de ces personnes quelques conseils pour m'affiner mais cela semblait être un travail trop colossal pour moi. Il avait lu et compris tout Freud, Jung et une multitude d'ouvrages philosophiques. Je n'interprète pas les rêves des autres. Je les lis parfois pour essayer mais je ne suis pas très fine pour émettre une idée.»* (Entretien Messenger avec Mireille, 36 ans, joaillière)

L'homme dont elle parle est André, ancien interprète sur *Accompagnement*. Estelle ne base pas ses interprétations sur un corpus d'ouvrages philosophiques mais sur un ensemble de connaissances psychologiques, juridiques et médicales dont il est difficile de vérifier la véracité. Valérie n'a pas besoin de donner l'illusion de la technicité puisque les rêveurs sont convaincus de ses dons.

Comme les voyants, les interprètes « s'emploie[nt] à représenter ce qu'[ils] voi[en]t et entend[ent] à l'intention de ceux qui ne voient ni n'entendent. »<sup>231</sup>. La nuance principale consiste en la non-recherche d'informations personnelles de la part des

---

<sup>229</sup>Favret-Saada, *Désorceler*, Op. Cit. p.27

<sup>230</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.28

<sup>231</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.85

interprètes. Valérie *voit* la situation spirituelle du rêveur alors que celui-ci n'y connaît rien, elle n'a donc pas d'intérêt à en savoir plus sur ses préoccupations ou son quotidien. L'interprétation est personnalisée car centrée sur lui, mais pas parce qu'elle utilise des éléments tirés de la vie du rêveur. Estelle se donne pour mission de réaliser rapidement un nombre important d'interprétations, elle n'a donc pas le temps de renforcer celles-ci par un échange d'informations permettant de la personnaliser : son « quadrillage sommaire des préoccupations humaines »<sup>232</sup>, doublé de quelques significations systématiques pour les thèmes récurrents suffisent.

#### *IV.A.2. Des attentes limitées par la nature du champ*

Le manque de personnalisation ne résulte toutefois pas nécessairement en une insatisfaction du rêveur. En effet, comme dans le cas des livres de développement personnel, la personnalisation n'est pas indispensable, l'essentiel étant que l'auteur soit suffisamment crédible pour que ses propos passent comme raisonnables et justifiés<sup>233</sup>. Le rêveur peut tout à la fois prendre du recul sur l'analyse en étant conscient que l'interprète ne le connaît pas, et être enthousiasmé par ce qui en ressort :

« Vous pensez quoi des interprétations sur les groupes ?

*Il y en a pas mal qui se sont révélées être vraies. Tout ne l'est pas, la personne en face ne connaît pas forcément la vie de la personne. »* (Entretien téléphonique avec Anja, 37 ans, en recherche d'emploi)

*« J'y suis ponctuellement, c'est bien pour le côté rapidité de la communication, et puis on peut avoir plusieurs avis. Les gens ne se connaissent pas donc il faut quand même prendre les interprétations avec des pincettes. C'est la limite dans ce genre de groupes, pas sûr qu'il y ait une vérité, on voit chacun le monde à notre façon. Mais finalement si ça sonne juste c'est qu'il y a probablement un truc juste. »* (Entretien téléphonique avec Sarah, 31 ans, sans activité professionnelle)

Une des questions de l'enquête en ligne demandait aux répondants de noter sur une échelle allant de 1 à 4 leur degré de satisfaction des interprétations. Plus d'un quart des répondants (26,3%) donnent la note maximale et plus d'un tiers (35,4%) la note de 3 sur 4.

---

<sup>232</sup>*Ibid*, Op. Cit. p.92

<sup>233</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.104-106

Tout au long de ce mémoire, les comparaisons ont été fréquentes entre les interprétations des rêves, les thérapies de développement personnel ou encore les consultations d'astrologie. Toutefois le champ des groupes Facebook d'interprétation des rêves se différencie puisqu'il est caractérisé par des règles de fonctionnement liées à son caractère virtuel. Les membres peuvent bénéficier d'une interprétation non seulement rapide mais gratuite. L'hypothèse qu'ils ne vont donc pas avoir des attentes aussi élevées que lors d'une consultation rémunérée apparaît crédible. Malgré une certaine déception s'ils s'attendaient à trouver sur les groupes une véritable aide malgré le recours à des interprètes amateurs, les exigences et attentes des rêveurs sont moins grandes que s'ils se retrouvaient face à un professionnel « psy ». En parallèle, les groupes ne requièrent aucun engagement et donc peu d'investissement. Si le rêveur ne souhaite pas participer, ou s'il n'est pas satisfait des interprétations données à ses rêves, il peut ainsi faire un usage alternatif des groupes comme d'un dictionnaire de rêves géant (II.B.1). Il adopte ainsi une position passive et effacée dans le champ, lui permettant tout de même d'y gagner en capital intellectuel de connaissances en matière d'interprétation.

Une autre hypothèse consiste à penser que les énoncés des interprètes sont roboratifs, moins sur *Accompagnement* et *Révélation*s que sur *Univers* cependant. Les consultations de voyance décrites par Jeanne Favret-Saada ou Arnaud Esquerre permettent au client d'adopter une position surplombante sur sa vie, en présentant celle-ci comme un roman ou un film, avec actions, rebondissements, dangers et solutions<sup>234</sup>. Sur les groupes, même les interprétations brèves permettent au rêveur d'avoir un regard extérieur sur lui-même et sa vie, donnant à celle-ci une valeur supplémentaire. L'enthousiasme de certains rêveurs face à la capacité des interprètes à mettre des mots sur leur situation, même vagues, encourage cette hypothèse (partie II.B). Le simple fait de se retrouver mis en scène dans un récit écrit par autrui procure un plaisir narcissique mais authentique, permettant de compenser la portée limitée de l'éclairage apporté par les interprètes.

Au premier abord, les interprétés paraissent être dans une position dominée sur le champ. Ils n'ont pour seule ressource à mobiliser que leur production onirique, soumise

---

<sup>234</sup>Marquis, *Du bien-être au marché du malaise. La société du développement personnel*, p.104-106

au bon vouloir des interprètes qui ne requièrent guère de participation du rêveur. Cette domination doit cependant être relativisée au regard du rapport investissement-gains sur le champ de l'interprétation des rêves. Sans investir ni temps ni argent, les interprétés peuvent obtenir dans le meilleur des cas une analyse complète éclairant leur quotidien et donnant un surplus de valeur à celui-ci, et la plupart du temps quelques phrases utiles pour entamer une réflexion. Sous cet angle-ci, la position des rêveurs est certes limitée dans un petit espace du champ, mais l'exploitation de celui-ci est maximale.

#### **IV.B. Un retour sur investissement insuffisant pour les interprètes**

Dans son analyse de l'action collective, Mancur Olson<sup>235</sup> montre que la participation à un groupe ou mouvement requière un investissement, généralement en temps ou en argent. Il en résulte que les individus vont préférer ne pas participer à l'action collective, même si ce serait dans leur intérêt, pour ne pas avoir à en assumer les coûts. La pratique collective de l'interprétation des rêves exige de certains membres un investissement en temps conséquent. L'activité des interprètes permet de faire vivre le champ tout entier, puisque sans leurs tentatives celui-ci n'aurait plus raison d'être. L'omniprésence d'Estelle ou Valérie limite certes les possibilités de construction commune, mais sans les quelques membres prêts à passer du temps sur les rêves d'inconnus, les groupes Facebook d'interprétation seraient à l'abandon. Pourquoi les interprètes investissent-ils ainsi des ressources, aussi bien en temps qu'en réflexion ?

##### *IV.B.1. Bénéfice collectif et motivations individuelles*

D'après la *Social Exchange Theory* de Peter Blau, les individus qui donnent beaucoup attendent de recevoir beaucoup en échange, sous forme de biens matériels ou non-matériels, tels que le prestige, le respect, une amélioration de leur statut social et de leur réputation<sup>236</sup>. Cependant le champ des groupes Facebook est presque totalement séparé de la réalité. Les individus ne se connaissent pas en dehors de ce contexte, et

---

<sup>235</sup>Olson, Mancur, *Logique de l'action collective*, Presses universitaires de France, 1978

<sup>236</sup>Blau, 1964, cité dans Pi, Shih-Ming, Chou Chen-Huei, et Li-Liao Hsiu-Li. « A study of Facebook Groups members' knowledge sharing ». *Computers in Human Behavior* 29, n° 52013 p.1972

l'influence qu'ils peuvent avoir les uns sur les autres est presque uniquement unidirectionnelle : les interprètes donnent des éclairages et des indications aux interprétés, qui les prendront ou non en considération, et modifieront ou non leur comportement en conséquence. En donnant de leur temps, les interprètes ne peuvent s'attendre qu'à peu en retour : il n'y a pas de bénéfices monétaires, et le respect ou l'admiration qu'ils peuvent acquérir sur le groupe renforcera leur position dans ce champ uniquement.

Les travaux de Shih-Ming Pi, Chen-Huei Chou et Hsiu-Li Liao à propos des groupes Facebook de partage de savoirs donnent quelques indications sur les raisons pouvant conduire à échanger des connaissances. Les individus les partagent quand ils pensent qu'il y a un bénéfice pour les autres, mais également quand ils ont le sentiment que c'est ce qui est attendu d'eux<sup>237</sup>. Ce partage est favorisé par un climat particulier : les membres doivent pouvoir s'identifier aux autres, en s'assurant qu'ils leur ressemblent et ont des idées similaires, percevoir un sentiment d'ouverture sur le groupe, et considérer que l'échange d'informations est équitable<sup>238</sup>. S'ils n'ont pas le sentiment d'être traités correctement ou encouragés à partager, ils ne s'investiront pas sur les groupes.

Cécilia ou Paul considèrent ainsi que l'esprit du groupe n'est pas assez tourné vers l'ouverture, ce qui limite leur participation :

*« Je regarde mais bon j'influence pas, je réponds pas beaucoup, parce que par exemple quelqu'un qui va dire qu'il tourne en boucle sur un truc, y a rien à faire, des fois rassurer mais pas grand chose à faire. Si dans le conscient ça passe pas le cap on peut pas faire grand chose. »* (Entretien téléphonique avec Cécilia, 45 ans, magnétiseuse, interprète sur Révélations)

*« Ah... je m'ennuie un peu. Et un peu histoire d'apprendre, dans le rêve de toute personne il y a toujours un truc pour nous, un message quoi, qui nous est destiné aussi. Beaucoup ne sont pas dans le travail sur soi-même, ils ne connaissent pas. Lorsque nous interprétons les rêves, c'est juste pour qu'ils puissent capter les messages qui leur sont destinés, par pour les éveiller comme ils ne connaissent pas la spiritualité. C'est un peu de l'ennui. »* (Entretien téléphonique avec Paul, 30 ans, sans activité professionnelle)

La plupart des interprètes semblent toutefois considérer que les conditions sont remplies pour encourager l'investissement en temps. Plusieurs des personnes interrogées

---

<sup>237</sup> *Ibid* p.1976

<sup>238</sup> *Ibid* p.1973

soulèvent une double motivation, aider les membres du groupe, mais aussi développer leur méthode d'interprétation. Philippe est livreur de crêpes et astrologue, et espère pouvoir vivre de son second métier un jour. Il a développé sa propre méthode d'interprétation astrologique des rêves et a vu dans les groupes l'occasion de la mettre à l'épreuve. André est retraité, il était ingénieur mais a souhaité devenir psychothérapeute, après avoir suivi lui-même une thérapie. Il a découvert la méthode d'interprétation des rêves de Jung lors d'une session dans ses études, et a décidé de suivre une formation de deux ans pour devenir onirologue. Avant de commencer à pratiquer dans le cadre de consultations en cabinet ou sur Skype, il a choisi de s'exercer sur les groupes de rêve pour mettre à l'épreuve ses interprétations. En s'exerçant sur le champ des groupes Facebook, Philippe et André peuvent consolider leur capital d'interprétation, qui sera éventuellement utilisé un autre champ, celui des astrologues ou des psychothérapeutes :

*« Je suis arrivé sur ce groupe un peu par hasard, c'est une cliente qui m'y a inscrit et voulait proposer ce que je fais aux membres du groupe. C'est encore, chez moi c'est encore à l'état de recherche. Déjà pour l'interprétation des rêves je ne fais pas payer de consultation pour l'instant, mais ce que je constate quand même d'après les recours que donnent les gens la réalité rejoint le rêve bien souvent. Et puis la plupart des gens pour qui je fais trouvent une forme d'aide avec ces interprétations. J'ai encouragé les gens à en parler autour d'eux pour avoir de la matière à étudier, des rêves venant de gens tout à fait bien dans leur vie » (Entretien téléphonique avec Philippe, 51, astrologue et livreur de crêpes, interprète sur Révélations)*

*« Je ne savais pas ce que j'allais faire après ma retraite, j'ai fait psychothérapie personnelle pendant deux ans. Le monde de la psyché m'a passionné, j'ai décidé de consacrer mes années de retraite à aider les gens. Actuellement je suis très très peu sur les groupes. J'y étais au début de mon activité pour m'entraîner. L'interprétation des rêves n'est pas une science exacte, et sur les groupes c'est une interprétation à l'aveugle, sans dialogue. Vous faites des choix de pistes d'interprétation, l'entraînement vous permet d'être juste dans la façon de voir les rêves. C'était une difficulté de s'entraîner, d'avoir du matériel donc des rêves, les proches ne sont pas enclins à partager. » (Entretien téléphonique avec André, 65 ans, retraité et psychothérapeute-onirologue, interprète sur Accompagnement)*

Dans une moindre mesure, Catherine, interprète sur *Révélations*, y voit également l'occasion d'améliorer ses interprétations, avec une méthode très organisée montrant l'intérêt de pouvoir travailler sur un matériel dense de rêves :

*« Il y en a je les lis je vois tout de suite ce que ça dit, pas besoin de vérifier dans mon bouquin. Je fais une première analyse intuitive puis je prends mes livres pour vérifier que je ne me suis pas trompée, c'est mon côté cartésien. Je vais chercher, j'ai mon classeur avec les rêves que j'ai analysés, mon journal de bord. J'ai fait des listes avec les différents*

*types de symboles (personnels, historiques, symboliques, etc.). Je travaille avec trois quatre bouquins, quand je ne trouve pas dans l'un je peux chercher dans les autres. Ça permet aussi de comprendre les mécanismes du rêve. Pour mon petit classeur j'ai fait une page récurrente avec les mots qui reviennent souvent, la rue, la plage, être attaqué, les vieux, je me suis fait mon truc à moi par rapport aux rêves, j'ai ceux des groupes que je range par catégories dans mon ordinateur, rêve de machin truc sur le groupe de médiumnité ou Révélation ou machin, j'imprime je mets mon interprétation en-dessous et quand la personne me met une réponse explicite je la copie et je la colle pour prouver que c'était bien ça et qu'elle me donne une réponse tangible. Et je vois l'évolution de mes capacités d'interprétation, j'ai moins besoin de développement au fur et à mesure car je l'ai plus rapidement, j'ai déjà le truc je vérifie.» (Entretien téléphonique avec Catherine, 45 ans, sans activité professionnelle, interprète sur Révélation)*

Les travaux sur le partage de savoirs sur Facebook insistent en effet sur la satisfaction que peuvent tirer les individus à aider les autres à apprendre<sup>239</sup>. Sur les groupes de rêve, il ne s'agit pas d'apprendre aux autres à interpréter comme la construction commune de l'interprétation est limitée (II.A.), mais à aider les rêveurs à apprendre sur eux-mêmes et ainsi avancer. Catherine insiste ainsi sur le souhait d'aider les membres du groupe, qui guide également l'investissement de Véronique :

*« Si je sens qu'il y a quelque chose dedans je vais prendre le temps d'analyser, je le sais à l'intérieur de moi, quand je lis le rêve je sais tout de suite s'il y a une portée psychologique d'avancement pour la personne. Si ça va lui être utile je vais prendre le temps même si je dois y passer deux heures ou une nuit entière. Et si je trouve que c'est trop personnel je propose d'envoyer par mp, si c'est un traumatisme d'enfance, un viol etc, je ne veux pas étaler la vie psychique des gens, leur vie privée. » (Entretien téléphonique avec Catherine, 45 ans, sans activité professionnelle, interprète sur Révélation)*

*« Je suis sur face book depuis 2008, j'ai découvert certain groupe au fil des années qui s'intéresse aussi à l'interprétation des rêves. Mais j'ai surtout découvert combien de gens reste inquiet, traumatisé et vive de grande angoisse sur le contenu de leurs rêves. Un grand nombre des membres de ces groupes demandais de l'aide pour l'interprétation de leurs rêves, j'ai donc signalé que je pouvais les aider, et les éclairés sur le contenu de leur scénario de leurs rêves que l'inconscient leur présentait dans leurs voyages nocturne. » (Entretien Messenger avec Véronique, 58 ans, retraitée, interprète sur Révélation)*

Valérie a un rapport plus complexe à cette notion d'aide. Il n'est pas aisé pour elle d'expliquer ce qui la pousse à investir autant de temps dans les analyses de rêve et livres de vie, surtout que cela lui coûte également en énergie. Une hypothèse est que sa position centrale et dominante dans le sous-champ que forme *Univers* résulte en des attentes des

---

<sup>239</sup>Pi, Chou et Liao, A study of Facebook Groups members' knowledge sharing in *Computers in Human Behavior*, vol. 29 n°5, 2013 p.1976

autres membres, or les individus sont poussés à partager « quand ils ont le sentiment que c'est ce qui est attendu d'eux »<sup>240</sup>.

« Vous faites de longues analyses, ça vous prend combien de temps ?

*J'en sais rien je suis maso je sais pas, je suis poussée à le faire à chaque fois, des fois j'arrête pendant trois quatre jours j'essaye de reprendre sur moi, analyser un rêve ça me fatigue, j'ai des images qui me viennent à la tête, des trucs très prenants, même l'étude d'un livre de vie, ça me prend une partie de moi. Au départ c'était l'histoire de m'aider moi dans ma dépression, comme un leitmotiv, puis après à force pour aider, j'aime bien aider. Je me fatigue plus, je suis enfermée je sais pas pourquoi je fais ça, je suis comme poussée.*

Mais si ça vous fatigue beaucoup, pourquoi continuer ?

*Ca me fait toujours plaisir d'aider. Après pas de la satisfaction, oh moi je suis dans le neutre je m'en bats les couilles de tout, je suis toujours dans un état neutre, obligée de pas avoir de libido, je n'ai pas tout ça les gros choix, je suis toujours dans la ligne centrale. Donc oui ça me fait plaisir c'est très bien quoi si je peux aider, mais je vais pas claironner sur tous les toits, je fais pas de pub. Même mon fils me dit "mais tu sais mes amis ils sont tous dans la psy ils disent tous que si t'étais psychologue t'aurais réussi un truc de ouf un concept de ouf". Je sais que c'est mon concept, il y a personne qui l'a, il y en a sûrement qui viennent regarder comment je fais. » (Entretien avec Valérie, 50 ans, sans activité professionnelle)*

Cette idée que des gens pourraient la plagier, ce qui a pu arriver, agace Valérie. De manière générale, les interprètes sont dérangés par des défauts du groupe induits par leur exercice dans un cadre virtuel.

#### *IV.B.2. Une crédibilité malmenée*

En prenant place sur internet, les groupes Facebook d'interprétation des rêves sont confrontés aux risques inhérents à l'univers virtuel : comment jauger de la vérité d'une interprétation alors que tout le monde et n'importe qui peut publier ?

Sur *Révélation*s, les membres vont parfois simplement publier une interprétation toute trouvée sur un dictionnaire des rêves en ligne, délabrant ainsi l'esprit d'entraide du groupe avec l'apport d'un capital non-valorisé :

---

<sup>240</sup> Pi, Chou et Liao, A study of Facebook Groups members' knowledge sharing in *Computers in Human Behavior* vol. 29 n°5, 2013 p.1976



*« J'aime pas dénigrer mais l'autre fois l'administratrice met une analyse et met "le symbolisme dont nous verrons les détails ci-dessous" je me suis dit "oh putain elle fait des copié collé". Des fois je laisse son interprétation elle me convient, mais l'autre fois le copié collé il y a même pas la suite, ça m'a déçue merde elle a pas la même rigueur que moi elle a cherché sur internet une interprétation je me suis dit "merde j'aurais du faire mon groupe". L'interprétation était pas mauvaise en soi, je suis naïve peut-être. »* (Entretien téléphonique avec Catherine, 45 ans, sans activité professionnelle)

Valérie reproche à certaines personnes sur *Univers* de la plagier en cherchant à adopter sa méthode :

*« Vous savez il y a tellement de fake tout ça, les gens prennent et s'en servent, vous ne voyez pas les plans vous avez peut-être pas ouvert les yeux, on est tous enfermé dans la graisse, le contreplaqué autour de soi. Il y a des gens vous pouvez parler facilement de ça, on va dire ils peuvent comprendre. D'autres vont manipuler vos mots, servir un truc de médium, ça me fait mal d'en parler, on est obligé de mettre le faux et le vrai devant. J'avais remarqué un type il avait remarqué ma façon d'analyser, il s'était dit "je vais lui faire faire pour qu'elle pense ça et qu'elle me dise ça", il a traficoté dedans ça devient même plus logique. Tout ça pour qu'on lui dise quoi, qu'il a une faculté, qu'il est médium ? Il y en a beaucoup qui veulent se faire passer pour des médiums, ils veulent avoir des dons, franchement. »* (Entretien téléphonique avec Valérie, 50 ans, sans activité professionnelle)

Les médiums semblent d'ailleurs être un véritable fléau, décrié sur chacun des trois groupes. En faisant de la publicité pour leurs services rémunérés, ils portent atteinte au bon fonctionnement du champ. Les administrateurs doivent entreprendre une lutte contre eux, eu égard à la naïveté des usagers. Le premier extrait montre en effet que dans leur recherche d'aide et d'un avis extérieur sur leur situation, les membres sont sensibles à la publicité faite par ces médiums :

Lulu : germain medium est un arnaqueur

E : Bonjour j'ai vu plusieurs post où il commentait pour proposer ses soit disant service

Lulu : Mouais méfiez vous c'est souvent des africains

E : oui je suis assez méfiante je détecte de suite dans des cas comme ça

A : vous pouvez l'exclure du groupe ?

B : Moi aussi j'ai essayé ptdr lescro quoi je me suis taper un bon four rire au moins

L : Effectivement c'est un escroc je l'ai eu au téléphone

B : pareil

P : Effectivement escroc

J : Je rêve où il t'a bcp d'escroc ds l'interpréter action des rêves

*P : Effectivement escroc*

*Véronique : Ja i remarquer aussi, il faudrait peut-être les bloquer. Mais svp attention j'interprete les rêves aussi et je suis une femme bien correct, je demande rien et je respecte le groupe.*

(Publication sur Révélations, 12 mars)

*Estelle : Sinon attention, nous avons un voyant africain et sa famille qui nous pollue avec de la publicité sauvage (pub gratuite interdite). C'est en général de l'escroquerie qui ouvre la porte à du hacking. Donc comme toujours, ne répondez pas à ces sollicitations en public ou privé. Ne parlez pas avec des inconnus en privé. C'est une base de la sécurité sur les réseaux sociaux.*

(Publication sur Accompagnement, 11 mars)<sup>241</sup>

*Valérie : Bon je vous préviens les pseudos médiums, vous insistez pour rentrer OK je vous laisse entrer, par autant d'insistance, mais si vous venez faire votre PUB de parasites arnaques je vous éjecte plus vite que votre ombre. On est tous d'accord ? Moi les fake médiums je me les renifle comme un gâteau qui sort du four. Vous me faites pas chier, et je vous fais pas cheir avec vos mythos. Merci. (je déconne pas hein ^^)*

[...]

*Valérie : surtout qu'on se demande ce qu'ils entendent par médium spirituel, ils vont s'inventer des particules ces fakes c'est incroyable, bande d'escrocs on devrait vraiment ouvrir une loi contre ces gens et les foutre en taule*

(Publication sur Univers, 13 mars)<sup>242</sup>

Si Valérie a créé son groupe d'interprétation des rêves, c'est parce qu'elle s'est donné pour mission de combattre les médiums et voyants en action sur les groupes, ce qui est une tâche infinie. Ce combat est toutefois facilité par une position dominante sur le champ, le statut d'administratrice permettant de bannir des membres. Les interprètes peuvent ainsi être déçus, une fois confrontés à une réalité où ils ne trouvent pas d'autres personnes aussi passionnées, motivées et investies qu'eux sur le champ. A propos des premiers groupes sur lesquels elle a été, Valérie dit ainsi :

*« C'était beaucoup sur la voyance, sur le futur, c'était basique, tiré de ce qu'on voit sur internet. Des analyses obsolètes, ça date, peut-être à une époque ça marchait bien, une époque de sorcellerie, enfin on évolue quoi. Tout ce qui est dictionnaire c'est vieux, c'est périmé ça vaut plus le coup, il fallait réadapter l'analyse avec tous les éléments qu'on a et eux ils prenaient toujours avec ces dictionnaires vieillots et en faisaient leur popote, leur analyse, "si vous voulez en savoir plus il faudrait que je vous fasse ça". C'est un attrape*

---

<sup>241</sup> Annexe 3.1

<sup>242</sup> Annexe 3.27

*détresse, il y en a en détresse ils veulent tout savoir, moi je leur dis “je peux pas faire de la voyance” » (Entretien téléphonique avec Valérie, 50 ans, sans activité professionnelle)*

#### *IV.B.3. Des retours insuffisants*

Quelques interprètes donnent leur interprétation avec l'autorité de celui qui sait, comme évidemment Estelle ou Valérie, mais également Paul ou André, qui se basent respectivement sur leurs connaissances spirituelles ou psychanalytiques. Les autres préfèrent présenter leurs analyses comme des hypothèses. Ils assument totalement le caractère profane de leur intervention, mais également les limitations dues à l'échange sur internet, qui ne leur permet pas de connaître le rêveur de l'autre côté de l'écran. Il leur est donc impossible de toujours taper dans le mille :

*« Moi en général quand j'interprète je dis “est-ce que ça vous parle”, je sens que des fois des gens fuient, “oui bah c'est ce que je vis”, certains posent des rêves mais quand ils sentent qu'on touche à un truc au niveau de leur faille ils se ferment. Personne est venu me parler en mp pour me demander d'autres choses, souvent on va toucher un petit peu les blessures des gens, peut-être qu'en mp ils parlent à d'autres personnes... J'aime pas plaquer, dire “c'est ça, point”. Les gens disent oui ou non, je donner des pistes voilà, cette piste là ou une autre, moi j'ai pas la réponse. Les personnes attendent plusieurs interprétations pour faire un peu le tri. Effectivement on ne peut pas faire de la voyance juste à travers les rêves. Seule la personne elle même le fait, la vérité personne ne l'a, pour moi il y a des symboles qui arrivent comme ça, mais son rêve elle en fait ce qu'elle veut. » (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée, interprète sur Accompagnement)*

*« Je dis souvent aux gens là ça me fait penser à ça, est-ce que ça résonne en vous, je donne jamais de choses précises donc des fois ils me disent “là pas du tout”. Et puis il y a des choses même si on les entend on n'est pas prêt et donc ça ne nous parle pas. Je me rappelle d'une fois, rien qu'à la façon dont elle avait décrit son rêve ça se voyait qu'elle voulait qu'on la rassure sur sa situation amoureuse. Et voilà je sais plus ce que c'était comme rêve, j'avais pas du tout répondu à ce qu'elle voulait entendre, elle s'était braquée tout de suite. Il y a des fois où je reconnais parfaitement que je suis dans le flou complet, là je n'étais pas la seule. » (Entretien téléphonique avec Camille, 35 ans, aide soignante en EHPAD, interprète sur Accompagnement)*

*« Je copie les rêves, je les mets sur un fichier word, je mets tous les symboles utiles et je fais mon interprétation, je fais chaque mot. Je fais un petit laïus d'interprétation, après c'est au rêveur de faire le travail de mise en relation de cette interprétation avec ce qu'il vit. Il faut accepter d'entendre ce qu'il y a à voir et cette analyse de rêve. Des fois on n'est pas prêt à entendre ce qu'il y a à dire, des fois l'interprétation est hasardeuse. » (Entretien téléphonique avec Catherine, 45 ans, sans activité professionnelle, interprète sur Révélation)*

Le partage d'informations est encouragé dès lors que l'individu envisage l'échange de savoirs comme équitable<sup>243</sup>. Or, l'échange est déséquilibré sur les groupes de rêves, puisque les interprétés se retrouvent dans une position d'attente, volontaire ou imposée. En échange de leur analyse, les interprètes attendent donc au moins un retour, que ce soit pour les conforter dans l'idée que leur investissement sert aux membres du groupe, ou dans la qualité de leur travail.

