

A QUOI ÇA SERT DE RÊVER ?

par Simone Korff Sausse

Il y a cet état qu'on nomme sommeil, où nous ne sommes pas conscients de nos pensées et de nos sentiments, où la relation perceptive avec le monde est suspendue, où – en principe ! – la motricité ne s'exerce plus. Et pourtant il s'y passe des choses...

Nous voyons des lieux. Nous visitons des pays. Nous parlons avec des gens. Nous énonçons des phrases. A ces voyages, à ces événements, à ces rencontres, on donne le nom de rêve. N'est-ce pas étrange ?

En 1927, Chostakovitch, 21 ans, compose son premier opéra, *Le Nez*, d'après une nouvelle de Gogol, avec une incroyable rapidité. Un mois pour composer le premier acte, deux semaines pour le second, mais le troisième lui posa quelques problèmes. Alors que le directeur du théâtre de Leningrad s'impatientait, Chostakovitch rêva que la date de la première de son opéra *Le Nez* était déjà fixée et qu'il devait se rendre à la répétition générale. Et voilà que tout semble se liguer contre lui – Mitia (Chostakovitch), toujours exact et ponctuel, se met inexplicablement en retard. Très énervé, il part en toute hâte pour l'opéra, s'attendant déjà à essuyer les reproches de Samossoud (le chef d'orchestre). Il prend le tramway et le bus et, partout, des obstacles imprévus se dressent devant lui. Il arrive enfin au théâtre. Il traverse le hall en courant et se précipite dans la salle. Sur scène, on est en train de répéter le troisième acte. Samossoud dirige et Chostakovitch entend clairement et distinctement la musique de ce dernier acte, il voit et il entend le chœur et les chanteurs ... L'opéra s'achève, le rideau tombe, applaudissements ; le public rappelle sur scène le compositeur, le chef d'orchestre et les solistes ... Chostakovitch se réveille alors, hors de lui. Il court dans la pièce voisine, raconte, tout excité, son rêve et la musique qu'il a entendue aux autres membres de la maisonnée et se met immédiatement au travail... En trois semaines, il composa le troisième acte, qu'il apporta sur-le-champ à Samossoud »

Voilà à quoi ça sert de rêver ... Bien des artistes ont rapporté des exemples analogues qui montrent que le rêve n'est pas à considérer uniquement comme l'accomplissement d'un désir, selon la théorie freudienne classique, mais comme un travail de la pensée. La psychanalyse contemporaine fait une large part au travail onirique comme une modalité du fonctionnement psychique. Dans cette perspective, en plus d'être la voie royale d'accès à l'inconscient, le rêve est véritablement le métier sur lequel le sujet tisse l'étoffe que constitue sa vie psychique. Un chantier, un laboratoire, lieu d'un intense labeur, d'une extraordinaire créativité.

Faut-il dormir pour rêver ?

Freud évoque le cas de l'homme qui « renonce au sommeil parce qu'il a peur de ses rêves ». En effet, certaines formes d'insomnie s'expliquent par la peur de se trouver en compagnie de ses rêves... S'empêcher de dormir, c'est s'empêcher de rêver. On peut alors imaginer l'effet redoutable du somnifère qui va plonger artificiellement l'insomniaque dans ce sommeil tant redouté ! Obligé d'entrer dans cette nuit peuplée de fantômes et de démons qu'il lui faut à tout prix éviter.

Inversement, il y a celui qui dort pour rêver. L'hypersomnie correspond alors au besoin d'avoir recours au travail onirique. C'est ainsi que j'expliquerai le besoin accru de sommeil en période de deuil. La fatigue, qui est un des symptômes qu'éprouvent les personnes qui viennent de perdre un proche, serait due au surplus d'énergie que requiert l'épreuve du deuil, afin d'effectuer les remaniements psychiques, grands consommateurs d'énergie. Il s'agirait en quelque sorte d'instaurer un régime économique du fonctionnement psychique fournissant le combustible que demande le travail d'élaboration au moyen du rêve.

Ainsi, si le rêve est, selon la conception classique, le gardien du sommeil, on peut également envisager le sommeil comme possibilité, condition, de l'activité de rêver. L'activité onirique de la nuit donne une idée du fonctionnement psychique du jour. Ou plutôt, loin d'opposer veille et sommeil, rêve et réalité, on en viendrait à penser que le produit du travail onirique que nous connaissons, c'est-à-dire le rêve, n'est qu'un petit aspect du rêve, celui-ci étant un processus continu appartenant aussi bien à la vie éveillée, bien qu'il ne soit pas observable d'habitude. L'activité onirique, permanente et spontanée, constitue le fond de la vie psychique.

En principe, ne rêve que celui qui dort. Le sommeil est la condition du rêve. Donc si on veut rêver, il faut dormir. En termes psychanalytiques, on dira que le rêve implique l'état de régression du dormeur et le désinvestissement de la réalité. Le rêve n'est possible que parce que l