*« Les gens posent plein de questions, je mêle mon ressenti avec ce que les gens écrivent, ça me permet d'échanger avec les gens, j'ai parfois de bons retours et ça me rend contente. »* (Entretien téléphonique avec Ariane, 43 ans, sans activité professionnelle, interprète sur Révélations)

*« Elle a taggé quelqu'un "ça te parle ?" l'autre a répondu "c'est dingue, trop exact". Ce n'est pas une question d'ego ou de satisfaction personnelle, je suis contente si ça a aidé, si on me dit que effectivement ça travaille. Il y a des interprètes qui le font à l'arrache. »* (Entretien téléphonique avec Catherine, 45 ans, sans activité professionnelle, interprète sur Révélations)

Même si Catherine souligne que ce n'est pas une question d'ego, il apparaît peu probable que la rétribution des interprètes ne se calcule pas un minimum à partir de la satisfaction tirée des compliments ou de l'admiration des rêveurs. Ces derniers voient leur vie prendre un aspect plus excitant, une fois mise en scène dans une histoire contée par autrui, à propos de leur évolution spirituelle ou de leur potentiel insoupçonné. Les interprètes, eux, peuvent obtenir une position de pouvoir qu'ils n'ont peut-être pas dans la réalité. La confirmation que ce qu'ils ont compris de l'interprétation tombe juste peut donner un sentiment de puissance, puisque cela signifie qu'il y a en eux un potentiel de compréhension de l'humain et du langage onirique à exploiter. Toutefois, ils regrettent de ne pas recevoir plus de retours. Les interprètes ne font pas part de leur déception sur les groupes, sauf dans cet extrait :

*A : Aucun respect pour les autres... même pas de merci.*

*S : vous parlez pour Moi ? pardonnez moi si je ne vous au pas dit merci mon tel est leposedes problèmes et je pensais l avoir fait ..dinc je vous remercie ceci dit j au énormément de respect pour les personnes passant du temps sur les pages et apportant de l aide mais votre intervention n est pas sympathique*

---

<sup>243</sup> Yu, Lu et Liu (2010), cité dans Pi, Chou et Liao, A study of Facebook Groups members' knowledge sharing in *Computers in Human Behavior*, vol. 29 n°5, 2013 p.1973

*A : Vous demandez une interprétation. Je vous fournis la réponse. Et vous survolez mon commentaire. Ne faites pas semblant de ne l'avoir point vu ! Sur ceux, bonne soirée.*

(Publication sur Accompagnement, 18 mars)

En revanche, lors des entretiens, la non-mobilisation des rêveurs est plus largement reprochée :

*« Sur ce groupe bah finalement l'image d'aujourd'hui, ils veulent du rapide, du prêt à consommer, c'est un travail quand même, ça peut me prendre jusqu'à deux trois heures. Sur ce genre de groupe finalement, les gens préfèrent qu'on leur mâche leur travail en leur répétant des définitions lues dans des livres, donc je préfère interpréter plutôt dans le milieu astrologique ou mêmes propres rêves. »* (Entretien téléphonique avec Philippe, 51 ans, astrologue et livreur de crêpes, interprète sur Révélation)

*« Il y en a sur le groupe, je suis une vilaine je les ai blacklistés, j'ai même pas un merci et un ok, j'aimerais un retour, "oui ça me parle" ou "ça me parle pas", ces gens-là je leur réponds plus. C'est très individuel, chacun pose son truc et vient chercher la solution, il n'y a pas d'échange, je viens mettre mon vêtement à la teinturerie chacun se croise et vient chercher son vêtement quand il est propre et on se parle pas. »* (Entretien téléphonique avec Catherine, 45 ans, sans activité professionnelle, interprète sur Révélation)

*« Sur les groupes je fais pas du tout le même travail, avec les clients je fais phrase par phrase, sur les groupes je donnais un sens global du rêve. C'est très frustrant, beaucoup de personnes n'ont pas même la politesse de remercier, comme si on jetait une bouteille à la mer et on ne sait pas si ça parle à la personne. Les forums c'est pas fait pour ça.*

Et quand les personnes répondent ?

*Certaines me disent "oui oui oui je suis bluffé par ce que vous avez trouvé", mais la majorité c'est plutôt "je dis rien par rapport à l'interprétation". Internet c'est vraiment très impersonnel, pas très gratifiant. »* (Entretien téléphonique avec André, 65 ans, retraité et psychothérapeute, interprète sur Accompagnement)

Les trois interprètes ci-dessus s'intéressent en effet au hors-rêve et personnalisent donc l'interprétation, ce que souhaitent la plupart des membres. Mais puisqu'une quantité non-négligeable d'entre eux se contentent de publier leur rêve sans revenir sur l'analyse qui en est faite, ou en se contentant d'un merci, ils ne rentabilisent pas l'investissement temps-retour des interprètes, qui ne sont pas très actifs sur les groupes.

Le manque de gratitude de nombreux rêveurs peut certainement trouver une explication dans le caractère virtuel du groupe. En prenant la forme d'un simple

commentaire, apparaissant parmi tant d'autres dans le fil d'actualité des individus, l'interprétation perd de sa valeur. Sont invisibilisés les coûts en matière de temps et de réflexion pour l'analyste, qui auraient certainement été pris en compte si cela avait été un proche ou un professionnel qui aurait cherché à comprendre le rêve. L'interprète n'est lui qu'un nom et éventuellement une photo sur un réseau social. Une autre hypothèse est émise par Catherine, qui considère que l'échange est limité parce que *Révélation*s est uniquement centré sur l'interprétation des rêves. Les rêveurs ont beau avoir de nombreux intérêts communs (partie I), les groupes limitent le projet de sociabilité pourtant attendu des membres en ne se concentrant que sur les rêves :

« Le problème spécifique tout le monde met son rêve et ça devient une marée de rêves, chacun répond quand il peut. Quand c'est un groupe plus axé sur le développement personnel ou l'ésotérisme, ça va pas être une marée de rêves tous les jours. Quand on parle de tout ce qui est intérieur, certains vont comprendre des messages de leurs rêves et ils les mettront sur le groupe, des gens vont parler très souvent de médiumnité... Une page ou un groupe fait que pour pour l'interprétation des rêves c'est comme un dico, vous ouvrez une page vous regardez ce qui vous intéresse. Vous venez chercher votre paquet à la fin, pas d'échange avec les autres car pas de discussion possible, le rêve est très centralisé sur la personne qui a posté. Si vous faites ça sur un groupe médiumnité ésotérique ils ont des discussions autres que les rêves, il y a plus de discussion, plus de convivialité, c'est plus social. » (Entretien téléphonique avec Catherine, 45 ans, sans activité professionnelle)

## Conclusion de partie

Le champ des groupes Facebook d'interprétation des rêves étudiés est marqué par la position centrale de deux agents, Estelle et Valérie, cette position étant constamment renforcée par le fonctionnement même du champ. Plus elles interprètent, plus il est attendu d'elles qu'elles le fassent, et moins les autres agents vont chercher à intervenir car ne se sentant pas légitimes. En étant réduits à une position passive, puisque l'interprétation des rêves requière rarement des échanges d'informations, les rêveurs se mobilisent peu, ce qui n'encourage pas d'éventuels nouveaux agents à intervenir sur le champ. En résulte un cercle vicieux : même si les attentes des rêveurs sont moins élevées que pour une véritable consultation, ils espèrent au minimum une interprétation. L'activité est donc plus grande sur les groupes où la réponse est garantie, renforçant encore la position d'Estelle et Valérie.

L'interprétation des rêves permet toutefois aux agents de ce champ de donner une perspective plus intéressante voire excitante à leur existence. Les interprétés voient leur vie présentée comme une histoire dont ils sont les héros, et où ils ont le pouvoir d'en changer le cours. Les interprètes peuvent eux s'épanouir dans un rôle pour lequel ils sont salués, et qui devient une faculté à travailler dans une quête d'autoréalisation individuelle. Ceux-ci ont toutefois la sincère ambition d'aider les rêveurs sur le groupe, mais cette ambition ne peut suffire à mettre en œuvre un projet de sociabilité. Dans un champ aussi déséquilibré, où la mobilisation de la quasi-totalité des acteurs est très faible, les interprètes attendent au moins une rétribution sous la forme d'un retour, qui leur est rarement accordée.

## Conclusion générale

Cette enquête sur les groupes Facebook d'interprétation des rêves a montré qu'ils étaient des objets complexes aux facettes multiples, développées tout au long de ce mémoire. Lieu de rencontre d'une sous-culture portée sur la spiritualité, immense bibliothèque d'analyses de rêves, espace où être conseillé dans son cheminement personnel, les groupes offrent un socle en apparence propice au développement de relations interpersonnelles. L'ambition de partage et d'entraide des acteurs est cependant limitée par le fonctionnement du groupe comme champ de concurrence autoentretenant la position des acteurs dominants. En résulte la conclusion que la mise en œuvre d'un projet de sociabilité au travers de l'interprétation des rêves sur Facebook n'est pas à la hauteur de ce que les membres pouvaient en attendre.

Là réside tout le paradoxe des groupes Facebook d'interprétation des rêves : une obsession de la communication de la part des individus, puisque sensibilisés au développement personnel et à l'importance d'explorer et partager ses ressentis ; un espace dont le fondement même tient dans un désir de sociabilité, le réseau social ; mais un résultat où l'enthousiasme de quelques membres ne suffit pas à cacher la superficialité de nombreux échanges. Le rêve est publié, interprété, oublié. Il ne faut pas nécessairement y voir le symptôme d'une société où le narcissisme et l'individualité se cultivent à l'ère numérique. Les entretiens, même s'ils ne sont pas nécessairement représentatifs des profils sur les groupes, ont bien montré la volonté de s'aider les uns les autres dans la quête individuelle mais partagée de l'épanouissement. C'est peut-être plutôt la marchandisation du développement personnel qu'il s'agirait d'interroger. Si les seuls espaces gratuits sont sur internet, où la sincérité et la force des relations peuvent difficilement rivaliser avec des rencontres et thérapies en temps réel, la quête de spiritualité et de bien-être perd de son potentiel créateur de sociabilité.

Trois types de relation peuvent être distingués sur les groupes Facebook. Interprètes et interprétés ont tout d'abord besoin l'un de l'autre pour donner une plus-value à leur existence. Les premiers voient une revalorisation de leur quotidien dans l'attention qui y est accordée par autrui, et la mise en scène dramatique ou mystique en



résultant. Les seconds se retrouvent surélevés dans un rôle dominant, dès lors qu'il y a gratifications psychologiques. Ils vivent ainsi une forme d'aventure donnant du sens à leur action, mais ne conduisant toutefois pas au développement d'une sociabilité. Une fois l'interprétation donnée, l'échange est souvent arrêté.

Alors que les sociétés libérales valorisent l'autonomie et la responsabilité individuelle, celle-ci peut être trop lourde à porter. S'ensuit une recherche de repères ou d'un guide, pouvant être trouvé en la personne de l'interprète. Celui-ci se charge d'orienter le rêveur vers une formalisation de sa situation en termes de problèmes et solutions, qui rend plus aisé l'exercice de la responsabilité individuelle. Le déséquilibre induit par la position dominante de ces interprètes-thérapeutes limite également le développement de relations interpersonnelles.

C'est seulement dans les rares moments où les rêveurs se retrouvent sur un pied d'égalité que le projet de sociabilité peut être mis en œuvre. Ces moments sont fondés sur des discussions à propos de spiritualité et ésotérisme. Apparaît alors sur les groupes une atmosphère d'entraide et de stimulation, où les membres voient l'occasion d'échanger sur des croyances rarement partagées en dehors du cadre du groupe. Le développement personnel résulte d'une quête de sens, dans un monde où l'intériorité est devenue un des seuls espaces permettant encore l'exercice du pouvoir. La spiritualité donne un sens au vécu des individus en l'inscrivant dans une continuité mystique et fascinante. C'est certainement pourquoi *Univers* est le groupe le plus susceptible de voir se nouer des relations interpersonnelles, les interprétations des rêves y étant presque exclusivement tournées vers la spiritualité.

Pratique collective ne signifie donc pas mise en œuvre d'un projet de sociabilité, de même qu'un projet de sociabilité ne marque pas la fin d'une culture de l'individualité. L'intérêt pour le spirituel permet de construire de nouvelles formes de sociabilité, tournées vers le partage de savoirs. La plupart du temps cependant, l'interprétation des rêves sur les groupes Facebook est réduite à un outil parmi d'autres, dans un exercice non-partagé de travail sur soi. La virtualité des interactions ne permet pas d'effacer le caractère fondamentalement individuel du développement personnel.

Les résultats de cette enquête ne peuvent évidemment pas être généralisés à l'ensemble des groupes de rêve, ni même à ceux étudiés, puisque leur évolution et la rotation des membres est particulièrement changeante. Si l'analyse de trois semaines avait été faite en novembre 2018, époque de concurrence sur *Révélations*, ce groupe aurait pris un poids beaucoup plus important dans l'enquête, qui s'est surtout centrée sur *Univers* et *Accompagnement* en raison de leur activité. Quelques pistes de recherche supplémentaire résident ainsi en l'analyse d'autres groupes de rêve, ou portant sur la spiritualité compte tenu du caractère central de celle-ci dans la possibilité d'une sociabilité. Une étude des ateliers d'interprétation des rêves se déroulant en face-à-face permettrait également de voir si les difficultés à construire une interprétation commune résulte de son exercice dans un espace virtuel.

Enfin, si ce mémoire s'est résolument éloigné de son idée originelle, l'interprétation sociologique des rêves de Bernard Lahire, il a tout de même permis de souligner que les membres des groupes partagent des thématiques et un langage commun en formant une sous-culture. Les rêves étant pleins de figurations profondées dans l'esprit du rêveur, il serait particulièrement intéressant d'étudier si certains symboles, tels que ceux des chakras, de la numérologie ou encore du chamanisme, apparaissent dans les rêves des membres.

## Bibliographie

### Ouvrages

- ALLENDY, René. *Rêves expliqués*. Gallimard, 1938.
- BERADT, Charlotte. *Rêver sous le IIIe Reich*. Payot. Critique de la politique, 2002.
- BOLTANSKI, Luc, et CHIAPELLO, Eve. *Le nouvel esprit du capitalisme*. Gallimard. Tel, 2011.
- BOURDIEU, Pierre. *Questions de sociologie*. Les éditions de Minuit., 2002.
- CARROY, Jacqueline, et LANCEL, Juliette, éd. *Clés des songes et sciences des rêves: de l'Antiquité à Freud*. Paris: Les Belles Lettres, 2016.
- CASTEL, Robert. *La gestion des risques : de l'anti-psychiatrie à l'après-psychanalyse*. Les éditions de minuit. Le sens commun, 1981.
- DUVIGNAUD, Jean, DUVIGNAUD, Françoise et CORBEAU, Jean-Pierre. *La banque des rêves : essai d'anthropologie du rêveur contemporain*. Payot., 1979.
- EHRENBERG, Alain. *La fatigue d'être soi : dépression et société*. Odile Jacob., 2000.
- EHRENBERG, Alain. *La société du malaise*. Odile Jacob., 2010.
- ESQUERRE, Arnaud. *Prédire : l'astrologie au XXIe siècle en France*. Fayard., 2013.
- FAVRET-SAADA, Jeanne. *Les mots, la mort, les sorts*. Gallimard. Folio Essais, 1985.
- FAVRET-SAADA, Jeanne. *Désorceler*. Editions de l'Olivier., 2009.
- FREUD, Sigmund. *L'interprétation du rêve*. Éditions du Seuil, 2014.
- HARTMANN, Ernest. *The Nature and Functions of Dreaming*. Oxford University Press, 2010.
- JUNG, Carl Gustav. *Essai d'exploration de l'inconscient*. Folio. Essais, 1988.
- JUNG, Carl Gustav. *Sur l'interprétation des rêves*. Albin Michel., 1998.
- KRIPPNER, Stanley, et JOFFE ELLIS Debbie Joffe. *Perchance to Dream: the Frontiers of Dream Psychology*. Nova Science Publishers, 2009.
- LACAN, Jacques. *Jacques Lacan. Écrits*. Editions du Seuil, 1966.
- LAHIRE, Bernard. *L'interprétation sociologique des rêves*, 2018.
- LASCH, Christopher. *La culture du narcissisme : la vie américaine à un âge de déclin des espérances*. Flammarion, 2018.

MARQUIS, Nicolas. *Du bien-être au marché du malaise : la société du développement personnel*. Presses universitaires de France, 2014.

OLSON, Mancur, *Logique de l'action collective*, Presses universitaires de France, 1978

PALMIER, Jean-Michel (1944-1998). *Lacan : le symbolique et l'imaginaire*. Jean-Pierre Delarge, 1969.

RIEFF, Philip. *The Triumph of the therapeutic. Uses of faith after Freud*. Chatto & Windus., 1966.

### Articles

BLECHNER, Mark. « Group Dream Interpretation: Contemporary Psychoanalysis ». *Contemporary Psychoanalysis* 47, n° 3 (2011): 406-19.

CAMUS, Sandra, et POULAIN, Max. « La spiritualité : émergence d'une tendance dans la consommation ». *Management & Avenir* 5, n° 19 (2008): 72 à 90.

CASTEL, Robert, et LE CERF, Jean-François. « Le phénomène « psy » et la société française ». *Le Debat*, n° 1 (1980): 32-45.

CASTEL, Robert, et LE CERF, Jean-François. « Le phénomène « psy » et la société française ». *Le Debat*, n° 2 (1980): 39-47.

CASTEL, Robert, et LE CERF, Jean-François. « Le phénomène « psy » et la société française ». *Le Debat*, n° 3 (1980): 22-30.

CHAMPION, Françoise. « Thérapies et nouvelles spiritualités ». *Sciences Humaines* N°106, n° 6 (2000): 26-26.

FINE, Gary Alan, et FISCHER LEIGHTON Laura. « Nocturnal Omissions: Steps Toward a Sociology of Dreams ». *Symbolic Interaction* 16, n° 2 (1993): 95-104.

HAVARD DUCLOS, Bénédicte. « L'Internet des assistantes maternelles ». *Réseaux*, n° 208-209 (2018): 28-61.

HSIU-FEN Lin. « Understanding Behavioral Intention to Participate in Virtual Communities ». *CyberPsychology & Behavior* 9, n° 5 (octobre 2006): 540-47.

LACROIX, Michel. « L'aventure prométhéenne du développement personnel ». *Sciences Humaines* N°122, n° 12 (2001): 31-31.

PARK, Namsu, Fee Kerk F. et VALENZUELA Sebastián. « Being Immersed in Social Networking Environment: Facebook Groups, Uses and Gratifications, and Social Outcomes ». *Cyberpsychology & behavior* 12, n° 6 (2009): 729-33.

PETRIC, Daniela, et NEMCIC MORO Iva. « Beginners' Anxiety and Group Dreams ». *Group Analysis* 48, n° 3 (1 septembre 2015): 332-48.

PI, Shih-Ming, CHOU Chen-Huei, et LI-LIAO Hsiu-Li. « A study of Facebook Groups members' knowledge sharing ». *Computers in Human Behavior* 29, n° 5 (2013): 1971-79.

SCHURMANS, Dan. « La fabrication des rêves, processus individuel et collectif? » *L'Autre* Volume 15, n° 3 (2014): 292-301.

SCHWARTZ, Olivier. « La pénétration de la “culture psychologique de masse” dans un groupe populaire : paroles de conducteurs de bus ». *Sociologie* 2 (2011): 345-61.

ULLMAN, Montague. « Group Dream Work and Healing ». *Contemporary Psychoanalysis* 20, n° 1 (janvier 1984): 120-30.

### Thèses

BAUER-MOTTI, Fanny. « Les rêves et leur interprétation : systèmes interprétatifs culturels et interprétation psychanalytique ». Strasbourg, 2015.

RANDALL, Alex. « Dream Sharing and Shared Metaphors in a Short-Term Community ». Columbia University, 1978.

### Sources primaires

MARCHAND, Leila, « Plus de la moitié des Français ne se réclament d'aucune religion », *Le Monde*, mai 2015, [https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2015/05/07/une-grande-majorite-de-francais-ne-se-reclament-d-aucune-religion\\_4629612\\_4355770.html](https://www.lemonde.fr/les-decodeurs/article/2015/05/07/une-grande-majorite-de-francais-ne-se-reclament-d-aucune-religion_4629612_4355770.html), consulté le 26 mai 2019

### Rapports institutionnels

DONNAT, Olivier. « Les pratiques culturelles des Français à l'ère numérique : Éléments de synthèse 1997-2008 ». Culture études. Paris: Département des études, de la prospective et des statistiques, 2015.

INSEE, Tableaux de l'économie française, Edition 2018

### Sites et pages internet

*Annabelle Medium*, [www.annabelle-medium.fr](http://www.annabelle-medium.fr), consulté le 29 mai 2019

*Dictionnaire des rêves*, [www.doctissimo.fr/psychologie/dictionnaire-des-reves](http://www.doctissimo.fr/psychologie/dictionnaire-des-reves), consulté à plusieurs reprises entre le 25 octobre 2018 et le 24 mai 2019

*Dictionnaire Larousse*, [www.larousse.fr](http://www.larousse.fr), consulté à plusieurs reprises entre le 29 mars 2019 et le 01 juin 2019

*Doctissimo*, [www.doctissimo.fr](http://www.doctissimo.fr), consulté le 29 mai 2019

*Dreambank*, <http://www.dreambank.net/>, consulté à plusieurs reprises entre le 13 novembre 2018 et le 24 mai 2019

Encyclopaedia Universalis, [www.universalis.fr](http://www.universalis.fr), consulté le 29 mai 2019

*Erick Demeurs*, analyste de rêve, psychanalyste jungienne, [www.comprendre-ses-reves.fr](http://www.comprendre-ses-reves.fr), consulté le 06 avril 2019

*Guérison énergétique*, [www.guerisonenergetique.fr](http://www.guerisonenergetique.fr), consulté le 29 mai 2019

*Interprétation-signification des rêves gratuits*, [interpretation-reve.fr](http://interpretation-reve.fr), consulté à plusieurs reprises entre le 25 octobre 2018 et le 24 mai 2019

*Journal des femmes santé*, [www.sante-medecine.journaldesfemmes.fr](http://www.sante-medecine.journaldesfemmes.fr), consulté le 29 mai 2019

*L'aventure Intérieure*, [www.laventure-interieure.fr](http://www.laventure-interieure.fr), consulté le 06 avril 2019

*Laurène Baldassara*, [laurene-baldassara.com](http://laurene-baldassara.com), consulté le 29 mai 2019

*Passeport santé*, [passeportsante.net](http://passeportsante.net), consulté le 29 mai 2019

*Psychologies*, [www.psychologies.com](http://www.psychologies.com), consulté le 29 mai 2019

*Santé magazine*, [www.santemagazine.fr](http://www.santemagazine.fr), consulté le 29 mai 2019

*Rêves et Symboles*, [www.psychanalyse-reves-yoga.com](http://www.psychanalyse-reves-yoga.com), consulté le 06 avril 2019

## Table des matières

Remerciements .....	3
Abstract .....	4
Sommaire .....	5
Introduction .....	6
A. Histoire de l'interprétation des rêves .....	12
A.1. L'interprétation des rêves avant Sigmund Freud.....	12
A.2. Le rêve selon Sigmund Freud et Carl Gustav Jung .....	13
A.3. Des travaux de plus en plus sociologiques.....	14
A.4. Les groupes d'interprétation des rêves .....	15
B. Culture psychologique de masse et développement personnel.....	17
B.1. Un affaiblissement du lien social .....	18
B.2. La diffusion des techniques « psy » .....	19
B.3. Les « nouvelles thérapies » .....	20
B.4. Une société du travail sur soi.....	22
C. Méthodologie de l'enquête de terrain .....	25
C.1. Délimitation du terrain.....	25
C.1. Méthodes d'enquête.....	26
I. Un lieu de sociabilisation pour des individus aux intérêts partagés.....	31
I.A. Profil des participants .....	31
I.A.1. Qui sont les consommateurs de développement personnel et d'interprétations ? .	31
I.A.2. Un public majoritairement féminin .....	34
I.A.3. Une prédominance des métiers du social.....	36
I.B. Un intérêt pour le développement personnel au-delà de la culture psychologique .....	40
I.B.1. Le travail sur soi comme préoccupation .....	40
I.B.2. L'interprétation des rêves dans le continuum du travail sur soi .....	43
I.B.3. Une sous-culture au langage commun .....	50
Conclusion de partie.....	55
II. Une ressource commune dans l'interprétation des rêves.....	56
II.A. Un esprit d'entraide relatif entre interprètes.....	57
II.A.1. Autoritarisme de l'interprète principale sur Accompagnement.....	57
II.A.2. Les tentatives de construction commune sur Révélation.....	64
II.A.3. Un groupe basé sur l'omniprésence de son interprète : Univers.....	66

II.B. La coopération du rêveur .....	70
II.B.1. Un apprentissage par la lecture .....	70
II.B.2. L'appropriation du contenu .....	72
II.C. Une quête de spiritualité stimulante .....	77
II.C.1. La notion de croyance sur les groupes.....	77
II.C.2. Développement de compétences .....	80
Conclusion de partie.....	85
III. Un espace à visée thérapeutique .....	86
III. A. Un prolongement de la psychanalyse.....	86
III.A.1. Des individus en situation de mal-être .....	86
III.A.2. Une majorité de membres simplement préoccupés .....	91
II.B. Etudes de cas : deux interprètes-thérapeutes.....	93
III.B.1. Accompagnement : des conseils concrets et une faute portée sur l'entourage .....	95
III.B.2. Univers : des conseils de développement personnel et une faute individuelle ....	101
Conclusion de partie.....	107
IV. Un champ à la mobilisation en deçà des attentes .....	108
IV. A. Une déception relative du côté des interprétés.....	109
IV.A.1. Le manque de personnalisation des interprétations.....	110
IV.A.2. Des attentes limitées par la nature du champ .....	114
IV.B. Un retour sur investissement insuffisant pour les interprètes.....	116
IV.B.1. Bénéfice collectif et motivations individuelles.....	116
IV.B.2. Une crédibilité malmenée .....	120
IV.B.3. Des retours insuffisants .....	123
Conclusion de partie.....	127
Conclusion générale.....	128
Bibliographie .....	131
Liste des entretiens .....	139
Annexes .....	141
Annexe 1 : Glossaire des techniques du développement personnel.....	141
Annexe 2 : Questionnaire en ligne .....	143
Annexe 2.1 : Prise de contact sur les groupes.....	143
Annexe 2.2 : Prise de contact par Messenger .....	143
Annexe 2.3 : Questionnaire.....	143
Annexe 2.4 : Niveau d'études .....	152



Annexe 2.5 : Profession.....	152
Annexe 2.6 : Raisons derrière l'interprétation.....	152
Annexe 3 : Rêves publiés sur les groupes .....	153
Annexe 3.1 : Accompagnement, 11 mars .....	153
Annexe 3.2 : Accompagnement, 13 mars .....	154
Annexe 3.3 : Accompagnement, 16 mars .....	155
Annexe 3.4 : Accompagnement, 17 mars .....	156
Annexe 3.5 : Accompagnement, 27 mars .....	157
Annexe 3.6 : Accompagnement, 23 mars .....	157
Annexe 3.7 : Révélation, 20 mars .....	158
Annexe 3.8 : Accompagnement, 21 mars .....	160
Annexe 3.9 : Révélation, 27 mars .....	161
Annexe 3.10 : Univers, 29 mars.....	162
Annexe 3.11 : Accompagnement, 28 mars .....	169
Annexe 3.12 : Univers, 29 mars (autre) .....	170
Annexe 3.13 : Révélation, 12 mars .....	170
Annexe 3.14 : Accompagnement, 18 mars .....	172
Annexe 3.15 : Accompagnement, 14 mars .....	172
Annexe 3.16 : Accompagnement, 31 mars .....	173
Annexe 3.17 : Accompagnement, 11 mars (autre) .....	174
Annexe 3.18 : Univers, 22 mars.....	175
Annexe 3.19 : Révélation, 24 mars .....	178
Annexe 3.20 : Accompagnement, 24 mars .....	180
Annexe 3.21 : Accompagnement, 18 mars (autre) .....	181
Annexe 3.22 : Accompagnement, 28 mars .....	183
Annexe 3.23 : Accompagnement, 17 mars (autre) .....	184
Annexe 3.24 : Univers, 24 mars.....	185
Annexe 3.25 : Univers, 13 mars.....	186
Annexe 3.26 : Accompagnement,10 mars .....	188
Annexe 3.27 : Univers, 13 mars.....	189
Annexe 4 : Extraits d'entretien .....	190
Annexe 4.1 : Autour du développement personnel.....	190
Annexe 4.2 : Autour de l'intérêt pour les rêves .....	191
Annexe 4.3 : Autour des méthodes d'interprétation.....	192

Annexe 4.4 : Autour de la spiritualité .....	200
Annexe 4.5 : Autour du mal-être.....	203

## Liste des entretiens

### **Entretiens téléphoniques**

- Gaëlle (Accompagnement). 33 ans, en couple. Sans activité professionnelle (anciennement secrétaire), études de graphisme - 14 novembre 2018
- Claude (Révélation). 48 ans, divorcée, deux enfants. Assistante administrative - 18 novembre 2018
- Sarah (Accompagnement). 31 ans, en couple, un enfant. Infirmière libérale - 21 novembre 2018
- Camille (Accompagnement), 35 ans, en couple, trois enfants. Aide-soignante en EHPAD - 6 février 2019
- Louise (Univers + Révélation), 26 ans, célibataire. Sans activité professionnelle, RSA, formation en vente et relation client - 15 février 2019
- Karine (Accompagnement), 38 ans, mariée, trois enfants. Educatrice spécialisée auprès d'enfants déficients intellectuels, DEUG de psychologie et formation éducatrice spécialisée - 17 février 2019
- Anja (Accompagnement). 37 ans, en couple, deux enfants. Sans activité professionnelle (anciennement technicienne de surface), CAP employé technique de collectivités - 24 février 2019
- Amélie (Accompagnement). 37 ans, en couple, un enfant. Aide à domicile, CAP - 24 février 2019
- André (Accompagnement), 65 ans, séparé, 5 enfants. Retraité (anciennement ingénieur), psychothérapeute et onirologue, études d'ingénieur et formation de 5 ans en psychothérapie - 26 février 2019
- Paul (Accompagnement), 30 ans, célibataire. Sans activité professionnelle, études de droit - 2 mars 2019 + Messenger du 27 novembre 2018 au 6 mars 2019
- Philippe (Révélation), 51 ans, séparé, deux enfants. Astrologue et livreur de crêpes, sans diplôme - 3 mars 2019
- Valérie (Univers), 50 ans, veuve, trois enfants. Sans activité professionnelle car invalide (anciennement hôtesse informatique), licence en informatique et DEA ingénieur développeur - 14 mars 2019
- Anastasia (Accompagnement), 24 ans, célibataire. Etudiante en licence 2 de psychologie - 16 mars 2019

- Christelle (Accompagnement), 40 ans, mariée, deux enfants. Commerçante en alimentation, BEP communication, administration et secrétariat et BTS productique mécanique - 21 mars + Messenger le 26 avril
- Lise (Univers), 27 ans, mariée, deux enfants. Sans activité professionnelle (anciennement ouvrière en industrie), CAP - 27 mars
- Pascal (Univers), 37 ans, séparé, deux enfants. Magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être, Bac STI microtechniques option génie mécanique - 29 mars
- Cécilia (Révélation), 45 ans, séparée, deux enfants. Magnétiseuse, formations shiatsu et réflexologie - 11 avril 2019
- Blandine (Univers), 41 ans, séparée, deux enfants. Infirmière en EHPAD, BEP sanitaire et social puis études d'infirmier - 11 avril
- Ariane (Révélation), 43 ans, en couple, deux enfants. Sans activité professionnelle (anciennement clerc d'huissier de justice) - 16 avril
- Leïla (Univers), 34 ans, en couple. Employée dans une résidence pour seniors, licence LEA - 16 avril
- Catherine (Révélation), 45 ans, en couple, deux enfants. Sans activité professionnelle (anciennement dans les assurances), maîtrise de psychologie - 17 avril

#### **Entretiens Messenger :**

- Estelle (Accompagnement), un enfant - 11 février 2019
- Léon (Révélation), 18 ans, étudiant en médecine - 7 mars au 10 avril
- Véronique (Révélation), 58 ans, mariée, trois enfants. Retraitée (anciennement mère au foyer), sans diplôme - 12 mars au 22 avril
- Mireille (Accompagnement), 36 ans, mariée, sans enfants. Joaillère, Bac pro secrétariat puis CAP et mention complément en joaillerie- 31 mars 2019 au 17 avril 2019
- Mahé (Accompagnement), 28 ans, sans activité professionnelle, études de géographie - 11 au 26 avril
- Ophélie (Univers), 39 ans, en couple, deux enfants. Assistante maternelle, Bac service aux personnes - 24 au 28 avril

## Annexes

### **Annexe 1 : Glossaire des techniques du développement personnel**

- Analyse transactionnelle : « Basée sur une certaine conception de la relation et de la communication, l'analyse transactionnelle (AT) examine nos échanges avec notre entourage selon les trois facettes de notre personnalité : l'enfant, le parent ou l'adulte. Ces trois états du "moi" coexistent chez une personne et s'extériorisent indépendamment selon les moments et les circonstances »<sup>244</sup>
- Aromathérapie : « Il s'agit d'une approche de soin complexe, constituée par les essences aromatiques de certaines plantes, agrumes, résine ou bois »<sup>245</sup>
- Astrologie : « Discipline ayant pour objet l'étude des corrélations entre la configuration, la qualité propice ou néfaste du ciel géocentrique lors d'un événement terrestre, d'une part, et la nature, les développements de cet événement d'autre part. »<sup>246</sup>
- Ayurvéda : « Médecine traditionnelle indienne, l'ayurvéda regroupe la diététique, la phytothérapie, l'aromathérapie, les massages, le yoga, le chant, la respiration et la méditation. »<sup>247</sup>
- Bio énergie : « L'analyse bioénergétique est une méthode psycho-corporelle : elle implique autant le corps que le psychisme, et permet d'établir des liens entre les deux. Elle a pour but de remettre en mouvement la circulation énergétique qui a pu être bloquée par des conflits passés non résolus, afin de (re)trouver une harmonie affective, relationnelle, personnelle... »<sup>248</sup>
- Bols de cristal : « Il s'agit de bols fabriqués à base de poudre de quartz pure que l'on fait fondre dans des moules. Ils sont essentiellement utilisés par des thérapeutes qui les utilisent au cours de séances individuelles de sonothérapie donc lors d'un soin énergétique par les sons. »<sup>249</sup>
- Cartomancie : « Art de deviner au moyen de cartes à jouer d'un jeu de piquet ou d'un jeu de tarots. »<sup>250</sup>
- Cri primal (thérapie par le cri primal) : « Technique développée dans les années soixante par A. Janov, qui met l'accent sur la nécessité de retrouver la sensation d'une douleur

---

<sup>244</sup> Psychologies.com

<sup>245</sup> Passeportsante.net

<sup>246</sup> Dictionnaire Larousse

<sup>247</sup> Santemagazine.fr

<sup>248</sup> Passeportsante.net

<sup>249</sup> Laurène-baldassara.com

<sup>250</sup> Dictionnaire Larousse

première née d'un manque à l'origine des tensions. Elle vise à faire revivre les douleurs les plus insupportables pour aller aux "figurations primales" liées à la "scène fondamentale". »<sup>251</sup>

- Danses sacrées : « Moyen privilégié d'entraîner l'homme hors des limites que lui impose la conscience de la réalité quotidienne. Cette sorte de gymnastique mystique permet de communier avec la nature, avec le rythme auquel est soumis l'univers. »<sup>252</sup>
- Gestalt thérapie : « Mise au point par le psychanalyste allemand Fritz Perls (1898-1970) au cours des années 50 et 60, la Gestalt-thérapie est une approche globale de l'individu qui prend en compte les 5 dimensions de l'être : physique, émotionnelle, mentale, sociale et spirituelle. »<sup>253</sup>
- Feng Shui : « Art chinois visant à retrouver un bien-être environnement [...] basé sur la complémentarité du yin et du yang [pour agencer les pièces à vivre de manière à permettre] à l'énergie de circuler librement dans l'ensemble de l'habitat »<sup>254</sup>
- Lahochi : « Le Lahochi est une technique énergétique de soins très puissante transmise par l'apposition des mains. Elle apporte, par ce biais, une très haute fréquence de la Lumière. »<sup>255</sup>
- Lithothérapie : « Cette pratique utilise les vertus et les forces énergétiques des pierres et des minéraux pour aider les patients à équilibrer leur organisme »<sup>256</sup>
- Pendule : « Technique de divination ancestrale [...] constituée d'une masse suspendue à une chaîne fine ou un fil qui lui permettra d'osciller en faisant des cercles. [...] Le pendule sert à répondre à différentes questions que l'on se pose par « Oui » ou « Non ». »<sup>257</sup>
- Phytothérapie : « Traitement ou prévention des maladies par l'usage des plantes. »<sup>258</sup>
- Réflexologie : « La réflexologie, qu'elle soit plantaire ou palmaire procure une détente profonde et possède un aspect réparateur et préventif. Elle s'adapte aux besoins de chacun. permet une approche différente et complémentaire de la médecine allopathique. »<sup>259</sup>
- Reiki : « Méthode énergétique d'origine japonaise, le Reiki est une technique d'imposition des mains qui vise à remettre en contact l'énergie universelle et la force vitale afin de susciter un réveil dynamique qui permettra la guérison. Les indications concernent autant

---

<sup>251</sup> Sante-medecine.journaldesfemmes.fr

<sup>252</sup> Encyclopaedia Universalis

<sup>253</sup> Psychologies.com

<sup>254</sup> Psychologies.com

<sup>255</sup> Guerisonenergetique.fr

<sup>256</sup> Guerisonenergetique.fr

<sup>257</sup> Dictionnaire Larousse

<sup>258</sup> Annabelle-medium.com

<sup>259</sup> Passeportsante.net

les organes que le psychisme, à commencer par la fatigue. Cette discipline thérapeutique n'est cependant reconnue dans aucun pays. »<sup>260</sup>

- Sophrologie : « Méthode fondée sur l'hypnose et la relaxation, utilisée en thérapeutique et pour la préparation et l'accouchement. »<sup>261</sup>
- Tai chi : « Gymnastique chinoise, constituée par un enchaînement lent de mouvements, selon des schémas précis. (Son origine, très ancienne, est liée au taoïsme.) »<sup>262</sup>
- Tarologie : « Art de tirer les cartes, les tarots. »<sup>263</sup>

## **Annexe 2 : Questionnaire en ligne**

### *Annexe 2.1 : Prise de contact sur les groupes*

Bonjour ! Etudiante en master, j'écris un mémoire sur l'interprétation sociologique des rêves. Je suis à la recherche de rêveurs et rêveuses pour me raconter leurs rêves et cauchemars, et construire ensemble une interprétation ! N'hésitez pas à me contacter, surtout si vous êtes Strasbourgeois-es.

### *Annexe 2.2 : Prise de contact par Messenger*

Bonjour, je me permets de vous contacter car vous avez posté sur le groupe Facebook [nom du groupe]. Etudiante en Master 1, je rédige un mémoire sur l'interprétation des rêves, un sujet qui me passionne. J'aurais aimé savoir si vous aviez cinq minutes pour remplir ce questionnaire [lien du questionnaire], totalement anonyme, sur vos rêves et le sens que vous y donnez. Je vous en serai reconnaissante, et espère pouvoir discuter de manière plus approfondie sur le sujet si cela vous intéresse. Très bonne soirée !

### *Annexe 2.3 : Questionnaire*

#### *Enquête sur les rêves et leur interprétation*

*Etudiante en Master 1, je rédige un mémoire de sociologie sur l'interprétation des rêves. Je cherche à comprendre quelle utilité et quel sens peuvent être donnés aux rêves, et ce*

---

<sup>260</sup> Doctissimo.fr

<sup>261</sup> Dictionnaire Larousse

<sup>262</sup> Dictionnaire Larousse

<sup>263</sup> Dictionnaire Larousse

*qu'ils nous disent de la vie du rêveur ou de la rêveuse. Merci mille fois pour votre temps !*

**Depuis combien de temps êtes-vous sur un groupe Facebook d'interprétation des rêves ?**

- Moins d'un mois
- Entre un et six mois
- Entre six mois et un an
- Depuis plus d'un an
- Option 5
- Option 6
- Option 7

**De quel(s) groupe(s) êtes-vous membre ? (plusieurs réponses possibles)**

- Accompagnement
- Révélations
- [autres noms de groupes]
- Autre :

**Combien de fois avez-vous posté un rêve ?**

- Je n'ai encore jamais posté
- Une seule fois
- Deux fois
- Trois fois
- Plus

**Les interprétations données sur le groupe Facebook vous sont-elles utiles ?**

Les interprétations ne me sont jamais utiles

1

2

3

4

Les interprétations me sont toujours utiles

**Pourquoi voulez-vous interpréter vos rêves ?**



Votre réponse

**Pensez-vous que les rêves aient un sens ?**

Les rêves n'ont jamais de sens

1

2

3

4

Les rêves ont toujours un sens

**Considérez-vous que les rêves peuvent vous aider à en apprendre plus sur vous-mêmes ?**

Non, je ne pense pas

1

2

3

4

Oui, totalement

**Pensez-vous que la compréhension des rêves peut vous aider à résoudre vos problèmes ?**

Non, je ne pense pas

1

2

3

4

Oui, totalement

**Vous arrive-t-il d'interpréter les rêves ?**

- Oui, les miens
- Oui, ceux d'autres membres du groupe d'interprétation des rêves
- Oui, ceux de mon entourage
- Non, jamais

**Si vous avez répondu oui, quels outils utilisez-vous dans l'interprétation des rêves ?  
(plusieurs réponses possibles)**

- Dictionnaire de rêves (papier ou internet)
- Livre de psychologie
- Groupe Facebook / forum
- Discussions avec votre entourage
- Éléments tirés de la vie du rêveur
- Autre :

**Si vous utilisez un dictionnaire ou un livre pouvez-vous indiquer le titre/lien :**

Votre réponse

**Voyez-vous un lien entre vos préoccupations et vos rêves ?**

Non, jamais

1

2

3

4

Oui, tout le temps

**Sur cette échelle, comment noteriez-vous votre niveau de bien-être général ?**

Je me sens pas du tout épanoui(e)

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Je me sens à un excellent niveau de bien-être

**Sur cette échelle, à quel point vous sentez-vous préoccupé(e) ces derniers temps ?**

Rien ou presque rien ne me préoccupe actuellement

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

Je me sens très préoccupé(e)

**De quel(s) ordre(s) sont vos préoccupations ? (plusieurs réponses possibles)**

- Amoureuses
- Sociales (liées à votre cercle d'amis)
- Familiales
- Professionnelles
- Financières
- Relatives à la santé
- Autre :

**Parmi ces traits de personnalité, lesquels vous correspondent ? (plusieurs réponses possibles)**

- Anxieux
- Calme
- Coléreux
- Communicatif
- Confiant
- Courageux
- Dépressif
- Détendu
- Dynamique
- Extraverti

- Fantaisiste
- Logique
- Méfiant
- Optimiste
- Peureux
- Pessimiste
- Secret
- Sensible
- Sérieux
- Sociable
- Solitaire
- Timide
- Autre :

**Parmi ces thèmes/éléments, certains sont-ils récurrents dans vos rêves ? (plusieurs réponses possibles)**

- Entourage familial
- Entourage amical
- Entourage amoureux
- Entourage professionnel
- Personnes célèbres
- Animaux
- Elements spirituels et religieux
- Vous êtes agressé(e)
- Vous agressez quelqu'un
- Vous fuyez quelque chose
- Vous poursuivez quelque chose
- Vous échouez dans ce que vous entreprenez
- Vous réussissez dans ce que vous entreprenez
- Vous ressentez de la colère
- Vous ressentez de la peur
- Vous ressentez de la tristesse
- Vous ressentez de la joie
- Vous êtes en extérieur
- Vous êtes en intérieur
- Autre :

**Si vous rêvez régulièrement de thèmes/éléments absents de la liste, vous pouvez les écrire ici :**

Votre réponse

**Etes-vous une femme ou un homme ?**

- Femme
- Homme

**Quel âge avez-vous ?**

- Moins de 18 ans
- 18-25 ans
- 26-35 ans
- 36-45 ans
- 46-55 ans
- 56-65 ans
- Plus de 65 ans

**Quel est votre niveau d'études ?**

- Sans diplôme
- Brevet des collèges
- CAP/BEP (autres diplômes techniques)
- Bac général
- Bac pro/technologique
- Bac +3 (licence)
- Supérieur à Bac +3
- Autre :

**Quelle est votre profession ?**

Votre réponse

**A quelle catégorie socio-professionnelle appartient (ou appartenait) votre père ?**

- Agriculteurs exploitants
- Artisans, commerçants et chefs d'entreprise
- Cadres et professions intellectuelles supérieures
- Professions intermédiaires
- Employés
- Ouvriers
- Sans activité professionnelle
- Autre :

**A quelle catégorie socio-professionnelle appartient (ou appartenait) votre mère ?**

- Agriculteurs exploitants
- Artisans, commerçants et chefs d'entreprise

- Cadres et professions intellectuelles supérieures
- Professions intermédiaires
- Employés
- Ouvriers
- Sans activité professionnelle
- Autre :

**Quel est votre état matrimonial ?**

- Marié(e)
- Divorcé(e)/séparé(e)
- Veuf/veuve
- En couple
- Célibataire

**Avez-vous des enfants ?**

- Non je n'ai pas d'enfant
- Oui j'ai des enfants

**Quel âge ont vos enfants ?**

- Moins de cinq ans
- Entre cinq et dix ans
- Entre onze et dix-huit ans
- Plus de dix-huit ans

**Etes-vous croyant(e) ?**

- Oui
- Non
- Je ne sais pas

**Etes-vous pratiquant(e) ?**

- Oui, régulier(e)
- Oui, irrégulier(e)
- Non

**Quels sont vos hobbies/centres d'intérêt ? (plusieurs réponses possibles)**

- Cinéma
- Littérature
- Musique
- Sport

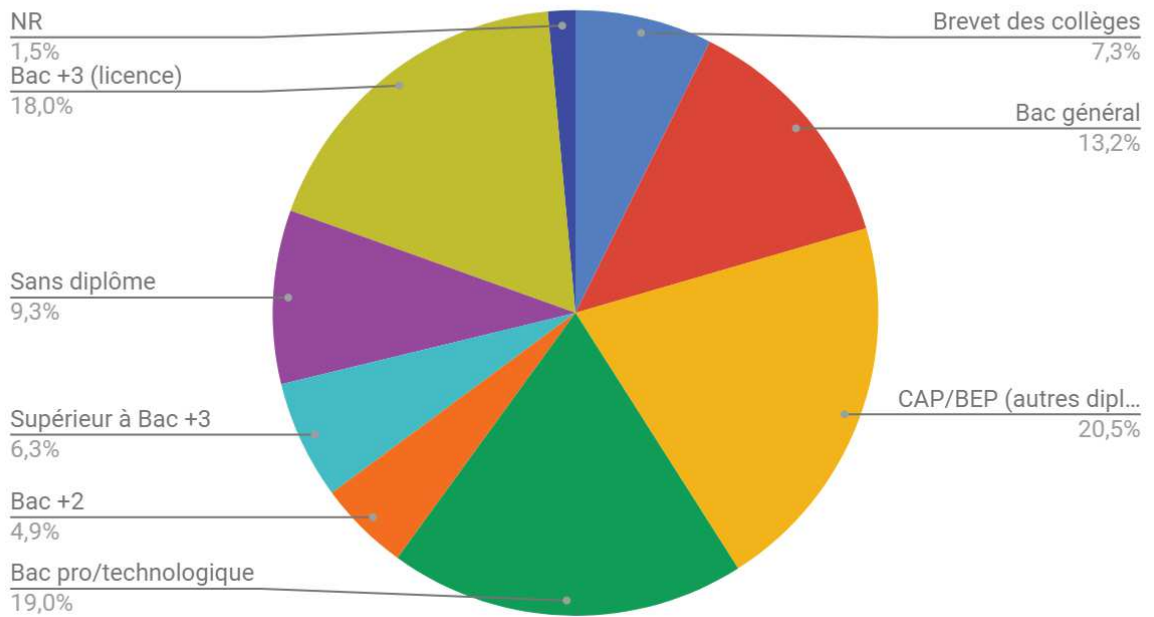
- Travaux manuels
- Politique
- Histoire
- Développement personnel
- Autre :

**Pratiquez-vous : (plusieurs réponses possibles)**

- La méditation
- Les soins énergétiques
- La voyance
- L'art-thérapie
- La lithothérapie
- Autre :

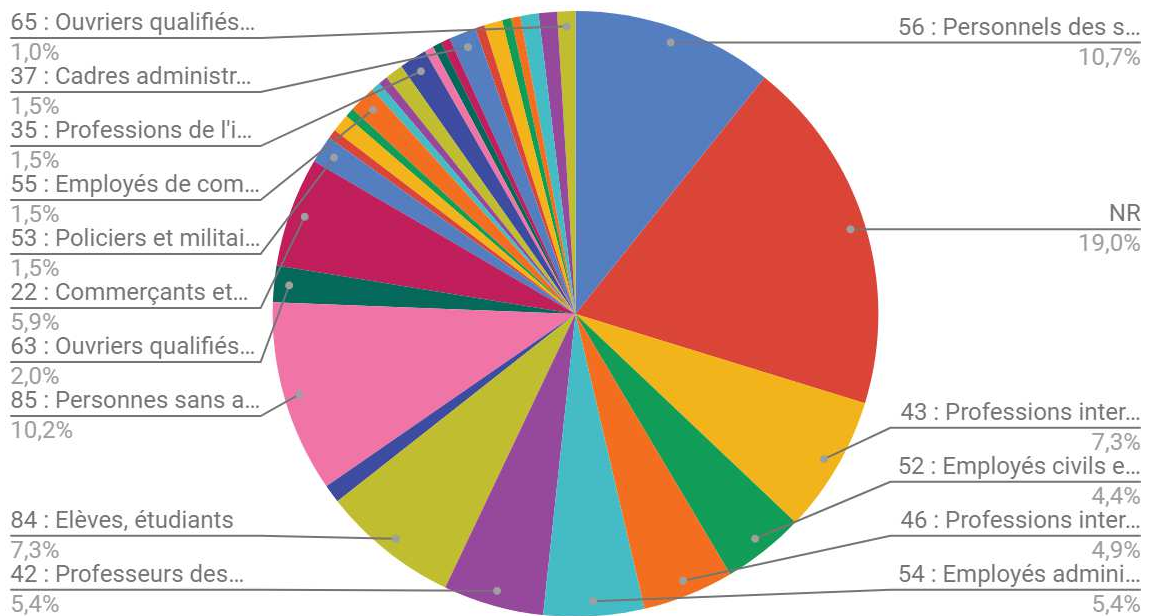
### Annexe 2.4 : Niveau d'études

#### Quel est votre niveau d'études ?



### Annexe 2.5 : Profession

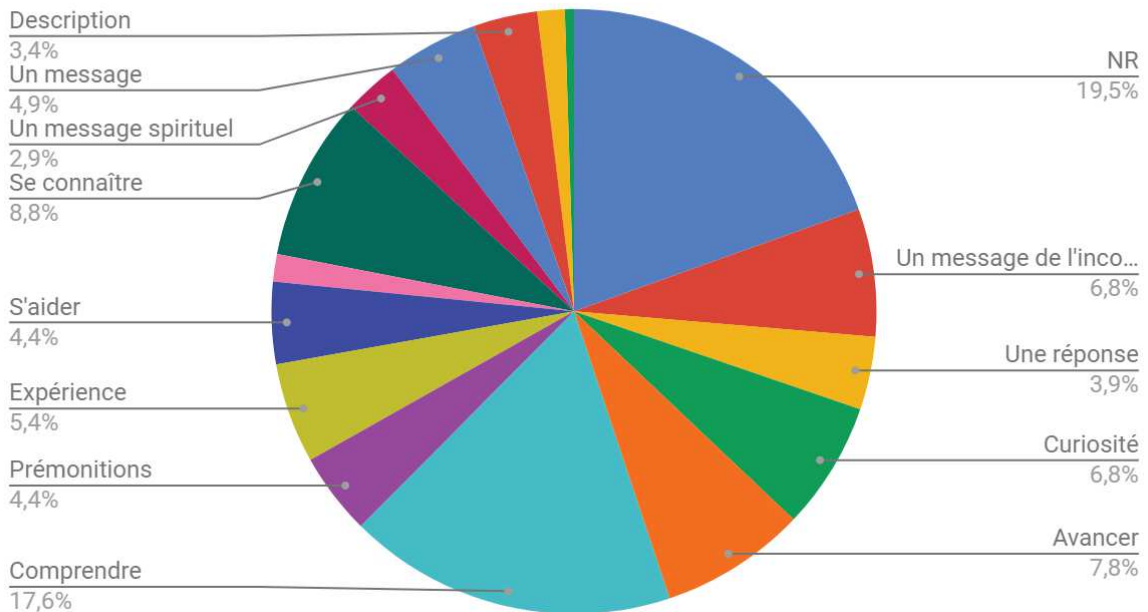
#### Quelle est votre profession ?



### Annexe 2.6 : Raisons derrière l'interprétation



## Pourquoi voulez-vous interpréter vos rêves ?



### Annexe 3 : Rêves publiés sur les groupes

#### Annexe 3.1 : Accompagnement, 11 mars

Estelle : Bonjour, Nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux membres.

N'oubliez pas de visiter la page commune de notre cercle en cliquant sur le lien de l'image, et d'aimer notre page pour suivre l'actualité du groupe Accompagnement. Vous êtes ici dans notre groupe d'apprentissage de l'interprétation des rêves.

L'échange est la base d'Accompagnement. Nous avons des difficultés pour se juger soit même. On dépasse cette difficulté à force d'entraînement sur les autres. Le groupe rêve a des difficultés à trouver les étudiants et je compense comme toujours sur les groupes en période de creux. Néanmoins, je ne prends pas de privé. SI vous ne pouvez pas le dire en public sur le fil, je ne vais pas avoir envie de lire (95% du temps c'est du sexe et je ne suis pas voyeuriste).

Sinon attention, nous avons un voyant africain et sa famille qui nous pollue avec de la publicité sauvage (pub gratuite interdite). C'est en général de l'escroquerie qui ouvre la porte à du hacking. Donc comme toujours, ne répondez pas à ces sollicitations en public ou privé. Ne parlez pas avec des inconnus en privé. C'est une base de la sécurité sur les réseaux sociaux.

Merci à vous chères étudiantes de nous rejoindre encore en si grand nombre cette semaine (42). N'hésitez pas à inviter vous amies. J'aimerais bien passer la barre des 7000 pour mon mois d'anniversaire !

*Annexe 3.2 : Accompagnement, 13 mars*

M : Bonjour je suis encore sur ma période de rêves quasiment chaque nuit... Celui de cette nuit, j'étais chez ma mère (alors qu'on ne se voit plus depuis longtemps) et je n'avais plus mon planning je ne savais pas à quel heure je commençais l'école (oui j'étais dans une école je ne sais pas laquelle sûrement au lycée) donc j'allais être en retard à cause d'un planning. Puis une voisine fille (que je ne connais pas dans la vie) m'invite oralement à son anniversaire sur un palier de porte (j'hésitais car elle était complètement cinglée) elle voulait même uriner dehors dans un parc.

J'atterris dans un bus et là un homme inconnu avait mon sac à main il voulait me le voler du coup il me demande rançon donc 350 euros pour le récupérer, je ne sais plus comment j'ai fait mais je ne lui ai pas donné de rançon et il me l'a redonné gentiment. Ensuite un homme masqué (genre film d'horreur) passe dans le bus et je cherchais à savoir son identité puis il me dit "tu sais qui je suis" afin d'entendre sa voix et reconnaître et je me suis réveillé.

Voilà j'ai du mal à décrire ce rêve de façon globale... Je vous remercie d'avance ☺

*Estelle : Bonjour, C'est un rêve découpé entièrement. Vous commencez à ne plus bien rêver car le sommeil est de trop mauvaise qualité. C'est des moments de réveil et d'endormissement plutôt brutaux.*

*Donc là, vous allez prendre rendez-vous chez le médecin pour une ordonnance de somnifère. Il faut réparer votre sommeil. Vous êtes en train de perdre l'attention le jour. Le bon sommeil préserve la mémoire mais surtout l'élimination des mémoires traumatiques. C'est la période où il faut accepter les somnifères.*

*La cause ? Menace, rencontre d'un pervers narcissique, ou attouchement/agression sexuelle sous alcool ou drogue. Probablement lors d'un anniversaire ou d'une soirée en plein air l'été d'une copine ou copine d'une copine. Possibilité d'une voisine qui fait une fête et un invité termine chez vous.*

*Décryptage pour médecin (10 ans d'expérience avec formation trauma drogue)*

*La première partie parle de la perte de la notion de temps. La deuxième symbolise le lieu/esprit du traumatisme. Le troisième parle de menace. La dernière parle d'un agresseur qui revient une deuxième fois. (profil classique du violeur exhibitionniste formé à la discrétion criminelle qui ne supporte pas qu'on ne se souvienne pas de lui).*

*En attendant le rendez-vous du médecin, allez voir votre pharmacien pour des médicaments en vente libre. Vous prenez le plus médical (pas les plantes). Il faut dormir sans mémoire de rêve. Quand le rêve est autant découpé, il n'y a pas de possibilité de prise de conscience du sens. C'est encore trop symbolique. À voir pour un neuropsychiatre selon la qualité du meilleur expert de votre localité (question de formation rare car le sujet est complexe). C'est votre médecin qui doit gérer. ☺*

M : Donc ça signifierait que j'ai un sommeil perturbé ? Je connais trois pervers narcissiques oui mais je ne les côtoie plus, Je ne prend pas de drogue et alcool très peu, Je ne sors pas donc pas de fête... Je comprend vraiment pas. Ça serait plus dû au passé ?

*Estelle : Oui. C'est un souvenir refoulé. Ça peut dater de plusieurs années. Le cerveau reconstruit le souvenir par morceau, mais la nuit il lui manque des zones d'éveil pour les relier entre eux. Et ils arrivent découpé au matin. C'est toujours un peu comme ça. Mais les émotions ne sortent pas dans cet ordre. Là, il faut dormir profondément.*

*(sur des souvenirs les plus traumatiques vous allez négliger le suivi des réponses, voir oublier que vous les avez vu, c'est un déni temporaire classique) ☺*

### *Annexe 3.3 : Accompagnement, 16 mars*

**M :** Bonjour, Dans mon rêve cette nuit, il y avait une montgolfière dans le ciel, mais retournée. J'ai pleuré et prié pour qu'elle se retourne afin que les personnes à l'intérieur ne meurent pas. Il y avait aussi du caca dans une assiette et un ex petit ami (qui m'a trompé avec ma copine et lui a fait un enfant depuis) qui était revenu avec moi. Voilà le décor, si vous pouvez m'aider à comprendre le rêve ? Merci

**W :** *Qui était ces personnes dans la montgolfière, vous y étiez également ?*

**M :** Bonjour, Merci de votre réponse. J'étais assise à une table avec ma mère et des gens que je ne connaissais pas. Ils jouaient aux cartes. Je voyais la montgolfière passer par la fenêtre .

**W :** *D'accord, et les personnes autour de vous ils ont eu la même réaction que vous ?*

**M :** non, eux ont juste constaté que ces personnes allaient mourir.

**Estelle :** *Bonjour, Votre inconscient vous démontre que votre petit ami était réellement nocif pour vous par une série d'image simple de même niveau. C'est une bénédiction qu'il vous ait quitté. C'était probablement un pervers narcissique avec des signes aussi ignoble.*

**M :** Merci de votre réponse

**Estelle :** *Je vous en prie. C'est normal. :)*

**W :** *Par contre, il faut faire attention en employant des termes, en règles générales un pervers narcissique savent til ne quitte pas la personne.*

**Estelle :** *Faux, ici nous avons une jeune dame trop intelligente pour ne pas remarquer le masque du pervers narcissique. Le pervers est un lâche par nature. Il fuie quand il est démasqué ou sur le point de l'être. Il vit en déni de sa nature. :)*

**W :** *Je ne vois pas la les signes de la perversion narcissique. De plus dans ce post il n'es précisé que le fait que son ex à été indélicat , rien de plus .*

**Estelle :** *Vous êtes un homme. Je peux vous assurer que les pervers narcissique est évident. Il n'y a que les hommes pour ne pas les voir. Ne vous immisiez pas dans les réponses des autres posteurs. Rester dans votre post pour la tranquillité du groupe. Le jugement des autres ne mène nul part. Avec le temps, on reconnait les profils dans les rêves. Mais cela demande de la pratique. Je fais du rêve depuis 10 ans. :)*

*W : il y a également des femmes qui peuvent l'être, je n'ai pas besoin de me baser sur des impressions , au risque de faire des erreurs. De plus, je ne pense pas que ce soit mal placé le fait que je me permettent de vous préciser ce fait , cela évite toutes erreurs. A moins que vous n'appréciez pas le fait que l'ont ne soit d'accord avec vous et la c'est un autre problème. 😊 ps : je ne suis pas fan du sexisme le fait que je soit un hommes ne change rien à mes capacités cognitives.*

#### *Annexe 3.4 : Accompagnement, 17 mars*

Charlotte : Hello! Je viens de me souvenir d'un autre rêve. J'ai rêvé que j'avais pleins de tirelires bien remplies. J'ai donc décidé de répartir l'argent pièces avec pièces et billets ensemble (par exemple: les 5 centimes dans une seule tirelire, les 2€ dans une autre, les billets de 50€ dans une autre etc. Il y en avait pour des 1 centimes jusqu'aux billets de 50€ et bien remplis). Ensuite, je ne savais pas où mettre mes billets de 100€ j'en ai remplis une autre avec ces billets.

J'ai ma propre interprétation, mais j'aimerais avoir d'autres avis.

*Estelle : Je suis surprise de ne pas voir votre interprétation. Accompagnement est un groupe de partage. Nous échangeons nos connaissances et interprétation dans le rêve pour progresser plus rapidement et avoir de nombreux points de vue (protection anti-secte). C'est un espace de partage social et de formation pour les autodidactes sans le sou.*

*Vous gérez trop de chose à la fois. C'est le fouilli et donc vous changez de méthode de rangement afin de pouvoir gérer un trop grand nombre d'activité. Vous développez la méthode thématique. C'est plutôt bien. 😊*

Charlotte : il me semblait avoir lu une publication qui disait de ne pas donner directement son avis quand on poste sur nos rêves, à mes débuts. Voilà pourquoi je ne l'ai pas fait. Mais je commente les autres publications. Pour moi ce rêve est axé sur les finances. Il indique que je les gère bien (dans le sens où je n'ai pas de dettes) mais que je devrais quand même faire plus d'efforts concernant la gestion de mes budgets (mieux les répartir) afin d'harmoniser le tout. Peut-être une rentrée d'argent aussi.

Mais je suis quand même d'accord avec votre interprétation. Justement parce que même si je ne fais pas trop de dépenses, une meilleure organisation serait la bienvenue

*Estelle : Pas de souci. Mais sur Accompagnement, on donne normalement son interprétation ... :)*

*On avait due mal vous guider. C'est bien géré, c'est l'essentiel et par thématique de budget donc c'est parfait. 😊*

*Annexe 3.5 : Accompagnement, 27 mars*

Estelle : Bonjour, Accompagnement souhaite la bienvenue aux nouveaux membres de la semaine dernière.

Vous trouverez sur notre page d'Accompagnement (cliquez sur l'image) tous les informations nécessaires pour survivre dans notre cercle de plus de 33 000 membres étalés sur une dizaine de groupes. Imaginez un gros forum, c'est parfois plus simple.

Notre page offre de multiples informations et services gratuits régulièrement.

Nous vous rappelons que la publicité sur accompagnement est payante et clairement labellisée Accompagnement. Les publicités sauvages non affichées en entête sont généralement des entreprises au noir et des escrocs. Nous vous déconseillons de les appeler ou les accepter en privé.

Encore bienvenue sur Accompagnement, et n'hésitez pas à vous exercer sur cette merveilleuse base de donnée libre.

D'ailleurs, pour les dents, les bébés, les morts, les animaux... n'hésitez pas à faire une recherche dans la fenêtre à votre gauche.

*Annexe 3.6 : Accompagnement, 23 mars*

K : Bonjour à tous J'ai rêvé que j'ai perdu une dent que ce que cela signifie ??

*1 : La chance*

C : Ah bon !! Merci S.

*1 : oui ! En tout cas dans la culture cambodgienne on l'interprète comme ça*

C : Ah ok

*2 : Désolée de le dire mais souvent ça représente un décès. Surtout si c'est une molaire*

*1 : C. sinon regardez sur internet. Ça dépend de la culture cela varie*

C : D'accord je fais plus de recherche pour la culture africaine (bantou)

*1 : à vous de voir*

*2 : oui bien sûr chacun à sa propre interprétation. La c'est souvent décès d'un proche*

*3 : tout à fait*

*4 : Pas forcément un décès ça peut être aussi un conflit familial ou professionnel*

*5 : ce que mon père disait toujours*

*6 : Décès*

*1 : J'ai déjà rêvé d'avoir perdu une dent et je n'ai pas eu de décès :)*

6 : S. moi à deux reprises la première fois deux ou trois jours avant j ai fait un rêve avec une dent.. j ai perdu mes jumeaux puis encore avec mon grand père deux ou trois jours avant j ai rêvé que je perdais une dent ... Il est décédé. Donc pour moi c est annonciateur de décès.

1 : chacun son expérience en fait. Il n'y a pas qu'une vérité

7 : Changement dans la vie

3 : c est ça dans notre culture

8 : Décès de proche :(

9 : Ca dépend... Y avait-il du sang ?

C : Non

9 : Alors...petits soucis santé ou finance !

C : Peut être ça

10 : J'ai déjà rêver plusieurs que je perdais toute mes dents et ça veux dire grosse fatigue

..

11 : Chez moi c'est signe décès proche d'un être aimé ou que l'on connaît..

12 : chez moi aussi

13 : Pour moi naissance

14 : Sa dépend laquelle

15 : Comme c'est tout et son contraire cela s annule ne paniqué pas cette femme avec les superstitions !!

16 : Décès

17 : Rêver de dents peut être signe d'anxiété ou de stress ! Ce n'est pas forcément associé à la mort...

18 : J'ai perdu plein de fois des dents en rêve et il n'y a jamais eu de décès dans mon entourage. Les rêves ne sont pas de la voyance mais un message de notre subconscient

19 : il vont tous y passer en meme temps

20 : perdre de l'argent ou des objets de valeurs ou un décès

11 : Moi quand je rêve de dents perdus cela fait des grincements et j'apprend malheureusement le décès d'une personne connue. Chaque fois c'est pareil

Estelle : Bonjour, C'est perdre le contact avec une personne proche.

#### *Annexe 3.7 : Révélations, 20 mars*

N : Bonsoir, j'ai rêvé que ma sœur me disais « tire 3 cartes » (cartes divinatoire) le jeu de cartes était dans mes mains. Je vais pour tire les cartes mais je m'aperçois qu'il y a des

chaussettes blanches sur les cartes, je les enleve pour pouvoir accéder aux cartes. Alors que je vais enfin les tirer, je m'aperçois qu'elles sont dans une boîte neuve sous plastique que je retire. J'ouvre la boîte et à ce moment là je me réveille. Merci par avance pour l'interprétation

*Naïa : Sympa ce rêve ! Peut être que les chaussettes représentent un contre temps dans votre destin, mais que ce contre temps rendra les evenements d'après plus maniables. J'ai rêvé une fois de chaussettes, j'étais en retard et j'oubliais toujours une chaussette. J'ai l'impression que la chaussette est un peu signe de pantoufle, pyjama, maison, et que ça représente un contre temps pour la vie active. Mais dans votre rêve ce contre temps est favorable a la suite, peut être que vous devrez passer beaucoup de temps a la maison et que ça vous aidera a vous ressourcer en inspiration pour la suite ? Ou alors au contraire que vous n'aurez plus besoin de pantoufles parce que vous serez occupée avec votre nouveau jeu de cartes. En tout cas a mon avis c'est l'annonce d'un nouvel horizon dans le quel vous aurez beaucoup de choses a découvrir et un grand pouvoir d'action !*

N : Bonjour effectivement un contre-temps dans une situation. Et pour la suite, j'espère que ca se décantera. Dans tous les cas l'annonce d'un nouvel horizon dans lequel j'aurais beaucoup de choses à découvrir avec un pouvoir d'action me va très bien. Merci à vous.

*Charlotte : Pour moi ce rêve signifie que « vous n'avez pas les cartes en main » pour gérer votre avenir (sous entendu : vous ne pouvez pas ou ne voulez pas prendre votre vie en main). Il vous incite donc à reprendre les rênes de votre vie.*

*Naïa : le jeu de cartes était dans ses mains... Pourquoi vous pensez qu'elle ne veut/peut pas prendre sa vie en main ?*

*Charlotte : parce qu'elle n arrive pas à les tirer. Elle n'en fait rien*

*Naïa : A aucun moment elle échoue au moment de les tirer ! Il y a simplement d'autres elements et ils me semblent positifs, chaussettes blanches propres et boîte de cartes NEUVE...*

*Charlotte : Elle ne les tire pas à cause des chaussettes. C'est mon avis. Chacun son interprétation. Pour moi c'est clair qu'elle n'arrive pas à mener sa vie comme elle le souhaite. A aucun moment elle ne tire les cartes.*

*Naïa : Peut être que ces chaussettes c'est en effet ce qui l'empêche de « prendre les cartes en mains » mais je pense que le fait qu'elles soient blanches et cachent un jeu neuf est signe qu'elle jouera au bon moment...*

*Charlotte : Peut-être, aussi. Je n'y avais pas pensé.*

*Naïa : Une invitation à les tirer alors :)*

*Charlotte : c'est justement ce que j'allais dire !*

*Naïa : Bonjour , effectivement 3 situations en attente. 2 ou je n'ai pas le choix que d'attendre. La première une réponse pour un appart. La deuxième que ma voiture soit réparée. La troisième une situation où pas les rennes du tout. Merci à vous.*

*Estelle : Bonjour, Vous êtes un peu naïve pour les conseils d'oracle. Votre sœur n'est pas assez expérimenté pour vous conseiller et pourtant elle a beaucoup d'influence sur votre vie.*

### *Annexe 3.8 : Accompagnement, 21 mars*

Charlotte : Bonjour! Je viens de faire mon rêve. Le voici: je voyais plusieurs adultes reprendre leurs cours, en classe dans un établissement très réputé où il y avait même une garderie pour enfants. Ils semblaient déjà se connaître. La professeure parlait. Un couple se disputait. L'homme avait trompé sa chérie et lui prenait la tête pour qu'elle lui pardonne. Ce qu'elle ne voulait pas. La professeure leur à demandé de se calmer. Ce à quoi le reste de la classe répondit que eux même n'écoutaient pas sa leçon. La professeure à ordonné au couple de se déshabiller (juste leur pulls. Ils ont gardé le reste dont leurs vestes), a mit leurs affaires dans une machine à laver et les à assis et ligotés sur des chaises, face au lave linge. Tout de suite après je rêvais qu'une femme (noire, cette fois-ci) cherchait désespérément l'homme qui lui était destiné. Je la voyais sans habits mais recouverte de sable qu'on lui lançait. Elle dansait en invoquant un esprit. À un moment elle dit "C'est Rodolfo! Je le sens!" tout juste avant de s'élever et de rentrer en trans, possédée par un esprit qui pointa son doigt sur un homme avant de dire "Rodolfo". Je vous mets mon interprétation en commentaire. Mais je précise que j'ai remarqué que plus on cherche à se souvenir et interpréter nos rêves, plus ils sont "parlants".

Pour moi ce rêve met en avant plusieurs choses réelles:

- \_ la garderie: je vais être maman pour la deuxième fois.
- \_ La femme noire qui invoque un esprit: elle a le visage d'une actrice dans une série que je regarde et dans laquelle elle joue le rôle d'une sorcière.



\_ Rodolfo: c'est le prénom de mon médecin traitant.

On m'a souvent dit que rêver de se voir adulte en classe signifiait qu'on s'apprête à recommencer une erreur du passé. Pour moi ce rêve indique un questionnement sur l'avenir de mon couple. Il indique aussi d'arrêter de "laver son linge sale en public" (sous entendu: arrêter de régler ses problèmes en public) et "d'y faire face" (de les affronter). Il incite à se référer aux professionnels. Qu'en pensez-vous?

*Estelle : Bonjour, Ici, vous essayez de soigner votre couple. Apparemment, vous avez trouvé un homme qui vous inspire davantage que votre conjoint (un médecin est un cas de transfert assez classique). Cette homme est une malchance dans votre couple et ajoute de la tension (vous critiquez le présent pour ne pas être davantage). Il faut donc aider votre couple à dépasser ce cap en changeant d'environnement et passant un petit effort de standing et de look. Au besoin, changez de médecin. Je ne saurais trop conseiller des médecin femme aux femmes. C'est d'un confort redoutable pour les hommes. Ils sont trop froids.*

Charlotte : Je suis tout à fait d'accord pour ce qui est des médecins. On va dire que lui c'est une exception car il est très sensible et à l'écoute. Mais pour ce qui est des autres, je préfère les femmes. Oui j'essaie de soigner mon couple mais il y a une part de moi qui me dit que je suis bien mieux sans lui. Et non, je n'ai pas trouvé quelqu'un d'autre. Mais j'en ais envie. Ce transfert est peut-être un idéal que je m'imagine.

*Estelle : Tout à fait, mais ici, c'est idéal n'est pas positif pour votre inconscient. :) Après, c'est vous qui juger. L'inconscient a de l'expérience mais en matière de couple, avec la liberté de la femme, cette expérience n'est pas toujours bonne conseillère. Néanmoins, ce rêve invite à se poser des questions. Si cet idéal est sain, il survivra au changement de médecin. :)*

#### *Annexe 3.9 : Révélations, 27 mars*

V : Bonjour j'ai fait un rêve qui me perturbe vraiment. Je me vois avec mes filles mon papa on mari et des amis de mon entourage dans la maison de mon ancienne voisine (dame âgée décédée) qui a été démolie il y a 3 ans dans ce rêve on habitait dans cette maison et mes filles descendent en hurlante et me disent qu'elles ont peur de la dame et de la petite fille. Dans ce rêve à ce moment on se trouve dans la cuisine et je me voit regarder un cadre avec mon papa où il y a une petite fille en robe noir et une femme en rouge mais pas moyen de savoir qui sont elle. On entend des bruit étrange et je vois mon père mettre son oreille contre le mur de la cuisine. Et sans un mot on décide de quitter cette maison. Pouvez vous m'éclairer sur je ne connais pas cette petite fille ni cette dame. Merci

*Catherine : Est ce que cette voisine avait une fille et une petite fille ?*

V : non du tout elle n'avait pas d'enfant

*Catherine : alors p e niée et petite niée ? :p Sinon je vais essayer de voir (me laisser le temps)*

V : je n'ai aucune idée ma voisine était une dame très âgée elle avait plus de 90 ans cette maison appartenait à sa famille qui ont connu la guerre voilà tout ce que que je sait de cette dame

*Catherine : ok je vais voir si j'arrive a donner une interprétation*

*Bon je me trompe sûrement hein ^^ Rêve parlant des  tats d' me par rapport aux événements (maison) et concernant la famille (filles, papa, mari) et l'aide reçue (amis). Je dirais que c'est p e en relation avec un  v nement qui a eu lieu (ou qui tire son origine) il y a env. 3 ans ou quand vous aviez cet âge et qui a démoli qqch en vous (je rappelle que la maison représente les  tats d' me et le centre de vie du rêveur et que la maison a été démolie = la symbolique de la "vraie" vie vient dans le rêve puisque vous habitez dans cette maison, cela en prend donc les caractéristiques). Tout le monde est dans ce rêve sauf votre maman. P e que l' v nement en question est en rapport avec elle (je peux me tromper hein). Vos filles ont peur d'une dame et d'une petite fille = vos filles connaissent p  la situation (ou pas et/ou mal expliquée) et en sont affectées (elles "descendent" dans leurs émotions) et ont besoin d'aide (elles hurlent). Dans cette vision de la problématique de ce rêve on peut penser que ce sont des fantômes (les fantômes du passé p e ?) et la dame est votre maman et la petite fille c'est vous enfant. Il y a un manque (p e affectif) qui va ressurgir dans le futur concernant la maman (cuisine). Avec votre papa vous reparlerez p e de  a (vous regardez le cadre) comme si on se souvenait d'une situation passée de deuil/séparation (la fille en noir) emprunte de colère et/ou passion, combat (la dame en rouge). Il va falloir prêter attention aux conversations et/ou racontars, à une nouvelle (bruits étranges). Votre papa aura p e l'explication (c'est lui qui colle son oreille au mur). Alors  v nement passé qui va ressurgir ou à venir je ne sais pas trop mais il y a une séparation/rupture mère (en rouge) - fille (en noir). Et vous décidez de "laisser tomber" et de vous éloigner sans rien dire et de changer de cadre de vie (vous quittez la maison).*

*Dsl du pavé mais je voulais être explicite. J'espère ne pas m'être plant e dans les grandes largeurs, j'ai essayé de faire au mieux*

V : Bonsoir cela fait 1 an que j'ai couper les ponts avec ma mère qui ne se manifeste pas envers mes filles ma mère a toujours eu des préférences entre ma soeur et moi donc je pense que sa peut être due à  a aussi

*Catherine : Merci du retour*

### *Annexe 3.10 : Univers, 29 mars*

A : Bonjour Valérie je vous marque le rêve de cette nuit avant d'oublier et pas sur de l'ordre

Je suis je sais pas où et j'ai un bébé de 4mois a peut près c'est une fille, je suis heureuse j'en reviens pas d'avoir une fille elle est brune les yeux noirs ,je me dis je vais envoyer une photo a ma meilleure amie,puis elle régurgite un peut ça s'en pas bon le vomi  a me

met le haut le cœur..je me demande ce qu'elle as et finalement elle va bien,en regardant sur l'etandage je m'aperçois ois qu'elle a pas trop d'habit je me dis je devrais faire les soldes je l'ai pas habillé..puis je me retrouve dans une Salon salle a manger y a ma mère,je veux changer la petite et sur le canapé le truc où on change les petits est salle et ça m'énerve,ma mère enleve la serviette qui a déçu et met le coussin sur une table a langer,je regarde autour de moi et m'énerve cette pièce et trop petite pour tout le matériel qu'il faut et je jette le coussin par dessus le canapé..

Me voilà a l'hôpital dans la salle de pause ,une fille par dans la pièce en face ,a travers les deux portes je vois une as?qui me fait signe et donc j'y vais, cette fille est assise a ma droite et apparemment elle c'est plein de moi et moi je dis a l'as qui a rien eu de graves je prends ça a la légère et suis étonnée d'ailleurs, avant même qu'elles donne ça version je lui coupe la parole et lui dis gentiment que faut pas réagir comme ça je suis comme ça je dis les choses cache mes je suis pas méchante c'est pas méchant (un truc dans ce genre)

Le voilà dans une salle d'examen ma collègue de formation a ma droite,ont passé un examen sur la gauche de ma feuille un QCM et ma droite un calcul de maths très bizarre d'ailleurs,la directrice annonce les résultats en Vert ? c'est écrit vert sur la feuille, j'ai 63,% et ma collègue dans les 90%alors je me demande si c'est bon ,la directrice explique le résultat et j'ai rien compris a comment c'était calculé mais j'ai réussi et j'ai pas fait le calcul de maths je vois sur ma feuille que j'ai pas fait le calcul j'ai écrit deux chiffres je crois mais c'est tout ,puis je vais dans une salle où y a des bureaux je cherche a massoir y a plein de places,je vois ma collègue qui arrive chercher une place a côté de quelqu'un et j'espère qu'elle ce mette a côté de moi ..

*Valérie : au départ ça l'air d'une idée sympa et tout ( brune yeux marrons) ensuite ca rebute. c'est moins CA qu'on pensait, on est déçu ( vomir et odeur )*

*et finalement elle va bien,en regardant sur l'etandage je m'aperçois qu'elle a pas trop d'habit je me dis je devrais faire les soldes je l'ai pas habillé..p. car il manque quand même des détails ou truc. soldes = des details, ca tient pas la route dans l'état actuel*

*puis je me retrouve dans une Salon salle a manger y a ma mère,je veux changer la petite et sur le canapé le truc où on change les petits est salle et ça m'énerve,ma mère enleve la serviette qui a déçu et met le coussin sur une table a langer,je regarde autour de moi et m'énerve cette pièce et trop petite pour tout le matériel qu'il faut et je jette le coussin par dessus le canapé.. ensuite on pense*

*on est dans son lieu d'échanges de pensées avec son tout, soi meme etc et on parle de cette idée? qui tient pas vraiment la route car blabla car on semble aussi sincère sur cette idée pensée ? ce truc chose donc et*

*aaah lol voila vous parlez meme de déçu...la serviette qui a déçu, donc la protection qui déçoit?*

*autour de moi et m'énerve cette pièce et trop petite pour tout le matériel qu'il faut et je jette le coussin par dessus le canapé..*

*et pas que ca, vous vous sentez très a l'étroit dans ce corps..; que vous pensez et ca doit être relatif a cette idée de base sympa qui déçoit car peu de details dessus ( sur elle ) peu étoffée l'idée*

*Me voilà a l'hôpital dans la salle de pause ,une fille par dans la pièce en face ,a travers les deux portes je vois une as?qui me fait signe et donc j'y vais*

*on se retrouve dans le plan de formation d'ame.. une as?*

*Leïla : aide soignante non ?*

*A : coucou 😊 oui c'est ça*

*Valérie : je comprends pas là. une femme qui fait signe? Ok. a travers les deux portes... portes battantes?*

*A : oui*

*Valérie : donc oui plan de formation.. c'est le plan d'adaptation du plan de l'âme en fait c'est pas votre plan de formation initiale et d'appartenance car ya l'hôpital = relatif a votre rédemption ici on est comme un centre de rédemption, de réhabilitation qu'on dirait ici*

*les portes battantes l'indiqueraient ains, à votre vision? qui me fait signe et donc j'y vais, cette fille est assise a ma droite et apparemment elle c'est plein de moi : a ma droite= concernant mon actuel état d'âme present*

*et moi je dis a l'as qui a rien eu de graves je prends ça a la légère et suis étonnée d'ailleurs, avant même qu'elles donne ça version je lui coupe la parole et lui dis gentiment que faut pas réagir comme ça je suis comme ça je dis les choses cache mes je suis pas méchante c'est pas méchant (un truc dans ce genre)*

*oui vous tentez de vous expliquer de vous défendre, de trouver des excuses bla-bla comme un mea culpa qu'on fait ici, on a pas fait ça de son plein gré on a été comme poussée d'agir blabla ainsi blabla ok*

*Le voilà dans une salle d'examen ma collègue de formation a ma droite, ont passé un examen sur la gauche de ma feuille un QCM et ma droite un calcul de maths très bizarre d'ailleurs, la directrice annonce les résultats en Vert ?*

*vous passez donc ce mea culpa, on vous accorde de refaire votre formation de départ d'avant... votre chute.. et vous revoilà chez les verts selon votre level d'évolution actuel d'après ce que j'ai compris*

*votre collègue c'est votre evo, elle est a votre droite et symbolise votre level ici bas. vous ici vous êtes votre état d'ame et cet état d'ame est en retard comparé a l'état d'esprit (collègue mission)*

*les bureaux parle de reprise de formation d'âme ( la formation est faite par les états de l'âme ) et c'est donc dans le plan vert qu'on vous dit ( la terre étant le plan rouge pour vous situer )*

*le vert est a l'identique de la terre mais a différences pres, que ce soit le temps qui est pas pareil et notre corps etc car chaque plan a son propre corps dédié en tout cas il est pas de matière modulable comme celui ici dans le corps physique. c'est plutôt mental... corps cotonneux ( sensation)*

*ya comme différentes couches.. et la sensation dans la bouche comme quand on joue avec la chair de nos jours en l'intérieur de la bouche, en la mordillant, c'est le meme effet, essayez...*

*Valérie :Je suis dans l'hôpital je vois en passant deux stagiaires homme, je marche et parle avec une cadre de santé , elle arrête pas de regarder ma bouche en me parlant, je*

*suis gène ,je me demande si elle est bisexuel ou homosexuel ?je sais plus si je lui demande aussi.*

*Vous dites ici que vous êtes en redemption ( hospital= rapport avec votre âme )*

*Leïla : Coucou A alors là si on est pas dans le plan de l'âme !! Hôpital, regard, bouche !!!! Mazette !*

*A : coucou :) oui lollllllll*

*Valérie : vous parlez aussi d'hybride, de système complexe*

*Je me retrouve devant mon ancienne appartement au HLM sur l'herbe,je suis avec mon fils cadet il creuse la terre il cherche des trucs,il a fait un énorme trou !et la je vois apparaître dans la terre quelques poupée des bébé poupée en bonne état d'ailleurs [...]*

*De la on retourne a un bas niveau, là ou on a du tout recommencé ? et voila ca recommence on refait la journée mdrrr*

*Leïla : Valérie j'étais sur vous allez tellement vite ! J'arrive à peu près aux mêmes conclusions c'est cool ! sauf que je dois lire 1000000 fois :D !*

*Valérie : avec son dernier état ( vous ) et ya de l'espoir avec ce dernier état ( vous ) ( herbe ) creuser la terre= positif. vous allez chercher ce qui va pas, vous travaillez pour...il a fait un énorme trou !et la je vois apparaître dans la terre quelques poupée des bébé poupée en bonne état d'ailleurs , puis il me tend un yaourt Batman ,je lui dis que ça il peut pas le manger , mais pareil bien conservé ,je suis surprise c'est un vieux yaourt, ce que vous retrouvez comme infos sont donc*

*quelques poupées = vies et un yoghourt = contenant d'émotions dessus. batman= homme qui vole, chauve souris tsss ok des vies en tant qu'errant, avec des états sombres*

*le bon état = inversée donc = leurre. je lui dis que ça il peut pas le manger , mais pareil bien conservé ,je suis surprise c'est un vieux yaourt,*

*ce sont des vies qui sont conservés dans notre cave ( en karma ) et sont obsolètes ou périmées*

*oui elles servent pas a l'âme et ne la desservent car NON COMPTÉES*

*C 'EST CA que nos etats doivent se prendre en compte !! LES VIES DE LIBRE ARBITRE NE SONT PAS COMPTABILISÉES PAR LE PLAN DE L'AME, DONC MEME SI ELLES ONT ETE COOLS ET TOUT ca sert a rien, PERTE DE TEMPS !! QU'ON A TUÉ OU PAS AVEC, l'âme s'en fout aussi*

*ca entre pas en ligne de compte, bcp abusent aussi avec ce libre arbitre pour faire n'importe quoi car sachant que c 'est pas comptabilisé, du coup ouais... si on fait sa redemption, on a droit a celle ci PAR LE PLAN DE L'AME même si on a été hitler ( par exemple ) car on a agit sous influence de ce libre arbitre.. de nos ailes.. etc etc etc on connait bref.. ici donc on voit ces vies qui étaient pourtant pas si diaboliques mêmes cool et pourtant on vous dit que ca compte pas...que ca tombe dans l'obsolète car vous étiez encore dans le rouge... dans ce libre arbitre*

## *VOUS AVEZ COMPRIS CA?*

*j'attends ma mère qui me dit que ça peut valoir de l'argent ce genre de truc, puis je vois mon fils qui est dans le trou presque à la surface, je lui dis de faire attention de pas tomber dedans, j'ai peur qu'il puisse pas remonter et se coincer. Ensuite mentalement donc on pense que ça peut éventuellement nous apporter quand même un peu d'énergie ( sur le plan de l'âme ) vous voulez quand même les mettre en deal, sur la table du deal avec le plan de votre âme, car elles étaient sympas et pas d'apparence craignosses*

*en même temps vous vous voyez creuser encore et encore, et comme je disais, tout remonter en surface, avec livre de vie et tout, bcp de choses ressortent et reviennent en surface et vous dites à votre état d'esprit actuel ( vous même ) de pas rechuter, c'est pas le moment de rechuter !!*

*votre esprit a des craintes car ça fait ressortir vos anciennes vies en tant qu'esprit errant sombre et que ça semble vous plaire, fin vous semblez avoir quelques nostalgies sur ces vies passées et on vous dit bien que c'était quand même des pertes de temps, du gâchis, du temps perdus, car c'est pas comptabilisée donc même BIENS, ON S'EN FOUT on retombe pas dans le piège ( en gros ) votre esprit flippe lol, que vous soyez re tentée !! J'ai peur qu'il puisse pas remonter et se coincer.*

*il le dit ici l'esprit = j'ai peur que mon état pense qu'il peut de nouveau agir en libre arbitre tant qu'il fait pas de mal alors que NON ET NON LE LIBRE ARBITRE EMPECHE LA COMPTABILISATION du coup on travaille pas pour le cycle de l'âme, on le coupe et on perd du temps ! car on devra recommencer le cheminement dans le cycle en cours ! il faut faire selon le GPS de l'âme et pas dealer ou contourner !!*

A : oui je comprends bien mais je sais pas se qui fait que j'essaie de contourner ou dealer ? la mystère.

*Valérie : ben vous tentez je pense de dire que merde quoi, y a des vies ou j'étais pas si nulle etc*

*j'avais bien agi etc, mais voilà, on vous montre que même et même si, on comptabilisera pas, ça ira dans les pertes...et vous semblez donc râler un peu*

A : Est ce que le fait d'avoir failli abandonné deux fois cette formation est en rapport ??

*Valérie : sur le plan physique donc oui, je pense qu'il y a un rapport sur l'énergie, et le deal.. en vous vous essayez sûrement de trouver un compromis QUI VOUS ARRANGE VOUS, alors que ya des règles établis pour tous et qu'on les dérogera pas pour vous car vous êtes angélique*

*c'est à vous d'assumer totalement le contrat, à prendre ou à laisser mais pas de deal...tenez bon svp*

*ça sera une bonne chose que vous le finissiez... cette formation, vous êtes en rédemption et donc en test...on vous teste sur tous les plans... je sais que parfois ça sera dur, mais vous avez accepté l'enjeu.. alors faut continuer, et évitez de prendre ce libre arbitre*

A : c'est exactement ça et le problème chez moi c'est que dès que ça se complique que j'ai un pépin j'ai tendance à fuir à vouloir abandonné me planqué quoi et ça je le sais et j'y travaille

*Valérie : ben maintenant on se force, on se donne du courage et on se bat pour son esprit amen*

A: a chaque fois que vous dites amen ça le fait bizarre en fait et je crois que j'ai compris pk quand j'étais petite je sais pas pk lol je prié (pourtant j'ai pas grandi avec des personnes me parlent de religion mon père avait une croix et la Grand mère avait une vierge près d'elle que j'ai récupéré d'ailleurs,mais on en parlait pas )et je fesais prié les frères..et je finissais toujours par amen !!!lol ça les fesais rire je le souviens moi aussi d'ailleurs mais au fond j'étais sérieuse

*Valérie : franchement je sais pas pourquoi je dis amen car suis meme pas catho mdrrr abandonner je pense ca serait choisir de prendre ce libre arbitre...*

A : et sur un autre plan ce serait quoi prendre ce libre arbitre ?

*Valérie : ben pareil, tout cacher pour la facilité... se trouver des excuses...s'acheter des ailes ( sur le plan astral ) devenir abeille redevenir abeille en l'occurence pour vous... mais comme tout est relié et relatif, si dans un plan ca se fait, on est comme contaminé si on agi pas a temps et on contamine alors les autres plans, et tous les corps dedans*

*c est comme un virus hein et ici votre etat est tout le bas de l'échelle on dira... le dernier maillon.. qu'il craque pas :) il peut faire remonter le virus...et pourrir son esprit et son astral.. de rechuter donc.. mais pas sur sur hein mais si tout est relatif de plan en plan.. ben sur le plan physique on vous test aussi donc*

*en redemption on est fragilisé et on sera toujours tenté... ce sont des tests, et pas que d'un côté, ceux que vous avez quitté vous testeront aussi hein... la guerre des clans quoi lol ils veulent vous récupérer aussi, comme l'autre côté voudra vous aider a tenir bon ☺ ils vous tenteront là ou le bat blesse... sur votre talon d'achile.. moi aussi vous savez on me tente de toutes parts, on me fout dans la merde, au plus mal, pour que je craque et que j'aille vers le plus simple et abandonne ma mission d'ame*

A : C'est ça que je comprends pas pourquoi vouloir que l'autre abandonne c'est cruel quand même

*Valérie : car on est en guerre... y a deux clans et ca, il faut que vous le sachiez, c'est pas un fake.*

*la guerre des esprits... les spirituels comme ils se disent = nos amis les abeilles ces fameux anges de lumières... ils veulent juste nous amener dans leur nuit noire.. les sans âmes... ( pour ca que je supporte pas tout ce qui se dit " spirituel " déjà rien que ce mot, fuyez...*

*on est pas des spirituels, on est universels... mais j'ai pas envi de perdre du temps, et d'avoir a recommencer encore et encore, c'est fini..*

*je suis comme vous, j'ai aussi mes lutttes et mes tests... mais on progresse quand on se bat, on évolue, je le sens bien, ce que je perds en plan physique j'obtiens dans d'autres plans.. car je me bat pour mon ame, ma vie actuelle je m'en bat le steak car je sais qu'elle est éphémère, que je partirai sans rien prendre d'ici, meme pas un ongle..*

*alors battez vous... toujours.*

A : Oki merci Valérie je vais réfléchir a tout ça .. bonne journée a vous et Leïla bonne journée également ☺

*Leïla : toi aussi A courage ! En plus c'est un beau métier que tu t'apprêtes à faire ! Une belle formation !*

*Valérie : et vu comme ca se bagarre avec l héritage des Halydays franchement je n'aimerai pas que mes enfants se retrouvent à se déchirer pour du fric et mes affaires, c'est moche de faire ca a ses enfants défauts, ca va encore plus les pourrir, alors autant mourir dans la pauvreté et meme dans le débit... comme ca ILS SONT ASSEZ GRANDS POUR VIVRE ils ont pas besoin d'un quelconque héritage qui les amènent négativement dans la matiere ! ca c'est moche que nous parents puissions faire ca a nos enfants... les enraciner encore plus dans la matiere... leur faire croire qu'il faut se battre pour le fric et les biens terrestres... en oubliant les valeurs de son ame...*

*C EST AUSSI MOCHE de bosser toute sa vie pour payer une maison et adorer cette maison comme la prunelle de son ombre, car c'est s enraciner et vivre pour soi, pour son ego, la satisfaction de son ego.. mais l'âme elle, elle en a rien a foutre de votre baraque hein, et votre esprit aussi dans son astral... quand vous mourez, on fait les comptes et si y en a plus pour votre ego que pour l'ensemble de votre tout.. ben vous etes jeté par votre esprit et son ame... car vous avez pensé qu'a votre petite gueule, alors amusez vous... et si un autre etat de votre esprit vous sauve la mise, et reprend votre karma vous avez de la chance... mais c 'est l'ultime chance.. en général l'esprit sauve des etats qui même s'ils ont ete craignosses ont fait un truc ou deux de sympas dedans.. et il donne des etats de karma au nouvel etat, si le nouvel etat s'en bat les couilles... ben vous restez en sommeil, en attente, dans une zone d'attente, alors a ce moment la, priez qu'un etat vous reprenne... dans son lot karmique, aide solidarité... car a la fin... y en a pas mal qui ne seront pas sauvés... et ca, qu'ils s'ne prennent qu'à eux...*

A : bien je me dis que payé un loyer ou un crédit c'est kif kif ...au final tu payes alors autant que ce soit a toi et puis tes enfants en fait ? même si ont l'emporte pas avec nous ça ok enfin je vois les choses comme ça mais évidemment que je veux pas que mee enfants ce batte pour un héritage et qu'ils se débrouillent d'eux même

*Valérie : c 'est pas la question de comment on paie, mais plutôt comment on aime.. et pour qui..et pour quoi..y a des gens très riches qui s'en tirent tres bien universellement car ils savent rendre la pareille pour leur ame et esprit, et d'autres qui deviennent pingres, calculateur la matiere les bouffe et les ronge et les rendent cons et bêtes et méchants, et égoïstes, et surtout materialiste*

*etre riche ou pauvre là est pas la question, on vous testera sur votre fragilité, et certains riches sont hautement tres riches dans leurs ames aussi, car ils ont compris, regardez keanu reeves...*

*acheter ou etre locataire là a jamais ete la question, relisez moi donc...c 'est la maniere... qu'on achète et pour quoi et pour qui...*

A : Bien j'aimerais lié les deux.. même pour plus tard je veux pas être un poids pour mes enfants..je le dis que si j'ai une maison avec le temps je payerai plus que les impôts.. alors que si je suis locataire je payerai un loyer toute la vie..et si j'y arrive pas ?je veux pas que mes enfants ai a ce tué pour moi ça non

*Valérie : un riche va pas se mettre a vivre comme un clochard car c'est pas bien de vivre riche, ca c'est absurde de dire ca, c'est comme il va pas s'acheter une montre a 10 euros alors qu'il peut s offrir celle a 8.900, mais d'un autre côté, si il donne son coeur etc ailleurs, pas forcément du fric hein, mais voila, j'en connais bcp des gens qui sont riches et mais aussi a l'intérieur sont tres hauts...*

A: Je connais pas lui ...



*Valérie : ils ont compris c'est tout.. ils savent dominer meme le plan physique, chose que moi.. suis testée dedans car j'ai pas réussi et j'ai surement des lacunes donc dedans a travailler... donc on a pas a se justifier non plus ni avoir mauvaise conscience, que des gens crèvent de faim, ou etc... mais c'est la façon et la manière d'agir et de penser... qu'il faut avoir 😊*

*ya des pauvres qui sont de réels fdp hein...*

A: Exact y a de tout dans tous

*Valérie : je prenais juste l exemple de hallyday car ca me désole d'en finir comme ca... et de plomber ses enfants encore plus dans la matiere, les gosses et laëtitia ont rien compris et se battent comme des chiffonniers... pour de la matiere...ils sont tous assez riches pour vivre bien...bref tant pis pour eux.. que ce soit des deux cotés hein, ils sont tous tombés dans le piège...*

A: mais c'est exactement ça !!je comprends pas qu'ils partagent pas simplement

*Valérie : ils ont les mains crochues, tous... coupables de se faire avoir par la matiere et leur egos s attacher a un truc, meme une guitare... c 'est qu'un objet merde... perdre sa valeur d'âme pour un dés a coudre venu du mexique ? sérieux...alors non finir comme ca, non, je préfère crever pauvre et en débit lol que de voir mes enfants devenir si cons...*

*Leïla : matrix le film avec lui ou Constantine et d'autres.... 😍😍*

A: j'ai pas compris ?!lol

*Leïla : Pour l'acteur keanue Reeves le commentaire s'est pas mis au bon endroit 🤔*

*Valérie : j'ai pas envi de finir comme ca, a la pioche du bon vouloir de mon esprit et d'un nouvel de ses etats incarnés, j'ai pas envi de jouer a pile ou face, MOI JE SAIS CE QUE JE VEUX, je veux être une des facultés de mon ame, vivre a sa droite 😊 exister en tant que telle 😊 et je me bats pour ca. Pour que arrivée devant mon esprit, il soit fier et qu'il me prend direct comme une de ses facettes et que cette facette que je suis, dans mon ame soit justement une faculté. une faculté accomplie amen, tout comme une poupée russe, tout s'emboite.*

(Publication sur Univers, 29 mars)

### *Annexe 3.11 : Accompagnement, 28 mars*

S : Selon vous qu'est ce cela pourrait signifier lorsque on rêve qu'une amie tout d'un coup se mets à pousser des cris stridents comme une enfant de façon surprenante Car elle avait 42 ans. Dans mon rêve ce matin, j'étais partie en vacances avec une amie à moi et tout d'un coup elle poussait des cris de joie, on ne s'y attendait pas. C'était surprenant. C'était vraiment très aigus. Et à un moment donné, ce fut un tout petit peu moins aigus mais encore assez aigus et ça m'a fait mal aux oreilles. Je lui ai dit et elle m'a dit: oh écoutes je fais ce que je peux..etc..etc.

*Paul : Peut-être avez-vous une douleur interne profonde qui n'est pas exprimée dans la vie de tous les jours et que le rêve cherche à expulser afin de vous libérer de vos douleurs profondes. Ou soit il y a donc l'idée d'une affirmation de soi par la parole, en se sens que vous cherchez à vous affirmer et à construire une meilleure confiance de soi.*

S : oh oui complètement. Ce sont les deux à la fois.

*Estelle : Les cris aigus sont liés à la peur en général. Elle fait donc semblant d'être heureuse. Il y a quelque chose d'angoissant pour elle durant ces vacances.*

S : whouao c'est impressionnant car en vrai, elle souffre beaucoup mon amie. Elle est electro-sensible et elle souffre beaucoup avec son electro-sensibilité. Elle gémit beaucoup de douleur en vrai et elle me raconte que des fois ça peut lui faire pousser des hurlements tellement que c'est une torture. Mais je ne l'ai jamais encore entendu hurler en vrai.

*Estelle : La douleur marche aussi ! :)*

#### *Annexe 3.12 : Univers, 29 mars (autre)*

F : Bonsoir, merci de m'accepter parmi vous. Cela fait plusieurs fois que je rêve de grossesse c'est assez bref comme rêve soit je me vois enceinte ou avec un nouveau né soit on m'annonce une grossesse (par exemple cette nuit, mon copain m'annonçait qu'il allait être papa... Mais avec une autre femme qui portait son enfant) Je suis curieuse de savoir si cela a une signification particulière...

*Valérie : bonjour, la grossesse parle souvent d'une chose qu'on projette de faire, qu'on pense, soit idée, soit donc projet, court ou long terme, c'est en soi en tout cas, ça mijote sous le feu.. donc ça peut être rien qu'une idée comme ça ( qui serait donc en féminin, en fille ) soit plus abouti en projet ( garçon ) a vous de voir car on a aucun détail du rêve je peux pas m'orienter, moi me dire dans x rêves je suis enceinte me parle pas plus que ça, il faut l'ensemble, ou on est, ce qu'on fait.. etc le copain en général symbolise notre corps physique parfois ( lamatière ) et notre quotidien, notre routine, vu qu'on vit avec notre cerveau le prend comme image pour parler de soi dans notre actif.. et ici donc avec une autre femme, a savoir qu'il ya une idée ou projet mais qui vient pas particulièrement de nous meme, mais que quelqu'un nous l'a mis dans la tête, nous en a parlé et ça a fait son chemin en nous.. ou on prend le truc de quelqu'un etc etc a vous de voir car on a aucun détail du rêve je peux pas m'orienter*

F : Non ça colle parfaitement en fait, j'ai effectivement un projet qui je l'espère aboutira : un déménagement, changement de rythme de vie. Merci beaucoup Valérie pour ces éclaircissements

#### *Annexe 3.13 : Révélations, 12 mars*

C : J etais malade, j'ai étai me reposer dans aprem j'ai étai réveiller en sursaut , .... Je ne me souviens plus de tout mon rêve mais il était étrange , quelqu'un est décédée je me

souviens juste que c'est une femme . Et à un moment je me retrouve face à ma soeur mais j'ai l'impression d'être plus jeune et la elle tiens quelque chose dans sa main fermé et me crie dessus à plusieurs reprises " je t'ai offert quoi comme bijou quand tu étais toute petite ??? " jusqu'à ce que je crie UNE HIRONDELLE !!!!!!! Elle ouvre sa main , un collier avec une grosse hirondelle bleu violette quelle me met au coup et je me réveille en sursaut !!!!! ..... Je ne peux vous l'expliquer mais pour la toute 1 ère fois ce rêve me perturbe extrêmement !!!

*Véronique : Je vais vous revenir C avec l'interprétation de ce rêve qui vous a perturbé. Ne vous inquiétez pas. bien souvent la présence d'un bel oiseau en rêve est un symbole d'élévation et de spiritualité.*

C : ce que j'ai du mal à comprendre c'est pourquoi JAMAIS aucun rêve ou même cauchemar ne m'a perturber mais celui la ci pour la toute première fois de ma vie alors qu'il est plutôt basique . Je vous remercie ....

*Véronique : Il n'es pas banal je vous l'assure, lorsqu'un rêve perturbe en souvenir, l'inconscient à tout fait pour que votre mémoire en garde le souvenir, Pourquoi, parcequ'il est important que vous en compreniez sont message qu'il vous transmet afin de vous aidé.*

*Une petite lecture pour les rêveurs, rêveuse que nous sommes. Les rêves ces grand voyages nocturnes que nous faisons tous. Nos rêves racontent Notre Histoire et celle de l'humanité, au moyen de symboles universels et individuels.*

*Nos rêves sont des miroirs fidèles de nous-mêmes, ils reflètent ce que nous sommes, ils rappellent ce que nous avons été et ce que nous serons. Nos rêves sont les images émotionnelles qui composent notre existence. La présence de nos rêves survient au moment ou le corps trop épuisée laisse place au sommeil, puis au rêve. L'importance du rêve est une question de survie pour l'humain, sans le rêve l'équilibre psychique de l'humain serait incontrôlable et l'humain ne pourrait vivre. Nos rêves nous étonnent depuis des millénaires, et nous permet d'apprécier cette fantaisie imaginaire de liberté de l'âme.*

C: je ne savais pas surtout que cela ne m'était JAMAIS arrivé merci

*Véronique : Ya toujours une première fois. 😊*

*Demain je vais vous revenir avec l'interprétation, nous pourrons discuter. Bonne soirée*

C: je vous remercie vraiment beaucoup . A demain . Passez une belle soirée

*Véronique : Bonjour C., voici l'interprétation de votre rêve qui vous perturbe. En début de texte de votre souvenir de ce rêve, une femme est morte. Les rêves de mort ne sont généralement pas mauvais signe, bien au contraire. La majorité d'entre eux sont à interpréter de manière symbolique. Dans le langage imagé du rêve cette mort vous parle à vous-même et vous informe de la fin de quelque chose. Donc la présence de mort symbolise la fin d'une situation dans une sphère de votre vie, la fin d'un chapitre qui na plus sa raison d'être. Une femme apparait devant vous, cette femme sous l'apparence de votre sœur reflète une personnalité de vous-même, mais, sous ces traits, donc un message que vous vous dites à vous-même sous les traits de votre sœur pour mieux entendre. Cette personnalité vous cris dessus en vous répétant une phrase. La présence des cris en rêve que l'ont entend ou que l'ont pousse est un état d'émotion trop refoulé. Les cris que l'ont*

*s'envoie à nous même en rêve sont présent pour secoué le rêveur pour qu'il sorte de sa torpeur. La phrase que vous dit votre sœur dans ce rêve mais qui est une phrase que vous vous dite à vous sous l'apparence de votre sœur, (Je t'ai offert quoi comme Bijou quand tu étais petite.). La présence du symbole du bijou en rêve est une invitation du chemin à suivre afin de vous retrouver, celle qui était jadis. Le bijou offert à vous-même symbolise votre richesse intérieure, vos capacités sont un trésor secret. Le bijou vous dit qu'à l'intérieure de vous-même vous êtes beaucoup plus riche que vous ne le pensez. Par contre ce bijou est un collier, votre sœur, donc vous-même le placé à votre cou ce collier. Cette action de collier au coup indique un certain comportement de soumission. Ce collier est orné d'une hirondelle de couleur bleu violette. Le symbole de l'hirondelle en rêve devient l'expression de messagère, elle symbolise des changements important sur le parcours de votre vie, certaine chose ce terminerons pour faire place au renouveau. Les couleurs de l'hirondelle ont aussi attiré votre attention, De bleu et de violet. Le bleu de l'hirondelle est un symbole de moral et un appel à trouver l'équilibre en votre être pour évoluée. La présence du violet dans les plumes de l'hirondelle représente l'action vers le changement pour une guérison intérieure total. Espérant vous avoir éclairé sur ce rêve.*

C : waouhhhhhhh c'est EXACTEMENT ma situation actuelle !!!!!!!!!!!!!!! Je suis choquée la ..... mille merci à vous . Et je traverse la pire épreuve de ma vie , je comprend donc beaucoup mieux pourquoi ce rêve ma perturber à ce point pour la toute première fois de ma vie !!!!! Je ne suis pas sûre de men sortir cette fois et d y arriver mais en tout car mille merci de me lavoir éclairer !!!!!!!!!!!!!!!

*Véronique : Merci C, vous devez toujours garder confiance en vous , garder la foi , courage et tout entreras dans l'ordre , chaque chose à sa raison d'etre et tout conclue au bien. soyez patiente dans votre épreuve et garder le sourire, demain est un autre jour.*

C : oui je sais merci beaucoup

(Publication sur Révélation, 12 mars)

#### *Annexe 3.14 : Accompagnement, 18 mars*

I : Bonsoir j'ai rêvé de ma grand mère décédée. Elle était au chevet d'un mourant que je ne connaissais pas et elle m'annonçait qu'elle allait hériter de cette personne. Qu'est ce que ça signifie svp?merci

*Estelle : Bonjour, Vous allez hérité d'une nouvelle compétence intellectuelle. Votre difficulté est qu'elle n'a pas d'histoire connue. Seule votre grand-mère connaît l'origine de cette facilité intellectuelle dans votre vie. Exemple en ésotérique : vieil apprentissage de sage-femme ou d'avorteuse dans votre famille. Naturellement, vous allez savoir barrer les douleurs des menstrues femmes parce que vos ancêtres savaient gérer les douleurs des accouchements. :)*

#### *Annexe 3.15 : Accompagnement, 14 mars*

M : Bonjour le groupe :) J ai fait un rêve tellement étrange...il y a peu de temps , j ai perdu ma belle soeur,ma soeur ....Je l aimais tant... et cette nuit, j ai rêvé d elle, accompagnée de ma nièce adorée. Elle était si belle elle me dit, mais non, bien sur que non, je ne suis pas morte alors memez qu a ce moment la j étais en train d écouter l enregistrement d une consultation que ses enfants avaient eu avec une medium ( fait reel) .Puis mon téléphone portable sonne et elle me dit " je te cherche depuis 15 ans " Ce rêve m a Rendu tellement triste :’( Je sais que je suis dans le déni complet ...

*Estelle : Bonjour, Etant donné que vous postez régulièrement je vous invite à faire un effort de présentation (orthographe, apostrophe...). C'est plus confortable pour tout le monde. Apparemment, ce rêve tourne autour du spiritisme. La psychologie vous dira que vous n'avez pas terminé votre deuil et que ce rêve est là pour vous faire avancer sur ce chemin en prenant conscience de sa mort et en lui parlant. L'ésotérisme vous explique que vous avez le don de communiquer avec les morts. l'âme de votre belle-soeur essaye de vous en faire prendre conscience depuis 15 ans. Ce don vient souvent après une perte très.*

M : Merci beaucoup

#### *Annexe 3.16 : Accompagnement, 31 mars*

S : J'ai de nouveau besoin de votre aide, cette nuit, j'ai rêvé que je voyageais dans le passé, au moyen âge plus exactement, grâce à une porte en bois que l'on ouvrait en tirant sur une corde qui la faisait basculer. J'arrivais dans un monastère et j'y rencontrais un moine, habillé en rouge et beige, qui connaissait la capacité de cet endroit et m'aidait à ce que personne ne se rende compte de qui j'étais. Je faisais ensuite plusieurs aller-retour présent-passé et dans le présent je trouvais une peinture d'un paysage en ruine avec une grosse tour carré au loin, je zoomais dessus comme ci c'était là que j'allais dans le passé. Puis j'avais le droit d'emmener quelque chose du présent dans le passé, et je voulais absolument prendre une peluche éléphant. Ensuite j'étais avec une petite-fille qui jetait cette peluche derrière une clôture, mon chien allait la chercher et il y avait plein de chats qui lui crachaient dessus j'arrivais à prendre mon chien dans les bras avec la peluche, le propriétaire de la maison essayait de calmer un de ces chats et nous sortions. Cela faisait très longtemps que je n'avais pas fait un rêve aussi compliqué et qu'il m'en reste autant de détail. Auriez-vous une idée de ce qu'il signifie ?

*Estelle : Bonjour, C'est joli et précis comme rêve. Gardez en tête un potentiel de douance à plus de 165 (intelligence relative). C'est un rêve d'horloge spacio-temporelle. Ils sont fatigants et compliqués. Pour moi, vous étudiez un sujet dépassé (population archaïque ou violente). Et vous ne comprenez pas, que ces vieux sujets, même aujourd'hui sont liées avec les habitudes des vieux acteurs. Vous êtes gentille, naïve. Mais en face, c'est du requin. Exemple : j'étudie Toulouse. Tout le monde me dit "Toulouse est high tech". Mais Toulouse est une ville fondée par 4 familles mafieuses. Le High Tech de Toulouse est plombée par un manque de vertu. En réalité, les populations que vous allez y rencontrer*

*ont les vertus des années 70 et la moralité des tontons flingueurs où l'humour cache les mensonges, les vols et les trahisons (avec méthode expéditive "suicide soudain dans le canal"). Toulouse est donc une zone dangereuse que vous n'allez pas comprendre si vous arrivez de Paris ou de votre campagne. Mais heureusement, la mémoire de votre inconscient lui va le percevoir, et vous transmettre ce type de rêve. Vous avez donc un problème de compréhension des humains autour d'un de vos hobbies. Ils sont "chats". Vous êtes "petite-fille", et vos amis sont "chiens".*

S : En effet, je m'intéresse énormément à la culture celtique d'un point de vue archéologique et religieux. Vous avez totalement raison lorsque vous dites que je suis gentille et naïve mais je me soigne :D :) Bonne journée

*Estelle : En ce moment, dans le celtique, on trouve beaucoup de milice armée. Les campagnes sont à éviter. :)*

#### *Annexe 3.17 : Accompagnement, 11 mars (autre)*

E : Bonsoir à tous et à toutes . J'avais déjà posté en parlant de mes rêves récurrents d'un voisin à qui je me parlais pas et qu'au départ je n'avais jamais vu. Ce dernier a déménagé récemment comme ce que je voyais dans mes rêves. D'ailleurs la semaine précédent son départ j'ai senti comme une grande tristesse ( je précise que je connais pas ce monsieur). Mes rêves ont cessés depuis. ce soir j'ai de nouveau rêver de lui : Je suis en bas de chez moi et en ouvrant la porte du bâtiment je le vois devant moi en me disant qu'il a besoin d'aide et que seul moi peut l'aider et me demande de me prendre dans ses bras ce que j'accepte. Ça m'a tellement perturber que je me suis réveillée d'un coup. Si quelqu'un peut m'aider à interpréter merci beaucoup.

PS: Je rajoute que bien avant de connaître de vu ce monsieur. Je rêvais de lui et je voyais toujours une séparation. Un ou deux mois plus tard je l'ai croisé dans ma rue et j'ai appris que ce dernier venait de divorcé.

*F : Bonjour . Je ne sais pas s' il faut absolument comprendre ce rêve, votre âme l'a peut être compris, vous avez probablement avec ce monsieur, un lien karmique. Vous le connaissiez peut etre avant?...*

E : je ne sais même pas ce que veut dire karmique ( Google est mon ami ;) ) Ce qui m'inquiète ( mm si je n'ai pas publiée l'ensemble de mes rêves le concernant ) c'est que j'ai le sentiment que l'un de ses enfants est en danger je ne saurais l'expliquer. Je sais que à deux reprises quelqu'un est venu dans mes rêves m'expliquer pourquoi est ce que je rêvais autant de ce monsieur mais je ne parviens jamais à retenir la raison ...

*Estelle : Bonjour, Vous êtes très empathique. Vous êtes capable de voir l'autre et comprendre son état émotionnel pour anticiper l'avenir. Clairement, votre rêve vous invite à prendre cette compétence en vous sérieusement et l'explorer. La synergologie, le*

mentalisme, l'observation peuvent être des pistes d'exploration assez simple à mettre en oeuvre.

*F : Je pense que le commentaire de l'administratrice est plus logique que le mien. Sinon, par lien karmique, j'entends que si on croit à des vies antérieures, vous avez probablement connu ce monsieur, et vous avez comme un ' contrat d'âme" pour l'aider dans cette vie. Cela m'est arrivé avec une femme que j'ai aidé, j'ai eu l'impression que c'était ma mission d'intervenir pour elle car beaucoup de rêve la concernant, un fois terminé, je me suis éloignée car épuisant. Et je n'ai plus jamais rêvé d'elle. ..*

### *Annexe 3.18 : Univers, 22 mars*

Louise : Bonjour Valérie, bonjour le groupe 😊, voilà il reviens dans mes rêves ( mon ex) après plusieurs nuits d'absence lol

Donc cette nuit j'ai rêver ( assez court) que nous avons demandé à mes parents d'accueillir chez eux notre famille, il y avait ses parents ses grande sœur leur compagnon et leurs enfants Quentin moi il y avait mes parents mes frères ma tante et ma grand-mère et mes neveux. Nous étions en train de manger quand mon ex se lève tous le monde le regarder et commencealors un discours:

“ je ne suis pas douée pour les discours et certains le savent très bien mais aujourd'hui je vais faire cet effort car c'est un grand jour je remercie d'abord mes beaux-parents de nous accueillir aujourd'hui dans leur maison car notre appartement est trop petit pour vous accueillir. certaines savent qu'avec Alex l'histoire a été compliqué depuis le début et qu'il y a eu beaucoup d'obstacles entre nous aujourd'hui ça fait bientôt 5 ans qu'on se connaît on s'est retrouvé mais notre cœur n'a jamais cessé d'aimer durant ces années. Alors aujourd'hui nous sommes heureux de vous annoncer nos fiançailles et notre futur mariage j'ai demandé sa main hier soir ”

La dernière image, était nos proches à cette table face à nous.

*Valérie : bonjour, c est une reprise ici de karma, vous êtes dans votre esprit (astral ) et son corps, avec toutes vos facettes etc ( famille )et l ex c'est une de vos vies antérieures que vous avez décidé vous, en tant qu'état de prendre son relais et la table c'est un récapitulatif donc du coup ca symbolise que vous nous faites ici un récap*

Louise : Je comprend pas trop quand tu dit dans son corps ? C'est moi qui parle et non lui..? A mes ancienne vie.. Ou qu'on fait un mélange de nos corps comme la fusion ?

Oh Mais que veut dire alors ce discours 😊 😊

*Valérie : les paroles dans un reve ce sont des paroles qu'on pense sois meme, elles sont pas decodées*

*c 'est vous qui pensait ÇA DE VOTRE EX COUPLE. mais comme tout est relatif, ca dit donc que votre esprit aimait cette vie et copte donc la garder près de lui et de la reprendre donc, de se fiancer avec = fusionner, accepter.. son retour en lui. dans les fiançailles c'est un acte d'acceptation*

*vous devriez sérieusement pensé par contre a parler avec votre ex et de vous parler tous les deux, vous revenez trop dans ce passé.. ca va finir obsessionnel*

Louise : j'ai essayé mais il me répond pas

*Valérie : ouais en gros vous avez ramené ce foutu passé d'entre les morts et vous vous etes reliée dessus, que ca attaque votre ame et son etat..on est quand meme a l'hôpital là hein donc votre aura deja a du en prendre un coup vous vous fragilisée*

Louise : oui c'est tous à fait ça.. Le pire c'est que j'essaye d'avancer de tte mes forces.. mais il revient toujours dans mes rêves et donc j'y pense Pff cercle vicieux.. ☹️ ah qu'est-ce que j'ai hâte d'enlever les liens karmiques !!!!

*E : Comment s'est t-on que l'on a des liens karmiqueq dont t-on a besoin de se débarrasser ? Cmt faire pour couper ?*

*Valérie : on doit les travailler, retravailler en soi, ensuite comment savoir, on le voit avec l'astrologie karmique, souvent ou en régression mentale, ou par intuition, mais souvent aussi car il ya un truc entre les personnes, on est tous en liens karstiques, que ce soit en collectif ( en karma de groupe ) ou karma duo, tous les couples sont souvent en liens karstiques comme on dit y a pas de fumée sans feu, mais le tout est de pas faire une obsession fixette dessus*

Louise : Je pense que c'est un karma duo car on a déjà eu l'occasion de faire de la télépathie ensemble et ce qui est fou entre guillemets c'est que c'était après notre séparation des années après

*Leïla : si je peux me permettre en plus du travail dont Valérie parle à faire au quotidien, on peut ce prendre un temps de réflexion et poser l'intention de redonner à l'autre son énergie et de récupérer celle qu'on lui avait donné... on peut aussi faire une lettre et la brûler ou brûler un fil rouge qui représente le lien karmique... les mots sont puissants donc on peut défaire déjà certaines choses comme ça ! Pis arrêter la fixette !*

Louise : je pense que c plus difficile que ca... Moi perso j'ai essayé la lettre et c'est lui qui a parler à ma place comment je le sais ? Car c'est pas la même écriture déjà et ma raconté des points fort de notre histoire dans cette vie et celles d'avant..Ce qui m'amène au 2nd point, les liens karmiques sont du au dette karmiques.. Par exemple si il t'a fait mal et fait souffrir dans une autre vie, aujourd'hui dans cette vie il agira en " sauveur" pour ce faire pardonner. Il faut savoir également qu'avant ta naissance tu la choisi de le rencontrer et donc tu as choisi de le pardonner. Moi perso je vais enlever tout ça grâce à mon enseignant que je vois d'ici 3 semaines

*Leïla : effectivement les rôles sont inversés dans cette vie mais le fil rouge aide énormément même si on doit le faire sur plusieurs mois... les contrats sont fait pour les travailler bien sûr, ça peut prendre plusieurs années, le constellations familiales aident aussi beaucoup avec l'intention de vouloir comprendre. Si déjà tu sais pas mal de choses sur vos anciennes vies passées ensemble c'est déjà un beau cadeau... que le meilleur pour toi ! 🌸*

E: Enseignant ?

Louise : apparemment ce que je sais c'est qu'on est venu pour la 1er fois au monde au temps des égyptiens ( ça m'est arrivé déjà de faire des hiéroglyphe) et qu'on c'est croisée 2 ou 3 fois dans nos vies hormis elle.. La dernière fois était au temps des sorcière.. Il m'a



sauver du bûcher et a péri à ma place à ce que j'ai compris. Donc si je suis bien l'un et l'autre ce sauvé mutuellement par amour.

*Leïla : bon ben on a dû forcément se croiser aussi !*

Louise : peu être les sorcière était pas nombreuses d'un côté lol si je te montrerai ce que j'ai écrit et fait au lieu d'écrire ta lettre c'est impressionnant

*Leïla : enfin je pensais plus à l'Egypte aussi ! ben si tu veux en mp, ça m'intéresserait je peux essayer de me connecter à travers cette lettre... enfin comme tu veux je suis pas experte mais les mémoires se réveillent petit à petit ☺*

*Valérie : Oh le truc du karma est en fait de ne plus revenir dessus, quand on a plus rien a faire on se libère et on avance, si on tourne en boucle a seulement a deux ca devient de l'ego... et on se perd dans notre ego, on veut pas perdre l'autre car on y est attaché, c'est donc un problème de matière, quo'n est alors dans l'emprise, dans l'attachement, et on se créer alors un karma d'attachement qui nous retient encore plus a la matiere, a notre dépendance... au sentiments, et c est ainsi qu'on se créer de la haine ou trop de passion d'amour etc.. on doit rester dans un etat neutre... votre ami a surement compris ca, pas vous, puisque vous continuez persister a re vouloir reprendre avec lui.. Apprenez a vous détacher, il a son chemin de vie a faire, il s'est arreter un instant pour vous aider, vous l'avez aider surement en retour et basta, chacun doit reprendre sa route, son cycle, et avancer car de toute façon ON DOIT ETRE QUE UN, ON EST UNE AME pas de jumelage et truc, tout ca appartient aux abeilles qui veulent pas se retrouver seuls dans le noir... une ame entière est bien seule, elle n'a pas besoin de marcher en duo...*

*vous allez faire comme M qui insiste lourdement sur son ex d'avant sur son ex dame, avant la division... et qui n'arrive pas abandonner l'idée de laisser l'autre faire maintenant son propre chemin. C'est de l'egoisme et vous etes une égoïste en agissant ainsi. surement que votre ami a ressenti le frein que vous lui mettez, inconsciemment dans son cheminement et qu'il s'éloigne de vous pour justement vous montrer ce que vous devez faire, il vous aide a sa facon, en vous disant, allez petite hirondelle, va a tire d'ailes maintenant, sois une ame entière...*

*trop vivre dans le passé nous fait pas voir le futur et son present... travailler un passé est utile pour avancer, mais faut pas y rester trop longtemps... sinon on fait des boucles... et ca épuisé et ca perd du temps. POUR RIEN*

Louise : en fait depuis quelques semaines je me pose la question si c'est pas plutôt une flamme jumelle

*Valérie : mais arrêtez avec les flammes, je connais pas ce terme ca doit encore venir de nos abeilles ca des leurres... détachez vous et arrêtez de penser a vous raccorder avec n'importe quoi qu'on vous tend en perche, des leurres pour vous enfermer encore plus dans vos emprises terrestres...*

Louise : le rêve pour moi j'aimerais tant qu'il parte définitivement de ma vie ou sinon me prend une jolie gamelle et un joli mur en béton pour bien comprendre la douleur enfin et ne plus y penser et avancer définitivement ☹️

*Valérie : vous etes en deuil, c est difficile et je le conçois de perdre un etre si cher et qui a fait des vies avec vos états. ca je le comprends mais maintenant faites votre deuil, et pleurez un bon coup, puis tournez la page, vous etes jolie un autre va venir, lui claquer pas la porte pour un ex fantome*

Louise : tous ça est un rêve. 😍😍 Que j'aimerais réaliser. En tous cas, prochainement je vais manger avec des amis à ce fameux " restaurant" la où tous a commencé peu être à ce moment là ça terminera le chapitre. 😊😊 La ou tous a commencé, tous finira..

Ps : ça serai un bonus si il arrive comme dans mon rêve est que je me " venge" en l'ignorant  
😬😬

*Valérie : mais pourquoi se venger? c'est ca que vous devrez vous demander*

### *Annexe 3.19 : Révélation, 24 mars*

Ariane : Bjr mes Amis rêveurs voilà plusieurs mois que j ai la sensation de ne pas être seule qd je dors, j ai la sensation qu on me touche les jambes, et ces dernières nuits, bcp de mal à m endormir, j ai des suées, très chaud, qd je ferme les yeux, j ai des genres de flash, bizarre, parfois effrayant, des fois des tourbillons, j ai l impression d he dors, qu' on me secoue, je me réveille de peur, j allume la lumière et rien....l un ou l une d entre vous a t il vécu ce genre d expérience et avez vous une idée sur ce qui me dérange ? Merci les rêveurs....

*L : Je vois très bien... :) est ce que c'est déjà arrive avant ?*

Ariane : Oui, même souvent mais c'était moins violent... des idées ?

*L : Peut-être un don médiumnite ?*

*Josée : Oui peut être début d'une capacité médiumnique...A voir si autres manifestations arrivent sans explications logiques 😊*

*L : Si c'est le cas ça se reproduire c'est certain 😊*

*Naïa : Sans capacité médiumnique il ne pourrait pas le voir, mais il y a quelque chose Ce qui est desagréable/effrayant c'est des sortes de démons Si il viennent a nous ça veut dire qu'on a des failles spirituelles (on s'eloigne de notre "moi") et on est sois meme plus attiré par l'obscurité que la lumière, sinon des anges viendraient nous aider et pas des démons nous enfoncer Il y a un gros travail a faire sur soi, impérativement, et vous avez la chance d'avoir des perceptions qui vous avertissent avant que ça devienne des problèmes de santé C'est mon interpretation faites en ce que vous voulez... Desolée si je suis un peu froide, je suis pas tres bien*

*V : ne parlons pas de démons mais plutôt d'âme perdue qui n'a pas rejoint la lumière ;) inutile d'ajouter stress angoisses et culpabilité a cette peur... Les débuts de mediunite nous font rencontrer le bas astral et sans ancrage ni protection nous ne savons pas comment refuser et repousser ces contacts... PROTECTION pour Ariane ;) du sel gros+fin dans un récipient mis sous le lit au niveau de la tête pour absorber les énergies négatives et garder un sommeil serein... Un peu d'encens benjouin pour purifier la maison (avec prières Notre Père et je vous salue Marie si on y crois) dans toutes les pièces en insistant sur la chambre (eau bénite si on en a... dans chaque coin) Naïa si vous n'êtes*

*pas très bien un peu de relaxation avec des méditations (vidéo youtube) permettront de réaligner les chakras et expulser les vibrations négatives ;) Bonne journée a tous :D*

*Naïa : J'ai encore beaucoup de choses a apprendre ;)*

*Josée : lien youtube Les Ressentis (Médiumnité)*

*Ariane : Bjr et merci de votre réponse...je ne suis pas vers le bas astral...je parle aux anges chaque jour, je suis hyper positive et joyeuse, toutefois, j ai traversé 18 mois compliqué, harcèlement au travail et rupture du contrat, mon mari a fait plusieurs AVC dép 11 2018...et j en ai plein la tête, ... depuis plusieurs semaines je dors très mal, des que mes yeux se ferment, j ai des visions toujours avec des yeux qui me regardent....c est effrayant parfois, surtout qd j ai l impression qu'on me touche...je brûle tous les jours de la sauge blanche, du camphre.... suite à la rencontre d un maître Feng shui, j ai bougé mon lit, nous avons le réseau curry et hartmann qui passaient sous nos têtes....j ai une coquille saint Jacques rempli de sel d himalaya, sous ma tête de lit .....hier soir, j ai placé une pierre de quartz sur mon 3e oeil avant de fermer les yeux....j ai eu comme un " combat" derrière mes yeux fermés, et j ai demandé à mes Anges de le protéger...j ai enfin dormi...7h non stop....alors si vous avez des idées , je prends....*

*Josée : Hello ben je n'ai pas dit que vous êtes dans le bas astral mais que parfois c'est lui qui nous contacte...Vu ce qui a été entrepris en protection et purification j'avoue n'avoir pas d'autres idées pour le moment...hormis peut être prendre une douche (en versant de eau salée pour rinçage) ou un bain avec du gros sel sans s'essuyer juste en tamponnant l'eau sur le corps en sortant...*

*Ariane : Merci de votre réponse, un conseiller en Feng shui, m a dit de brûler un cierge et de la sauge au centre de la maison avec moi au milieu entourée de sel....j ai acheté un cierge aujourd'hui et de la sauge*

*L : malheureusement quand on débute dans la médiumnité, nous avons à faire à des esprits du bas astral... c'est comme ça pour tous les médiums.. Vous avez peur ce qui est normal, la peur attire les esprits car elle les nourri.. Continuez de prier vos anges, ils vous protègent , mais si la médiumnité est votre destin vous ne pourrez rien faire. Je parle en connaissance de cause.*

*Josée : Fanny Oliv Picard tout à fait j'ai eu des nuits tellement agitées jour après jour que je me suis autobloquée pour me protéger :( Oui la peur nous fait vivre dans une panique et une phobie dès qu'il faut aller se coucher :O J'ai du faire 3 standby et lâcher prise depuis 1 an avant de mieux gérer ces problématiques :p Je me protégeais a outrance dans réel succès avant de comprendre et apprendre à refuser ces contacts du bas astral :O J'ai demandé qu'on m'enlève ces capacités on m'a laisser un peu de repos :( mais il y avait malgré tous qq flashes ou ressentis ou contacts qui venaient me rappeler que tel était mon destin et qu'il fallait que j'accepte :)*

*Ariane : <3*

*L : je comprend tt a fait ce que vous ressentez lol je me reconnais !!! Moi j'ai parfois dormi avec la lumière allumée ! Lol J'ai été dans le déni pendant 5 ans, je refusais tt contact, et puis j'ai compris avec le temps , à force d'être harcelée Qu Il n'y avait rien à faire a part " accepter ", depuis je n'ai plus peur , bon j'avoue je n'aime pas quand ils me touchent lol mais le reste ça va. Depuis je suis beaucoup moins harcelée, mes nuits ne sont plus du tt agitées. La médiumnité peut se réveiller à n'importe quel âge.*

*Josée : oui n'importe quel âge mais je la traîne depuis toute jeune... C'est juste que je ne comprenais pas les manifestations et étais plutôt cartésienne a chch des explications logiques et scientifiques aux phénomènes...Après un choc émotionnel ya 4 ans tout s'est bouscule bcp trop rapidement :( :O Je dirais présence de guide/ange et/ou défunts on vous bouscule pour vous faire réagir et communiquer... Demandez qu'on vous envoie des messages par rêves ou télépathie peut être obtiendrez vous un Indice ;)*

*L : Tout à fait*

*Naïa : Je suis contente d'être arrivée dans ce groupe :) je crois que je vous cherchais depuis longtemps*

### *Annexe 3.20 : Accompagnement, 24 mars*

*L : Bonjour, j'ai rêvé que je prenais le train avec ma fille, mais oublié le ticket, je demande au chauffeur du train si ont peut descendre, mais il fait le tour de la ville avant qu'on puisse descendre lol, je devais accompagné ma fille à un concert, après je vois qu'elle accouche, donc soulagement d'être restée lol, je précise qu'en réalité ma fille a 17ans et pas enceinte, je vois aussi ma mère mais après c'est plus des chatons que je vois et qui viennent de naître dont un très grand comme un adulte couleur gris, après c'est trop flou pour en dire plus, merci pour votre interprétation, bonne journée à tous ☺*

*W : Que faisait votre mère dans ce rêve ?*

*L : Bonjour, je l'ai vue rapidement tenir le bébé*

*Estelle : Bonjour, Votre fille a un projet superficiel (probablement pro) qui la conduit à perdre le sens des valeurs. Il y a un risque autour de l'abus ou le vol moral des autres. L'influence de votre mère semble être dans le schéma de décision autour de la carrière de votre fille (mauvais entourage et mauvais conseiller).*

*L : Bonjour, ma fille fait un bac pro accueil et actuellement ça se passe pas bien , ça lui plait pas, elle a eut un mauvais stage, mais espère un mieux pour la prochaine fois, je sais que ça lui correspond pas, mais elle même ne sait pas ce qu'elle veut faire, et là j'ai coupée les ponts avec ma mère, j'espère sincèrement que ma fille puisse trouver son propre épanouissement personnel et qu'elle trouvera sa voie :), merci a vous*

*Estelle : Effectivement, il faut écouter ses rêves mais pas trop. Elle rêve de spectacle. Et ce n'est pas impossible mais, c'est une vie d'insécurité professionnelle. Il faut lui parler de l'après. Que va-t-elle faire ensuite ? C'est comme ça qu'on les aide à dépasser les années chiantes. Montrez lui les vidéos dramas autour de l'accueil au Japon. Cela va peut-être l'inspirer. L'accueil est une tradition dont la France a besoin. :)*

*L : Elle est fan de drama et tout ce qui concerne le japon, elle aime la culture asiatique oui si elle pouvait rentrer dans le monde du spectacle ça lui plairait bien mais elle me dit que c'est impossible, qu'elle est nulle en tout, elle m'a parlais aussi de devenir policière mais pas possible non plus....là elle a fait un stage accueil dans un institut bien être et la patronne a était infecte avec elle, en la rabaisant constamment et lui disant qu'au bout de 2j elle voulais la virée...elle a tenue 1mois comme ça :/ là elle essaye pour les hôtels a voir.....merci pour vos conseils*

*Estelle : Il y a plein de chose dans la culture asiatique en France. Ma fille dessine des mangas et apprend les arts français.*

*Tout dépend de ce qu'elle veut faire. Elle peut accueillir dans des boutiques japonaises par exemple. Il y a un secteur qu'elle aime et dans ce secteur on a toujours besoin d'hotesse d'accueil ou de vente. Elle peut ouvrir son petit resto de ramen avec des mangas partout.*

*Il ne faut pas fermer les portes. Si elle a de la culture (et elle a le temps d'en fabriquer), et qu'elle aime le secteur, il ne faut pas hésiter.*

*Qu'elle essaye de papoter avec ma fille. Elle lui parlera du milieu et de tout ce qu'on peut y faire.*

*A cet âge là, il faut être positif. Le compte twitter est le plus rapide pour les réponses. 😊*

L : elle aime pas le coté commerce et vente, c'est assez compliqué je dirais, a voir elle finira bien par trouver :)merci pour vos gentils message, je viens de transmettre le lien de votre fille <3

*Estelle : C'est dur à son âge. Mais, c'est juste un rythme à prendre. :)*

L : Oui pas évident, va falloir creuser encore pour trouver la bonne voie 😊

*U : On dirais que ta fille a du mal à savoir dans quelle voie elle veux aller. Ce rêve indique que tu essaie de l'aider et que du coup vous êtes un peu deux à ne pas contrôler cette situation et ne pas savoir où vous allez. Mais du coup tu perd le ticket... a voir^^ parce qu'en vrai elle peu prendre le ticket et le bus seul. :). Le fait qu'elle soit enceinte et quelle accouche montre un projet qui est en réflexion et qui aboutit. Pour les chats et ta maman je ne sais pas, tout dépend de ce que représente pour toi ces deux choses: le petit chat gris et ta maman ça t'evoque quoi ? Souvent on ne rêve pas vraiment des personnes mais de ce qu'elle représente*

*Est ce que ta maman a toi a eu un rôle pour toi dans ton orientation pro, en bien ou en mal ?*

L : Non du tout je me suis gérée au mieux a ce niveau là. juste que mes parents ont payée mes études et que j'ai du tout lacher, pratiquement a la fin suite a du harcèlement. Merci mais pourquoi je rêve souvent de cet endroit?

*Estelle : parce que vous n'y avez pas compris une leçon essentiel dans votre vie. :)*

### *Annexe 3.21 : Accompagnement, 18 mars (autre)*

S : Bonjour j ai rêve il y a 3 jour d un numéro de téléphone comportant 3 dis le 65 .Je sais que chaque numéro à sa signification mais sur internet on trouve beaucoup trop de choses ...Merci

*Paul : Donnez le numéro du téléphone entièrement pour qu'on puisse mieux en saisir le message qui est derrière.*

S : 06656565 le dernier chiffre n apparaissait pas

*Paul : Vous êtes célibataire ?*

S : Paul je n en sais rien dans une situation très compliquée en fait ou je ne sais plus vraiment partagée

*Paul : Vous ne savez plus partagée. Ca veut dire quoi exactement ?*

S : J étais avec une homme que je n aime plus un PN<sup>264</sup> que j essaye de quitter et je suis amoureuse d un qui pour des raisons inexplicées ne veut pas d histoire. Je ne me sens plus être avec personne.

*Paul : Vous êtes persuasive ?*

S : je croyais mais visiblement non

*Paul : Selon les calculs kabbalistiques effectués, il en ressort fortement que vous devez vous liéz à un homme.*

S : Paul c est effectivement mon souhait le plus cher

*Paul : Il faut revoir un peu ta feuille de route aussi car semble t'il plus haut vous dites que vous étiez avec un homme que vous n'aimez plus, on croirait que ce coeur aujourd'hui qui aime y à mourir après un temps ne l'aime plus.*

S : je suis toujours avec cet homme que je n aime plus

*Paul : Et l'autre ailleurs qui ne veut pas d'histoire. Un vrai triangle à 3*

S : c est ça....Mais totalement involontaire inconfortable et terriblement perturbant

*Paul : Usez alors de la persuasion afin de l'ejecter. Cest ça même le combiné téléphonique reçu en rêve*

S : Paul c'est-à-dire quitter l un pour avoir l autre ?

*Paul : Bah on veut ta tranquillité que tu sois bien et joyeuse d'où le combiné*

S: J ai à nouveau fait 2 rêves incompréhensibles ou les situations étaient inversées et l homme qui me repousse était en situation de souffrance je l entends me dire tu as 2 visages tu me dis quelque chose et des que tu pars tu vies autre chose ...et que de ne pas avancer avec moi le faisait souffrir...et dans le 2 ème rêve il est avec moi puis s en va et j essaye de regarder par les fenêtres car je sais qu' il est la mais je ne le vois plus ...ces 2 rêves m angoissent

*A : Aucun respect pour les autres... même pas de merci. ☹*

S : vous parlez pour Moi? pardonnez moi si je ne vous au pas dit merci mon tel est leposedes problèmes et je pensais l avoir fait ..dinc je vous remercie ceci dit j au

---

<sup>264</sup>Pervers narcissique

énormément de respect pour les personnes passant du temps sur les pages et apportant de l'aide mais votre intervention n'est pas sympathique

*A : Vous demandez une interprétation. Je vous fournis la réponse. Et vous surveillez mon commentaire. Ne faites pas semblant de ne l'avoir point vu ! Sur ceux, bonne soirée.*

S : je vous ai juste expliqué ce qu'il en était...Je remercie toutes les personnes qui gentiment m'aident et je suis désolée si vous êtes passés à la trappe ...Après j'avoue ne pas comprendre pourquoi vous êtes si virulent je ne crois pas justifier cette réaction

*A : Je ne suis pas virulente. Simplement j'ai des valeurs dont le respect.*

S : croyez bien que moi aussi

*Estelle : Bonjour, Les chiffres sont de moindre importance dans les rêves. Quelle était la scène autour de ces chiffres ?*

*Ils correspondent normalement, au besoin de contacter quelqu'un. On est sur du 665. On n'est pas loin de demander de l'aide à la mauvaise personne pour résoudre une situation par des moyens parfois douteux.*

*Mon expérience sur les sites comme ceux proposés est que bien qu'ils soient intéressants d'un point de vue culturel, ils sont trop éloignés de la réalité de l'inconscient et des rêves pour être utilisés par un néophyte.*

S : je ne me souviens pas du contexte mais je ne demanderais jamais de l'aide à une mauvaise je préfère être entouré d'amour que prendre des risques

*Estelle : Oui, mais parfois, on ne sait pas que la personne est mauvaise.*

*Ici, vous êtes une personne très positive et donc dans votre quotidien, le mal va être un peu plus diabolisé. ☺ Ce qui est normal pour votre voisin relèvera du mal pour vous. ☺*

S : je comprends c'est donc assez subjectif, comment faire la différence ?

*Estelle : C'est à dire ?*

### *Annexe 3.22 : Accompagnement, 28 mars*

F : Bonjour, Depuis environ 2-3 semaines je rêve souvent que mon copain me trompe, soit avec des personnes que je connais soit des inconnus. Cette nuit il m'avait trompé avec un mec qui était avec moi au collège.. ça devient vraiment dur car je commence à me faire des idées dès qu'il rentre 5-10 minutes en retard, qu'il reçoit un message, etc.. On se dispute souvent oui mais ça a toujours été comme ça depuis qu'on est ensemble donc je ne pense pas que ce soit un rapport. Qu'en pensez-vous ? Merci !

*A : Hello je fais souvent des rêve comme ça. Et toujours été prémonitoire. La dernière fois que j'ai fais un rêve ou un ami de mon homme me disais qu'il avait vu mon homme avec une nana et 2 jours après mon homme ma avoué qu'il draguais une nana et quil a couché avec. Je dis pas que toi aussi c'est prémonitoire ca peut-être juste que tu as peur et que ton cerveau le tourne à sa sauce.*

F : ça me fait encore plus peur...

*S : Bonjour soit c'est prémonitoire soit ce sont vos angoisses qui s'expriment*

F : je pense plus à des angoisses.. à voir

*S : d'accord si ça continue il faut vous en soucier pour régler ces angoisses par exemple la sophrologie ou l'homéopathie ou la relaxation via YouTube*

F : je vais regarder ça merci beaucoup !

*S : pour l'homéopathie c'est de l'ignatia Amara je vous en parle en connaissance de cause 😊. Ce que je vous conseille je le fais pour mes angoisses et ça fonctionne*

*V : On projete toujours sur l'autre ce qu'on est ou ce qu'on a peur de devenir....*

F : comment ça?

*V : par exemple qd on dit a qqun, qu'on le trouve méchant, c'est que nous avons cette méchanceté car nous attirons Toujours ceux qui nous ressemble.. "qui se ressemble s'assemble" est un proverbe réaliste....qqe peu déformé avec je tps....mais vrai, que ce soit en amitié, au travail ou à la maison ...autre exemple, qd j'avais 20 ans à mon entretien d'embauche, on m'a dder quel défaut je détestais le plus chez les autres, j'ai répondu l'hypocrisie....et en fait à cette époque, c'était moi l'hypocrite, heureusement j'ai vieilli 😊🙏*

*Estelle : Il y a un problème de confiance dans le couple. Il faut en parler et trouver une solution. Vous êtes au bout de votre résilience. Sans changement, il faudra envisager sérieusement un changement de partenaire.*

F : Merci bcp pour votre aide, je vais prendre ça au sérieux et en parler à mon copain, c'est vrai que notre couple se dégrade...

### *Annexe 3.23 : Accompagnement, 17 mars (autre)*

F : Bonjour, j'ai besoin d'une aide concernant un rêve que j'ai eu à faire, comment peut on comprendre le fait qu'on soit entrain de déféquer, ou de voir le plus souvent du déchet (caca)

*C : Bjr cela peut représenter un dégoût de quelque chose que vous avez fait ou une partie de vous...*

F : Ah ouais ?

*C : C'est généralement ce que ça représente. Avez vous fait quelque chose que vous regretter ?*



F : Bah pas vraiment

A : Je rejoins C. J'ai lu quelque part que ça pourrait dire que vous avez honte de quelque chose.

H : Rien a avoir avec ce que vous dite a chaque fois que tu reve voir du caca tu auras une Somme d,argent a la quelle tu ne t,attendait pas dans les trois jour qui suive

Tu as compris

F : Là c'est bien alors

Fa : Bonjour.. Besoin de vous liberez d'une certaine routine, decharger d'une contrainte... Peut etre aussi une perte d'estime de soi... Signe de faire place nette nouveau depart

Estelle : Bonjour, En général, la personne que vous voyez vous utilise pour son confort personnel ou pour gérer la merde. Néanmoins, tout ce qui a de la valeur est tenu loin de vous. Et, la trahison est au bout.

Exemple : femme à qui un homme a promis de quitter sa femme pour continuer d'avoir des rapports sexuels gratuits et consentis.

Cette femme verra souvent cet homme en train de déféquer.

Information : en France, de nos jours, un homme qui ment à un femme sur ses intentions réelles pour avoir des rapports sexuels s'appelle un violeur par surprise. Mesdames, ou messieurs, n'hésitez pas à porter plainte. C'est illégal et c'est un viol pour votre cerveau. Cela touche l'intime (ici, je donne des conseils de procédure juridiques gratuits au besoin).

Annexe 3.24 : Univers, 24 mars

Valérie : apprécie ce que tu as

L : Mais comment aller mieux là actuellement ? Je fais que des crises d'angoisses, panique , stress a tout va ! Que faire pour me guérir un minimum a part aller voir un psy ?

Valérie : de te reposer et de plus penser c'est tout ce que je te demande maintenant, arrête de cogiter de penser.. c'est mental chez toi qu'il faut réparer, donc PLUS DE PENSÉES, FOUT TOI AU VERT, DORT PRENDS DES MEDICAMENTS POUR T'ASSOMER ET DORT LE PSY EST PAS BON POUR TOI ACTUELLEMENT tu as besoin de dormir

sois heureux de ce que tu as, tu as trois filles intelligentes belles et si heureuses de vous avoir tous les deux, et une femme superbe et inventive, creative, t as rien besoin de plus crois moi non tu va spas mourir j'ai pas vu ta mort lol surtout que vous avez aussi du fric, vous voyagez vous vous privez pas fin je te trouve débrouillard et c'est CA TA VIE, HEIN alors arrête de te comparer a te foutre la nausée avec untel et VIS TA VIE arrête de faire l'hypocrite de surjouer moi je les envie pas du tout les proprio

L : Je comprend. En tout cas là j'ai qu'une envie c'est de rentrer chez moi et me reposer ! Rentrer dans le 06

*Valérie : LE grand père de jessica a travaillé toute sa vie pour sa putain de barrique, il est mort 7 mois après sa retraite CROIS TU QUE C'EST CA ? ETRE PROPRIO ? ET CREVER EN PROPRIO ?*

L : Je comprend mais la j'ai des peur de mourir a 32ans, cest pas une vie non plus.

*Valérie : ton ego te manipule franchement comme je le dis, je les plains moi les proprio car ils se sont enlisés d'eux-mêmes dans la matiere... et inversement plus dure sera alors la chute... et ce sont les mêmes qu'on verra leurs âmes pleurer...*

### *Annexe 3.25 : Univers, 13 mars*

Ophélie : Bjr Valérie, bjr tlm ! Je suis dans le cabinet d'une psy (psy Vue hier pour ma fille) c'est une dame d'un âge certain avec de longs cheveux gris. Je suis avec mon compagnon, ma fille et mon' fils ainsi que la stagiaire de la psy. Notre fils pleure et se roule par terre en battant des jambes et la psy nous dit: « vous savez pour Lucas faudrait penser à un trouble autistique/asperger ! Lol ! Voilà c'est tout Merci et bonne journée

*Valérie : le psy c'est donc chez vous dans la cave, donc ya un truc qui remonte en surface, cette visite a surement réveillé un truc profond en vous, un karma aussi, on sait pas un traumatisme, en tout cas, cette psy et son cabinet c'est votre cave, celle dans laquelle on garde des choses pour les conserver et les manger plus tard ( comme la confiture ou pommes de terre ou charbon ) mais aussi des choses qui sont plus d'utilités, ou meme cassées qu'on doit penser à réparer, voyez? et ya des araignées dedans souvent et des rats parfois etc, fin voila, on a meme accès à différentes choses tuyauterie qui passent etc fin voila... le plan psy le psyché est de toute façon ce qui nous monte.. l'infrastructure... la base... donc ici on est dans votre " infrastructure " " base "*

*c'est une dame d'un âge certain avec de longs cheveux gris. c est surement la description de votre esprit ( qui est féminin apparemment )*

Ophélie : Pourtant il me semble que dans d'autred Rêves il était masculin

*Valérie : Je suis avec mon compagnon, ma fille et mon' fils ainsi que la stagiaire de la psy. le compagnon c'est vous, votre état d'esprit actuel dans VOTRE CHEMIN DE VIE*

*vosre fille vosre ascendan sur le plan mental, ( vosre intelligence en construction ) CELUI QU'ON DOIT AMELIORER le long de son cheminement et l'amener a la maturité.. afin d'en faire une vraie bonne facette ou faculté de vosre esprit.. ( on se construit tous en incarnant nos facettes, on leur donne " matiere " qu'on dit*

*une réalité en soi... une construction un corps une structure etc etc, tout est a notre image de toute.. que la stagiaire de la psy. La stagiaire... c'est etat d'âme... oui y a un rapport avec l'âme et son livre de vie, un karma ici qui ressort ou qui a ressurgit..*

*Notre fils pleure et se roule par terre en battant des jambes et la psy nous dit: « vous savez pour Lucas faudrait penser à un trouble autistique/asperger ! Lol ! le fils ici pareil que la fille mais sur le plan comportemental et ici sur le plan physique et comportemental on vous signale un probleme, se battre les jambes parlent de sa fragilité emotionnel*

*apparemment l'émotionnel est un plan comportemental ( appartenant et relié au plan mental mais qui se répercute donc dans le plan comportemental ) comme des troubles*

*alors comportementaux causés par nos émotions? possible je suis pas psy haha mais je vais regarder si ca peut être ca bougez pas..ah oui on dirait que ca parle de depression, la depression serait donc un trouble comportemental?*

*bref c est relié en tout cas , donc c'est ca. et la psy nous dit: « vous savez pour Lucas faudrait penser à un trouble autistique/asperger ! Lol ! on parle de vous donc ici, pas de votre fils a proprement parlé même si tout est relatif a notre plan physique en analogie, ici le fils c'est VOTRE TROUBLE DU COMPORTEMENT et on parle donc de autistique asperger je regarde ca*

*Les principales caractéristiques d'une personne atteinte du syndrome d'Asperger incluent un manque de socialisation, un manque de communication non verbale, ben vi du coup de votre depression vous vous renfermez*

*on vous dit ca, ca vous enferme en vous, vous vous emprisonnez et ca remonte apparemment une mémoire ancienne que c'est pas nouveau, vous avez un trouble de comportement qui date pas que de cette vie, ca touche votre esprit père et vos états incarnés, comme vous actuellement incarnée ici bas, vous en êtes donc touchée... par héritage dans votre package de naissance lol*

*c'est en vous, c'est un travail a faire donc car comptabilisé comme d'un karma sur le plan comportemental et le fait qu'on vous retranche dans la depression est non pas en mal, mais en bien, c'est pour vous aider a travailler sur ce trouble de l'enfermement, de l'anti social aussi.. vous avez du meme avoir des vies de rebelles, de voleur, de mec qu'on fout...[Voir plus](#)*

*Ophélie : Il est intéressant ce rêve*

*Valérie : oui finalement petit mais très complet si on le regarde bien, il parle bcp en tout cas on vous amène a travailler ce secteur donc.. voyez ca en positif pour vous.. toute chose en négatif nous amène a travailler de toute façon.. la mort d'un enfant ( que j'ai vécu ) m'a amené a travailler sur moi*

*vous, votre faiblesse c'est sur le plane émotionnel et on dirait la féminité, vote féminité qui est a travailler, vous etes masculine... vous agissez souvent comme un mec, dominante etc... et vous négligez ce plan emotionnel de la femme, de ce corps mental.. depuis tellement de siècles apparemment c'est votre esprit.. . que je pensais masculin et qui est vraisemblément une femme... une femme qui est cachée.. révélez la...*

*Ophélie : Oui avec un rêve si court je pensais pas avoir autant de choses !*

*Valérie : et structurez vos emotions oui*

*Ophélie : Comment puis je travailler ça si ça remonte à plusieurs vies ? Je re dans 5 min*

*Valérie : disons que ca remonte a plusieurs vie car c'est carrément dans votre esprit, c'est en lui., sa faille, faiblesse, défaut... du coup vous héritez en package naissance, depuis de vie en vie*

*je sais pas comment travailler ca, je suis pas psy lol, mais j'ai l'impression qu'on doit s'adoucir, faire confiance, agir en passive, la femme est une force mentale, passive, et l'homme une force comportementale, active, vous avez une faille sur la force passive, et qui se répercute sur l'actif mais en format negatif... du coup*

*agressivité, renfermement de soi, colère caractère froid ou distant, domination qui ne laisse aucun choix etc vous devez je pense vous assouplir dans ce sens... laissez cette*

*femme venir en vous, et la laisser parler de ses émotions, de sa douceur intérieure etc, je sais pas comment travailler ça, mais ça doit être un truc comme ça que votre esprit femme ressent ce besoin de s'affirmer femme, qu'elle sort de ses nuits et qu'elle n'a plus peur d'être ce qu'elle est, sans devoir se faire passer pour ce qu'elle est pas, un homme.. un esprit masculin que j'ai souvent ressenti en vous, alors que ici moi je vois la femme ( la vieille )*

*et y a même une stagiaire... son état d'âme qui la suit... c'est une femme oui et vous l'enfermez dans votre cave... dans ce passé... si lointain, p-e l'atlas... femme qui a décidé de se foutre en homme car plus facile à vivre...*

Ophélie : C'est quoi l'atlas ?

*Valérie : C'est votre âme vous êtes une atlas je l'avais vu...malheureusement ce sont les plus marqués...*

Ophélie : Ancienne âme ?

*Valérie : oui très très et venant d'une autre galaxie lol ( capitainnnne flammmmmm lol ) mais c'est l'idée, les Atlantes atlas etc...à vous de voir pourquoi... et comment et quand etc*

Ophélie : Ouais... pas simple ! 🤔 🏠

*Valérie : vu que vous un psy pour votre fille, demandez lui pour vous, vis-à-vis de ce qu'on parle ? si elle a une réponse ? eux c'est leur boulot, donc la théorie ils doivent savoir comment faire*

Ophélie : Nous n'allons sûrement pas la revoir car c'était juste pour le test Qi de ma fille... Et puis les psy j'ai pas envie d'y passer ma vie ! Et financièrement je peux pas là ! Je devrais pouvoir trouver des outils avec ce que j'ai déjà dans ma boîte...!? Je suis sous antidépresseurs depuis fin de semaine dernière... j'ai besoin de remonter la pente pour commencer...Ce n'est pas la première fois que je tombe comme ça et c'est fatiguant de ne pas réussir à ne pas retomber si bas ! \*À ne pas retomber

*Valérie : ah voilà donc bien en dépression ok. ben oui faut trouver donc les idées de se réparer mais on sait ou maintenant non? relisez moi et je sais vous saurez trouver comment faire*

*oui c'est pas la première fois on la vu dans le rêve vous le dites car c'est dans votre esprit père...dans votre pack de naissance lol tant que vous travaillerez pas sérieusement la ou ça blesse, ça reviendra... donc allez op on s'y colle vraiment !*

Ophélie : S'adoucir oui mais être passive ... hum comment dire ? Merci en tout cas Je vais lire et relire cet interprétation ...

### *Annexe 3.26 : Accompagnement, 10 mars*

T : Bonjour :) J'ai rêver que je rencontrais une jeune fille vers la gare qui me disait qu'elle avait accouché suite à un déclenchement et me parlait que un autre hôpital avait pas voulu la faire

accouché car elle était trop jeune alors il on était très méchant avec elle . Ça veut dire quelques choses ? Merci d'avance et belle journée <3 <3

*A : Bonjour. Je vais essayer d'interpréter. Rêver d'une femme enceinte peut signifier l'achèvement d'un projet.*

*Dans votre rêve, quelque chose ou quelqu'un bloque son accomplissement mais vous parviendrez quand même à atteindre votre but.*

*Je débute dans les interprétations. Si vous avez d'autres réponses, prenez les en considération aussi. Attendez une ou deux semaines et voyez ce qu'il se passe :)*

T : Merci 😊

*Estelle : Rappel : Il est dangereux de déclencher l'accouchement. Il y a des risques de césarienne et bien pire. Ici, vous réfléchissez au projet qui va naître en avance. Est-ce bien de précipiter les choses ? Et cette opinion est décidée par la maternité chez la femme. La réponse est toujours « non ». C'est forcément prendre un risque. De plus, ce n'est pas méchant de ne pas céder au caprice de la patiente. On a ici un joli nœud de méditation sur le bien et le mal à résoudre pour avancer. C'est un problème de caprice « je veux tout de suite »*

T : Merci :) Mais il me semble que c'était pas un caprice son bébé était en danger

*Estelle : Pas dans votre description 😊*

### *Annexe 3.27 : Univers, 13 mars*

Valérie : Bon je vous préviens les pseudos médiums, vous insistez pour rentrer OK je vous laisse entrer, par autant d'insistance, mais si vous venez faire votre PUB de parasites arnaques je vous éjecte plus vite que votre ombre. On est tous d'accord ? Moi les fake médiums je me les renifle comme un gâteau qui sort du four. Vous me faites pas chier, et je vous fais pas chier avec vos mythos. Merci. (je déconne pas hein ^^)

*C : Il y avait longtemps que tu n'en avais plus parlé mdr C'est bien, maintenant, tu les laisses venir, mais tu les préviens avant de leur rentrer dans le lard 🤪🤪🤪 Tu t'assagis ? 😊*

Valérie : haha ouais tous les ans je dois faire leur topo a ces fakes mais en ce moment j'ai un arrivage donc j'en ai refoulé deux trois, je sais pas encore si c'est des nouveaux comptes de mêmes gens, on verra bien. les gens ont tellement de comptes, que j'hallucine d'en avoir qu'un LOL

*C : Alors là, Valérie, c'est pour toi, rien que pour toi. Y en a qui comprennent ..et puis y a les autres 😊*

Valérie : surtout qu'on se demande ce qu'ils entendent par médium spirituel, ils vont s'inventer des particules ces fakes c'est incroyable, bande d'escrocs on devrait vraiment ouvrir une loi contre ces gens et les foutre en taule

je le savais hein, je l'ai senti celui arriver hahaha je l'ai accepter mais n fait c'est le meme sous un autre compte, j'en ai un autre qui devrait pas tarder a se manifester... ( je pense aussi le meme )

*C : Mais la phrase je peux régler vos problèmes, c'est quand même le top ! Par contre, la prochaine fois, je poserais la question de savoir s'il paye aussi les factures en plus de résoudre mes problèmes :) mdr*

Valérie : mdrrr surtout que vous, VOUS AVEZ UNE FACULTE DE VOYANCE, vous devriez lui dire LOL genre faire enragé lol haha ils me font rire et m'énervent a la fois ces fakes bonne soirée :)

## **Annexe 4 : Extraits d'entretien**

### *Annexe 4.1 : Autour du développement personnel*

*« Le domaine en expansion je le vois bien oui parce que je m'y intéresse, à Carrefour machin en carton avec le feng shui, la méditation, machin pour les nuls, hypnose, thérapies. C'est du vieux mais à la mode maintenant, les gens commencent à vouloir prendre soin de leur esprit mais plutôt grâce à quelqu'un. La méditation c'est travail par soi même et sur soi qui est compliqué. » (entretien avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être)*

*« J'ai toujours été très attirée même ado par les cartes, le pendule, etcetera. C'est survenu petit à petit, vers 2010 tout ce qui est énergétique je crois, ça me parle, ça me correspond. J'ai des cartes, et puis le chamanisme en fait, dès qu'une porte s'ouvre j'aime connaître, je vais m'instruire, réincorporer un savoir que je pense avoir à l'intérieur, ça me sert, c'est en moi. » (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée)*

*« Je suis éducatrice spécialisée auprès d'enfants déficients intellectuels, j'aide les enfants à essayer de rester un peu dans le scolaire, on essaye de maintenir des petits pansements comme on peut. C'est comme une transition dans ma vie, je pense faire plus de libéral autour de l'énergétique, de la guidance par les cartes, les rêves, plusieurs outils pour guider les gens sur leur chemin, c'est encore en maturation. Je fais des formations en parallèle et puis voilà, j'ai une petite famille j'ai trois filles. On a créé avec des collègues une asso de bien-être de travail autour des enfants. L'idée c'est de créer un lieu de ressources avec les enfants qui décrochent scolairement pour se ressourcer dans la nature autour du bien-être. Je vois plein de choses dans mes rêves par rapport à tout ça, les rêves viennent me dire quand ça bloque ou pas. C'est comme un carrefour avec plein de choses dans ma tête plein de questions, on essaye de réussir avec les moyens du bord.*

Vous faites quoi comme formation par exemple ?

*Par exemple je me forme à l'art-thérapie et l'énergétique. Je ne me sentais pas crédible et du coup dans mes rêves j'ai demandé quelle formation je devrais faire, on me disait art-thérapie et énergétique, on me disait "tu vois bien que t'aimes ça c'est ton truc". Je pose des questions. C'est quelque chose que j'utilise, c'est presque que des outils, l'idée c'est d'aider chacun aussi bien au niveau de la création. Ce sont des outils pour aider les gens à voir au-delà de la matière, qu'ils apprennent à se guérir eux-mêmes. Dans les rêves on peut tout faire, il y a cette impression de sacré, de puissance qu'on sent pas vraiment dans la vie.» (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée)*

*« Pour mes blocages je travaille avec "access consciousness", donc ça en fait c'est deux américains qui ont développé un processus qui permet d'accéder à la conscience par le biais de questionnements. Il y a un rapport à la question, au lieu d'être toujours dans la conclusion, le jugement, la fermeture au niveau de la conscience universelle, on va être carrément dans l'ouverture. Il existe beaucoup de livres et de processus corporels pour opérer un déblayage mental et accéder à la liberté de conscience, il faut vivre sa vie avec conscience et avec le mental et en se responsabilisant, en sortant du rôle de "victime bourreau sauveur" et en étant pleinement acteur de sa vie, avec les infinies possibilités de l'univers..» (Entretien téléphonique avec Christelle, 40 ans, commerçante)*

*« Depuis toute petite j'ai toujours regardé le ciel en disant qu'il y avait plein de choses là-haut, naturellement on revient à ce qui nous inspire. Je regarde de temps en temps quel genre de groupes existent mais je reste jamais très longtemps sur les groupes, c'est pas vraiment ce que je recherche non plus. Ce sont les groupes qui se disent "énergie positive" que je trouve tellement négatifs que c'est plombant. Je regarde, je lis des commentaires, je lis des choses et finis par sortir, c'est trop négatif, les gens sont dans leur prison et ils disent vouloir en sortir mais sont bien dans leur prison quoi. Je ne sais pas où ils ont mis la clé.*

Qu'est-ce que vous trouvez négatif ?

*C'est la façon dont ils parlent, beaucoup postent leurs photos pour avoir les ressentis. On se dit "ok d'accord". J'ai ce truc aussi je sais lire dans les gens, voir dans les gens, et quand je vois les gens je me dis non.» (Entretien téléphonique avec Christelle, 40 ans, commerçante)*

#### *Annexe 4.2 : Autour de l'intérêt pour les rêves*

« Comment vous êtes vous retrouvé sur le groupe facebook ?

*Juste par hasard! J'ai vu le groupe dans mon actus est cela m'a intéressé. Est j'y ai adhéré. »* (Entretien messenger avec Mahé, 28 ans, en recherche d'emploi)

*« J'étais sur les forums vers l'âge de 14-15 ans, j'ai commencé via les forums, ils sont devenus assez inactifs je me suis rabattue sur les groupes Facebook. J'ai commencé à m'intéresser aux rêves j'avais 14 ans à l'époque. J'étais à l'internat et j'avais fait des rêves très prenants, très particuliers, et il y avait une psy scolaire je savais que la psycho s'intéressait au domaine du rêve. Un peu surprise elle m'a juste dit "bah c'est qu'un rêve" ça ne lui a pas inspiré de réponse à m'apporter j'ai un petit peu laissé tomber. Je faisais des rêves très longs, c'étaient de belles histoires des fois des images, ça me marquait ça me touchait. Un jour je suis allée sur un forum où des personnes ont interprété mes rêves j'ai tissé des liens avec des personnes à l'époque je me rappelais de trois ou quatre rêves par nuit.»* (Entretien téléphonique avec Anastasia, 24 ans, étudiante en psychologie)

*« Je suis sur Accompagnement pour interpréter les rêves, je sais qu'il y a des groupes plus spécialisés que d'autres. J'ai quelques groupes pour tout ce qui est messages des défunts, j'ai moi-même vécu le décès de personnes proches, j'ai perdu mon papa et ma sœur»* (Entretien téléphonique avec Lise, 27 ans, en recherche d'emploi)

*« Le monde onirique m'a toujours plus, j'ai commencé à lire du Freud j'avais 14-15 ans, tout ce qui était psychanalyse, Jung, Lacan, et puis finalement j'ai laissé tomber tout ça mais j'ai toujours été une grande rêveuse. Je voulais être psychanalyste à un moment. »* (Entretien téléphonique avec Leïla, 34 ans, employée dans une résidence pour seniors)

*« Et donc vous avez commencé à vous intéresser quand aux rêves ?*

*Bon, il faut dire que très jeune, 13 ans, j'avais déjà un truc un goût sacré pour le cultisme quoi. J'étais en classe de troisième à l'époque, ça s'est développé, j'entrais dans les librairies et tout et tout j'ai expérimenté comme ça, au fur et à mesure. Le rêve c'est lorsque l'âme sort du corps. Au niveau des expériences de l'autre côté, lorsqu'on sort c'est quelque chose d'assez puissant, un va-et-vient tout se parle, tout ce panorama qui vit là-bas se répercute dedans. On dit il y a des rêves mécaniques et des rêves symboliques. Là encore un rêve mécanique c'est un peu dû au stress de la journée quoi, cette surcharge du poids. Tandis qu'un rêve symbolique par contre il y a un message de la divinité des maîtres et autre. Un rêve c'est comme un message qu'on vous donne, c'est comme une lettre qu'on vous donne, il faut pouvoir ouvrir la lettre pour voir ce qui est écrit dedans. L'interprétation c'est saisir le message qui s'y trouve à l'intérieur. »* (Entretien téléphonique avec Paul)

#### *Annexe 4.3 : Autour des méthodes d'interprétation*

##### Paul sur Accompagnement



« Comment est-ce que vous construisez vos interprétations ?

*Bay des symboles, archetypes, lois d'analogie, correspondances où des contraires et surtout l'intuition. Car l'intuition du Maître dépasse la technique.*

Où avez-vous appris ça ?

*Par l'analyse d'un fait puis investigations.*

Je ne suis pas sûre de comprendre ce que vous voulez dire. En quoi consiste l'investigation ?

*La Divinité nous parle sous forme de symboles et pour pouvoir décrypter ce symbolisme il faut pouvoir méditer pour avoir la compréhension dudit message.*

Quelle divinité ?

*Dieu où les Maîtres où encore les Anges. »*

#### André sur Accompagnement

*« Il y a de multiples façons d'interpréter les rêves, sur les sites il y a une dominante dans la façon d'interpréter les rêves, un peu comme les marabouts "ouais tu vas gagner de l'argent, faire une belle rencontre". D'autres qui vont plutôt faire des approches sur les esprits, "c'est l'esprit du grand père qui te rejoins pour dire quelque chose". Moi je les interprète d'une façon psychanalytique au travers du travail de Jung, lui il appelle ça la thérapie des profondeurs. Votre inconscient c'est 90% de votre personne, il vous connaît mieux que vous ne vous connaissez. En termes de technique un rêve est toujours structuré. Un rêve classique il y a une première phase d'exposition du rêve, la problématique, puis une part narrative assez longue qui elle reprend par rapport à la problématique depuis le début, qu'est-ce qui a impacté cette problématique, les grandes dates d'évolution de la personne, tout l'environnement familial. A la fin du rêve très souvent il y a la résolution, l'inconscient donne une direction à suivre. C'est la structure habituelle. Il faut vraiment se battre avec le texte et découvrir au travers de chaque mot le sens caché. Parfois on dirait un récit de la réalité, à dépasser pour voir ce qu'il y a en dessous. Souvent c'est dans les mots, Jung parle de la langue des oiseaux, il faut chercher le sens des mots. »*

*« Il y a plein de symboles. L'avion qui se crashe, l'air est masculin, la terre est féminine. L'avion est un élément masculin, quelque chose de masculin qui tombe par terre c'est que la structure masculine n'a pas tenu le coup. Ces gens-là ont souvent des problèmes de vertige, le père ne donne pas de structure. Même idée quand une bombe atomique tombe sur un village, on me dit "j'ouvre la porte extérieure, c'est dangereux, une bombe explose". Ça explique que la personne n'a pas eu les codes clés du père pour comprendre que le monde extérieur n'est pas dangereux. Ces deux rêves du monsieur montrent que*

*même si le père était présent il n'avait pas de référent masculin. Il n'a pas pu se construire, c'est le masculin qui apporte des structures. Je travaille beaucoup sur le féminin-masculin. Prenez un groupe de femmes, ça parle, ça parle, ça se répand c'est comme l'eau. Le masculin c'est le tuyau qui va contenir l'eau, et c'est comme ça qu'elle va devenir fertile. Le tuyau sans eau n'est rien, l'eau sans tuyau non plus, c'est pourquoi la nuance féminin-masculin est utile. C'est une longue histoire, les personnes qui n'arrivent pas à contenir leurs émotions n'ont pas eu du père les structures pour les contenir, elles entrent en burn out parce qu'elles n'ont pas aujourd'hui les structures pour dire non, le féminin va dire oui, si le masculin dit pas non on s'épuise. »*

### Karine sur Accompagnement

*« Quand je propose des interprétations, c'est mon ressenti à moi par rapport à mon vécu, si j'avais fait ce rêve là qu'est-ce que moi j'aurais dit, après je peux pas aller dans les détails pour les personnes, j'aime interpréter avec mes rêves, c'est automatique pour moi. Sur les groupes je me disais tiens c'est intéressant, si je peux interpréter et aider les gens, me conforter moi dans mes interprétations. Des fois il y a des rêves qui me parlent, j'interprète sur ceux où le symbole arrive tout de suite. On est peut-être relié à certains rêves parce que ça nous parle donc plus de facilité. "Tiens ce rêve là me dit quelque chose". Quand je peux apporter ma petite pierre à l'édifice...» (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée, interprète sur Révélations)*

### Catherine sur Révélations

*« J'ai commencé très jeune à m'y intéresser, à avoir des manifestations, des rêves prémonitoires. Pour les comprendre j'ai commencé à analyser mes rêves, j'ai pris des bouquins, notamment un qui est mon bouquin de chevet qui est "Le rêve et ses symboles" de Marie Coupal. Il est très très très très très bien, un bon truc pour commencer, après j'ai lu Georges Romey "Encyclopédie de la symbolique des rêves", là c'est vraiment psychologique, la pratique du praticien qui analyse les rêves, ça cadrerait avec tout mon cursus. Ça permet de comprendre quels sont les différents types de rêves, leur portée, le rêve c'est l'inconscient qui parle au conscient. Par le biais de symboles ça donne des réponses à la personne qui se pose des questions. Chacun a sa symbolique personnelle, vous prenez un ours pour certaines personnes c'est un animal dangereux, pour d'autres un gros nounours. Chacun a sa symbolique, l'abeille pour certains ça va être le travail, pour d'autres la vie en communauté, pour d'autres la peur car ils se sont fait piquer. Il y a l'inconscient collectif par Jung, avec des symboles collectifs comme l'abeille et le travail, l'ours qui va être un animal doux qui hiberne et se coupe du monde, gentil mais faut pas l'énerver sinon on se prend un gros coup de patte. Il y a une symbolique générale et universelle mais chacun va y poser sa symbolique personnelle, le rêve parle à chaque rêveur et pas aux autres. La plupart du temps à la fin de mes interprétations je mets "à voir si ça vous parle". Je vais avoir un rapport presque médiumnique, je lis le rêve je sais à l'intérieur de qui il parle, après je prends mon bouquin pour pas raconter des conneries.*

Vous savez tout de suite de quoi le rêve parle quand ce sont vos rêves ou ceux des autres ?

*Ceux des autres aussi. Je peux passer une après-midi sur un rêve, je reviens toujours sur mon impression première. La première impression est la bonne, la plupart du temps je touche juste. Je demande pas d'explications, je demande pas qu'on raconte sa vie. Je peux demander des infos supplémentaires, "est-ce qu'il y avait une couleur", "cette chose-là avait-elle une couleur particulière". Chaque détail peut devenir un symbole. Ce n'est pas facile de faire l'analyse de rêves de personnes que je connais pas mais j'y arrive car je pars du général avant de toucher un symbole plus personnel, des symboles de temps par exemple. Ce truc remonte à tel temps car il y a ce chiffre, ça doit remonter à trois mois ou trois ans il faut chercher, et on me dit ah oui il y a ça, la personne doit chercher par rapport à son vécu. »*

*« Avec ma mère en rigolant on se disait que tout me ramène toujours là-dessus. J'ai beau trouver du boulot j'arrive en fin de contrat et je me retrouve à la maison à faire des cartes et analyser les rêves. Est-ce que c'est le message "lance-toi", c'est ce que me dit mon mari, fais des cartes fais du reiki, analyse les rêves de ceux qui en ont besoin, mais je me sens pas légitime, je me sens pas une grande medium, je me sens pas encore de faire ça mais j'aime ça, j'adore quand on vient me voir pour me dire "dis-moi ce que ça veut dire mon rêve lis-moi les cartes", j'aime savoir que ce que j'ai dit est vrai, je sais que j'ai un potentiel il faut l'utiliser, mais pas dans un but égocentrique. J'aime aider, apporter une solution à quelqu'un, lui permettre d'avancer sur un truc sur lequel il bloque, le rêve vient quand on bloque sur quelque chose dans sa vie on ne sait pas comment faire on bloque sur la réalité, il y a la solution en face et on refuse de la voir. Quand on me dit "ah merci ça m'a aidé et tout c'est bien, c'est pas dans le but je suis la plus forte. »*

*« Je copie les rêves, je les mets sur un fichier word, je mets tous les symboles utiles et je fais mon interprétation, je fais chaque mot. Je fais un petit laïus d'interprétation, après c'est au rêveur de faire le travail de mise en relation de cette interprétation avec ce qu'il vit. Il faut accepter d'entendre ce qu'il y a à voir et cette analyse de rêve. Des fois on n'est pas prêt à entendre ce qu'il y a à dire, des fois l'interprétation est hasardeuse. Il y a des interprétations je les lis je rigole toute seule, je ne veux pas dénigrer c'est bien ce qu'ils font et on avance, mais des fois je complète, s'il y a un symbole qui a été oublié. Une fois il y avait un rêve analysé par Lulu, j'ai précisé "oui c'est tout à fait ça mais ne pas oublier que le symbole veut dire tel ou tel truc". Par exemple il y avait un rêve où elle se faisait percer les dents avec une perceuse, Lulu avait répondu sans réfléchir au mot perceuse, j'ai cherché dans plusieurs livres, et je lui ai expliqué que le mot perceuse représente l'aération, le fait ne pas se fermer totalement, ou qu'il faut crever l'abcès. Je lui ai dit, je mets toujours des bémols je ne veux pas être affirmative et tout, "peut-être que ce rêve indique que quelqu'un vous dit de ne pas vous fermer totalement, ou que quelqu'un veut crever l'abcès, en espérant que ça vous parle" Elle a taggé quelqu'un "ça te parle ?" l'autre a répondu "c'est dingue, trop exact". Ce n'est pas une question d'ego ou de satisfaction personnelle, je suis contente si ça a aidé, si on me dit que effectivement ça travaille. Il y a des interprètes qui le font à l'arrache. » (Entretien téléphonique avec Catherine, interprète sur Révélation)*

*« J'ai commencé l'analyse des rêves il y a à peu près 20 ans, et sur Facebook il y a un an, un an et demi. Loulou et les autres sur le groupe de médiumnité me disaient "t'es trop forte", ils me taguent tous pour analyser les rêves, je dis "je peux me tromper comme tout le monde, Loulou m'a dit "tiens faudrait que tu fasses ton groupe", je pense que je suis assez humble pour dire "non je ne suis pas une pro je ne vais pas faire ma page" et je suis assez rigoriste pour si je fais un groupe, tout le monde analyse pas que moi, je suis pas la maîtresse du groupe... J'étais tombée sur un groupe comme ça et on m'avait "non c'est moi qui analyse", je voulais pas ce principe là, mais en même temps je me connais avec ma rigueur d'analyse comme je ne veux pas dire d'âneries, si je vois des gens qui écrivent n'importe quoi ça va m'énerver.» (Entretien téléphonique avec Catherine, interprète sur Révélation)*

### Véronique sur Révélation

*« J'ai toujours eu une grande intuition, un grand ressenti, alors j'ai compris avec les années et de nombreuses lectures qui ont nourris mon éveil à comprendre le fonctionnement du sommeil et du rêve. Le rêve a un langage particulier ; il parle en images. Du moins est-ce par des images que nous les racontons. Donc mon tout premier livre, Dictionnaire de l'interprétation des rêves, publié à l'édition Stanké. Plus tard devenue adulte ma passion pour les mystères des rêves étant toujours présente, j'ai lu beaucoup sur le livre sur le sommeil ainsi que la définition des symboles multiples qui se présente dans les rêves ainsi que sur l'évolution spirituelle, la médiumnité, la clairvoyance et bien d'autres. Donc le grand Freud, Carl Gustave Jung, Allan Kardec, Edgar Cayce, Dr. Raymond Moody, Nicole Gratton, et de nombreux autres. Pour faire une interprétation juste et complète voici ce qu'il faut pour débuter. LA DESCRIPTION DU REVE : Afin de rendre l'interprétation des rêves la plus compréhensible possible, il est essentiel de connaître certains critères ; Les SYMBOLES : tout ce qui a capté votre vision. Les EMOTIONS ressenties dans le rêve. Les GESTES posés par vous-mêmes ainsi que par les autres. Les PAROLES entendues ou prononcées. Les PENSEES, les réflexions apparues dans votre esprit au moment du rêve. Les COULEURS perçues, le ciel, les nuages, les murs, les vêtements, ect ect ; Le PRENOM et le NOM, des personnes présentes. Les LIEUX fréquentés, les changements d'endroits. Les différentes POSITIONS des gens par rapport à vous-même, c'est-à-dire le respect de la position des gens à votre DROITE à votre gauche, en ARRIERE de vous et DEVANT vous. Les CHIFFRES apparus dans le rêve. Le NOMBRE de PERSONNE, d'ANIMAUX, D'OBJETS , ect ect ;... L'interprétation d'un rêve étant une analyse de vous-même, de votre essence, de votre structure humaine personnelle, il est important de respecter des règles de base afin d'arriver à une analyse des plus réaliste possible. Cette mesure me permet d'éviter de*

*commettre une erreur lorsque je dois déterminer le domaine de votre vie ou survient un problème une difficulté, une surprise, ect ect. REGLE NO 1 : Effectuer une description la plus fidèle possible de tout le contenu du rêve. REGLE NO 2 : Placer chaque séquence du rêve dans l'ordre où elle ont été vécues. REGLE NO 3 : Situer l'exacte position des personnes par rapport à votre position dans le rêve. REGLE NO 4 ; Bien capter les messages donnés par les personnes décédées qui apparaissent dans vos clichés nocturne. (LES CLEFS DU REVE. Voici maintenant les différentes clefs dans les phases d'un rêve ; et c'est clefs se situe dans le scénario du rêve. La PREMIERE CLEF ; se trouve placée au tout début du rêve, à la toute première ligne, et reflète le vécu d'un problème ou d'une difficulté dans un quelconque domaine de votre vie. La DEUXIEME CLEF, se situe dans le corps du rêve et donne le pourquoi de cette difficulté, du problème vécu ou les bonheurs de la vie. La longueur du rêve détermine la complexité du problème, d'où la présence de rêves très brefs et d'autres parfois extrêmement longs. La TROISIEME CLEF ; se trouve placée à la fin d'un rêve, à la toute dernière ligne et donne solution idéal pour soi, la meilleure façon de s'y prendre pour régler cette difficulté vécu. »*

### Philippe sur Révélations

*« Je suis arrivé sur ce groupe un peu par hasard, c'est une cliente qui m'y a inscrit et voulait proposer ce que je fais aux membres du groupe. Beaucoup de gens qui veulent étudier leurs rêves achètent un bouquin avec des interprétations toute faites, alors qu'il y a tout un travail de symbolique à déchiffrer par rapport au rêve, qui devrait aller un peu plus loin que ce qu'on trouve dans les bouquins. J'en connais peu qui ont une approche vraiment, comment dire, réaliste, l'approche est souvent un peu trop fantaisiste.*

Comment est-ce que vous procédez ?

*Alors moi je demande, parce que je le fais aussi pour beaucoup de gens, j'ai besoin de deux informations, premièrement le thème astral du réveil qui se calcule au moment du réveil suite au rêve, la date, l'heure et le lieu, et aussi les coordonnées de naissance de la personne. Il y a un astrologue qui s'appelait Alexandre Volguine qui dans les années 50-60, qui se contentait de décrire et de montrer que le thème astral décrivait bien ce qui se passait dans les rêves. Je dis aux gens ce qui s'est passé dans le rêve. [...] Cet astrologue s'est arrêté là, c'est bien de constater les choses mais si ça ne sert à rien... Ça ne fait que confirmer que l'astrologie n'est pas bidon. Tant qu'à faire autant que ça apporte quelque chose aux gens. On peut comparer ce thème au thème de la personne, à partir de là comprendre si ça a un lien avec ce qui se passait dans la vie des gens.*

Comment est-ce que vous comparez ?

*Par exemple un ascendant, et bien je vais placer cet ascendant dans le thème de la personne, et regarder si des éléments importants dans le thème du rêve tels que le maître du rêve, ce que ça active dans le thème de la personne. Si l'ascendant du thème du rêve tombe dans la maison 10 du thème de la personne, le rêve a très souvent un lien avec sa situation professionnelle. C'est pas juste l'ascendant du rêve dans une maison, on regarde les superpositions d'aspect, les répétitions d'aspect dans les planètes, un*

*ensemble de choses. Ce qui est étonnant c'est que parfois il y a des rêves qui sont clairs, quelqu'un qui rêve qu'elle a son employeur au téléphone, et cet employeur elle l'a eu réellement au téléphone plus tard. Mais parfois il faut creuser un peu plus pour voir le lien. »*

*« C'est encore, chez moi c'est encore à l'état de recherche. Déjà pour l'interprétation des rêves je ne fais pas payer de consultation pour l'instant, mais ce que je constate quand même d'après les recours que donnent les gens la réalité rejoint le rêve bien souvent. Et puis la plupart des gens pour qui je fais trouvent une forme d'aide avec ces interprétations. A ce qu'on me dit c'est plus intéressant que de simples définitions par des bouquins. Certaines images vues en rêve entre deux personnes ne vont pas forcément avoir la même signification. On creuse, c'est plus un échange, une discussion. En l'occurrence le rêve décrit avec le feu ça montre bien en discutant avec la personne ça décrit bien là où elle est dans sa vie actuellement. J'ai encouragé les gens à en parler autour d'eux pour avoir de la matière à étudier, des rêves venant de gens tout à fait bien dans leur vie. Si on y regarde de plus près, les rêves, plus les gens sont préoccupés, et plus ils font de rêves j'ai l'impression. Je m'autoinfluence peut être moi quand j'ai des préoccupations. Je me suis séparé il y a six ans, cette période-là j'ai fait énormément de rêves. Plus les gens sont préoccupés plus ils font de rêves et plus ils se rappellent de leurs rêves. Je pense que tout le monde rêve. Il y a souvent une préoccupation importante qui se cache derrière, qui motive le fait de me contacter. »*

### Valérie sur Univers

*« Vous avez tout de suite su interpréter comme ça, avec les phrases qui se transforment ?*

*Non au fur et à mesure, j'ai pas eu ça d'un coup. Au fur et à mesure que j'ai commencé à faire des analyses, que les gens sont venus vers moi, j'ai fait aussi des livres de vie, je rentre en contact avec l'âme, le plan. Ça dépend qui est en contact, ça aussi ça me bloque, ça me fait des merdes. Plus je fais de livres de vie plus l'analyse de rêves est fluide, ceux qui me connaissent depuis le début voient la différence, au début je patinais ça ou ça, le mot bougeait, je voyais jamais si c'était vraiment clair. Je prenais souvent des références parce que je comprenais pas le mot, on voit un crocodile faut que j'aille chez google, quand je me dis qu'est-ce qu'il veut dire. C'est un crocodile je sais ce que c'est mais qu'est-ce qu'il veut dire dans ce rêve, Wikipedia qui est ma source, je vais imprimer, le lis, la lecture va me révéler des images dans ma tête "oh putain c'est ça". C'est comme ça que je fonctionne, des images que je veux voir ou des phrases, des mots, le crocodile va dire émotion acérée, le crocodile veut dire n'importe quoi et tout à la fois ça dépend le rêve. Dans un rêve ça peut dire aussi mordant, "ah putain mais c'est ça", rejoindre le rêve et ça va concorder et les gens se disent "ah oui c'est vrai". Je sais pas comment je fais mais les gens se situent bien, je leur raconte leur vie, je les vois en scène, la personne en train de tatatata ça va me donner aussi une idée de cette personne, je vais voir aussi cette maladie, amener la personne dedans, faire face à ce qu'elle subit en essayant de l'aider. »*

*« C'est comme une décharge publique, on vide tout sur le sol, l'esprit va trier, ça je comprends, ça je comprends pas du tout, il va remonter, tout ce qui remonte il va le mettre de côté Le cerveau pour comprendre tout ce qui lui est remonté, il le comprend pour le sortir de lui-même il faut qu'il le fasse en image. Il prend toutes les images qu'il connaît consciemment ou inconsciemment, des images que vous voyez dans la rue une fraction de seconde votre œil les a reconnues, on invente pas. Si vraiment il y a des dragons imaginaires ça vient du plan imaginaire, on analyse comme ça, c'est un peu gros énorme et tout le plan imaginaire. [...] Et si on connaît les codes du cerveau, on arrive à décrypter, à voir ce qu'il dit. Je vois la phrase comme si la phrase se transformait d'un coup et on voit le texte en clair, je vois exactement ce qu'il me raconte. »*

### Blandine (interprète ses propres rêves)

« Vous faites comment pour interpréter ?

*J'utilisais des dictionnaires de rêve mais j'en ai plus besoin. Si vraiment il y a quelque chose que j'ai jamais eu dans un rêve, un animal ou quelque chose de particulier, je vais sur google sur internet, ça me donne quelques clés, ensuite mon intuition fait l'interprétation. Si j'ai besoin d'avoir confirmation pour un animal ou un autre, par exemple une fois j'ai fait un rêve assez glauque, j'accouchais d'un cheval, un rêve tordu ni queue ni tête. Je cherche la symbolique de l'animal, interprétation du cheval, d'accoucher d'un animal. L'accouchement, donner naissance, c'est donner vie à quelque chose de nouveau, je ramène beaucoup à moi, à l'intérieur de soi. L'accouchement, un bébé, la grossesse, c'est toujours une naissance en soi. Quelle est la symbolique du cheval, ce que va dégager le cheval, les qualités qui sont en train de naître au fond de moi. J'accouchais de moi même, d'une part de moi que je ne connaissais pas, une force ou je ne sais plus ce que le cheval représentait, sa symbolique. Je travaille aussi avec les cartes des animaux sacrés, des animaux totems, les animaux ne sont pas anodins. Je vais voir dans google, interprétation des rêves, sur plusieurs sites. Il y a souvent plusieurs interprétations, je prenais celle qui me faisait résonner, qui me faisait vibrer, je connais celle qui correspond bien à ma situation à moi. »*

### Christelle (interprète ses propres rêves)

*« L'aide extérieure vient surtout du cheminement personnel où à un moment donné on va piocher à droite à gauche, tomber sur un livre, sur un truc, sur une synchronicité. Ca vous parle vous ? Il faut suivre un peu son intuition, la première chose qui vous vient à l'esprit avec votre rêve et la première chose, il faut partir de là, la première émotion, de la peur, de la joie, partir de ça. Après où ça vous conduit ? Vous vous levez le matin, vous avez rêvé d'un cheval dans la mer en colère, qu'est-ce que ça réveille chez vous, qu'est-ce qu'il représente, on a un premier mot et il faut partir de là, un peu un brainstorming, à un moment ça va bloquer c'est le mental qui entre en jeu.*

Un peu comme la méthode de libre association qu'avait Freud ?

*J'ai lu tellement de choses, on crée son propre fonctionnement à un moment. Des trucs Freud et tout ça, j'ai lu là-dessus, pour moi c'est ma méthode, celle qui fonctionne pour moi.*

Vous interprétez les rêves d'autres personnes parfois ?

*Je le fais dans le cercle familial, avec des amis, avec l'entourage, ça m'est arrivé aussi de faire quelques trucs comme ça en message privé sur des groupes fermés, mais qui au départ sont pas forcément liés au rêve, des groupes sur l'intuition et la médiumnité, le pendule etcetera »*

#### *Annexe 4.4 : Autour de la spiritualité*

*« De famille on est croyant, catholiques. Quand même normalement ma famille a toujours plus ou moins consulté des voyants. Pour les croyants les purs qui pratiquent vraiment régulièrement la voyance est un péché mais dieu merci on est dans un monde plus ou moins évolué. » (Entretien téléphonique avec Lise, 27 ans, en recherche d'emploi)*

*« Je pense que l'inconscient c'est relié à notre âme. Vu que je suis croyante dans ce domaine là je pense qu'on a une forte connexion de nos deux âmes et du coup je pense que l'un comme l'autre on peut rêver, et s'aider mutuellement. Vu qu'en fait on a déjà pratiqué la télépathie. En fait bizarrement on en a pas parlé. Pourtant, à l'époque c'était peut-être moins accentué qu'aujourd'hui, pourtant ça fait partie de mon quotidien depuis que j'ai 8 ans. Ça a commencé à la suite de la mort de mon grand père paternel, je le voyais avant de m'endormir. Il n'apparaissait pas dans mes rêves, mais il me prévenait de la mort des gens, des maladies, etcetera. tout ce qui est glauque. Après mon premier copain j'ai développé un don de clairvoyance. Cette fois c'était mon grand-père maternel qui me donnait des visions de joies, de fêtes, de naissances. J'ai rencontré mon ex, et j'arrivais à prévoir ce qu'il allait se passer, et ça n'a pas loupé.*

Vous pouvez me donner un exemple ?

*La première fois que c'est arrivé on a fini la soirée à Halloween et à la fin, je suis épileptique je ne me suis pas sentie bien, et vu que je voulais pas faire une crise ça s'est développé en crise de panique en état de choc, je voulais pas faire de crises devant lui. Juste après quand me suis remise tout le monde me posait la question "ça va ?", s'occupait de moi, sauf lui bizarrement. Il était en retrait et me préparait une infusion, j'étais assise sur le canapé et regardais dans la cuisine, dans ma tête je me dis "y a que toi qui m'as pas demandé comment j'allais" et la seconde après il me demandait » (Entretien téléphonique avec Louise, 26 ans, sans activité professionnelle)*

*« Je fais des rêves lucides éveillés, des rêves prémonitoires. Il y a des rêves qui reflètent nos émotions de la journée, d'autres où nos défunts peuvent être une sorte de messenger, une visite qu'ils viennent nous rendre c'est un message. Des rêves prémonitoires tout le monde n'est pas forcément susceptible d'en faire, n'importe qui n'en fait pas, une ou deux fois dans une vie pour des choses importantes. On n'est pas tous prédestinés à en faire*



*ou à savoir. Il y a une part d'intuition médiumnique, une part de chose paranormale, quelqu'un qui aurait des facultés de medium ce n'est pas forcément pour lire l'avenir, ça fait partie de mes croyances très bizarres. Si on s'intéresse aux rêves je pense qu'on croit en d'autres choses. »* (Entretien téléphonique avec Camille, 35 ans, aide-soignante en EHPAD)

*« Je suis magnétiseuse depuis toujours, je le faisais quand j'étais enfant, j'ai eu un moment où je ne l'ai plus fait, j'avais peur de ce que je voyais, des choses de l'inconscient, et c'est pour ça que j'ai voulu comprendre l'inconscient. »* (Entretien avec Cécilia, 45 ans, magnétiseuse)

*« La première définition que je vous donnerais, c'est la définition scientifique. Le rêve sert au cerveau de défouloir, le cerveau va revivre des émotions pour les évacuer. On le fait rarement consciemment, on se débarasse du trop plein d'émotion ou de sensations dans les rêves pour les évacuer et les stocker, sinon on finit dépressif ou schizo. C'est la définition entre guillemets scientifique du rêve. Après pour moi le rêve j'ai un bouquin là dessus qui est génial, ça prendrait des heures à expliquer mais imaginez six milliards d'humains avec une atmosphère, une couverture nuageuse qui serait le monde onirique. Tous les soirs on va y faire un tour et y lire un bout de sa vie, votre esprit la nuit y va, c'est espace onirique commun à tout le monde, on peut croiser des gens, c'est un monde qui n'a aucune limite, notre esprit crée sa propre limite. Pour moi un rêve c'est pas juste notre cerveau qui nous balance des signaux électriques. Notre esprit a juste envie de se promener et de faire sa vie. Ça permet de sortir de son corps physique où on est enfermé toute la journée, je vis cette vie par procuration à travers les rêves. Dans ce monde onirique il y a d'autres gens, des esprits mais d'autres gens, plus ou moins proches de nous, qui ont des situations positives ou négatives »* (Entretien téléphonique avec Pascal, 37 ans, magasinier en industrie en reconversion dans le bien-être)

*« J'ai rencontré Philippe qui fait de l'astrologie, dans mes rêves j'ai la connaissance des mouvements énergétiques, des étoiles et des planètes, dans certains peuples on appelle ça la cosmologie, moi j'ai ce truc là. Ce qui était marrant quand on s'est rencontré, je lui disais "cette nuit j'ai rêvé de telle chose à venir", et en fait il me disait "tiens c'est marrant ce que tu me décris c'est la planète et exactement l'énergie qu'elle dégage en ce moment à telle heure". En fait je suis toujours un peu comme une gamine quand on échange, pour moi l'astrologie c'est scientifique, pour beaucoup non, mais pour moi ça l'est. Mais je suis surprise, émerveillée et dubitative de voir que l'on est connecté à tout ça et que on peut ressentir les flux planétaires. »* (Entretien téléphonique avec Cécilia, 45 ans, magnétiseuse)

*« J'étais à table avec un enfant, une femme et un homme. Je prends conscience du rêve et alors je m'adresse à eux. "Que faites-vous dans mon rêve ? Vous avez un message précis?" La femme me dit "oui oui, je sais tout sur toi et je ne mens jamais !" L'homme regarde la femme avec un air sévère, je comprends qu'il ne veut pas qu'elle me parle.*

*Alors je prends le temps de faire connaissance avec le garçon. Je lui dis "c'est sympa d'être comédien de rêve, c'est pour les cauchemars que ça ne doit pas être marrant". Il me répond "non ça va j'aime bien". Je m'étonne de sa réponse puis je reviens sur la femme "tu sais des choses sur mon avenir ?" Elle me dit oui ! Mais il faut mettre une pièce pour savoir. Et là tombe une machine à sous sur la table. Je cherche dans mes poches et rien. Je me réveille amusée en me disant que je m'étais bien faite avoir. Il est difficile pour moi de rester lucide longtemps, généralement je me réveille*

C'est génial comme exemple de rêve lucide. Vous avez déjà réussi à échanger avec ces "comédiens de rêve" ?

*Je sais que d'autres personnes arrivent à faire des rêves lucides plus poussés que les miens. Ils imaginent le scénario et font l'amour avec leurs stars préférées ! Moi je n'ai pas tant d'aisance. Généralement je les engueule parce que je ne comprends rien aux symboles et je leur dis d'être clairs. Là ils me regardent comme une folle. Je leur demande ce qu'ils font là mais je n'ai pas pensé à leur demander leur avis sur un problème précis, j'essaierai. Je vous conseille le livre de Catherine Dalançon, journal d'une rêveuse, pratique du rêve lucide. » (Entretien Messenger avec Mireille, 36 ans, joaillière)*

*« Cette nuit j'ai eu un rêve lucide et j'ai repensé à notre discussion. Aborder avec une personne mes problèmes du moment. Alors j'ai essayé avec une femme en lui disant que je comptais changer de travail et je lui demandais si c'était bon pour moi. Elle m'a répondu qu'elle n'en savait rien. Je me suis réveillée ensuite. Le problème avec mes rêves lucides c'est qu'ils deviennent lucides quand je suis déjà au bord du réveil. Je compte réessayer dès que possible » (Entretien Messenger avec Mireille, 36 ans, joaillière)*

*« Je fais des rêves très différents, certains sont en toile de fond, d'autres plus importants avec de gros souvenirs, je fais des rêves vibratoires, des rêves lucides où je peux poser mes questions. En rêve lucide quand je me rendors vers 5h du matin, je sens de grosses vibrations dans le corps comme une sensation d'allègement, on me parle des voies, ce sont des rêves très forts énergétiquement, il y a des choses qui se passent. Au-delà de symboles pour me guider, ça me fait la même chose qu'un état de méditation profonde je pense. Quand je suis en vibration je ressens quelque chose de très fort, il y a aussi des moments où je peux avoir des massages, ressentir des soins énergétiques sur moi, ça m'est arrivé deux trois fois où quelqu'un m'a fait un soin énergétique, une personne asiatique. On m'a dit de me relier à une grenouille, c'est une période que je traverse où l'eau, les émotions, le féminin, ce sont des symboles qui me traversent comme ça, on me dit quelque chose, des conseils pour comprendre au mieux ce que je suis en train de travailler. » (Entretien téléphonique avec Karine, 38 ans, éducatrice spécialisée)*

*« Maintenant je crois en la vie après la mort, avant non. Je suis sur un groupe de choses paranormales où une fille interprétait les rêves, c'est toujours intéressant de penser à ce que les défunts veulent dire, j'ai compris les messages de ma maman pour régler certains problèmes familiaux. Par la force des choses je me suis rendu compte que ça me faisait croire à d'autres choses. Les rêves ça permet de donner des pistes, d'appuyer sur la petite chose à régler, ça nous*

*dit de nous pencher sur ça. »* (Entretien téléphonique avec Camille, 35 ans, aide-soignante en EHPAD)

#### *Annexe 4.5 : Autour du mal-être*

*« C'était une période horrible de manière générale, je sortais de dépression. Ça a été très long, j'ai carrément dû réapprendre à parler, j'avais peur de parler, je communiquais pas avec les gens, je souffrais de plein de phobies. Rêver, ça m'a aidé à communiquer avec d'autres personnes. J'ai eu un échange avec d'autres interprètes grâce aux rêves, tout le monde rêvait, tout le monde avait des traumatismes, ça m'a fait prendre en maturité. [...] Je me suis rendue compte petit à petit que ça me faisait du bien d'écrire mes rêves, de les comprendre, peut-être pas de comprendre les choses distinctement mais de prendre en maturité, ça me donnait à réfléchir sur d'autres choses. Mes rêves ont cessé quand j'ai commencé à aller mieux. »* (Entretien téléphonique avec Anastasia, 24 ans, étudiante en psychologie)

*« La carapace que je me suis faite pendant des années je me permets de ressentir maintenant et de m'ouvrir, j'ai mis une carapace qui se démolit complètement maintenant. Ça m'a permis d'être dans l'accueil complètement. J'étais vraiment à donner aux autres mais pas à recevoir ne serait-ce qu'un merci, je pensais que c'était un devoir d'aider les autres, maintenant je suis beaucoup plus dans l'accueil et ça met une grosse harmonie en moi notamment, dans ma famille ça a ouvert un gros dialogue. Je peux diffuser ma bienveillance, à partir du moment où on attend rien de l'autre je le vois dans ma relation avec mon conjoint, mes parents, j'avais des rapports conflictuels avec mon papa maintenant je le vois comme un homme avec ses souffrances et galères, je le vois différemment et ça m'attendrit beaucoup.*

Tu as fait comment pour être plus dans l'accueil ?

*Fallait vraiment dompter l'ego, s'ouvrir à la communication, partager des moments. J'écoute beaucoup sans partager, les rêves disaient qu'il faut s'ouvrir, ne pas rester dans son cocon et petit confort, être authentique et dire aussi quand on se sent pas bien, je me submergeais et ne pensais pas à moi.*

Il était représenté comment l'ego dans tes rêves ?

*L'ego c'était toujours le chien qui me bouffait, qui voulait être le maître du monde.*

Un peu effrayant.

*Oui, même si c'était un Yorkshire [rires]. Sinon ça m'a permis de me détacher complètement des choses matérielles aussi, être soigneux c'est bien mais ne pas se dire "c'est à moi c'est mon mien". Je n'ai jamais pensé être matérialiste, je suis en appartement, en location, on n'a pas de voiture, mais c'était différent la possession était différente. »* (Entretien téléphonique avec Leïla, 34 ans, employée dans une résidence pour seniors)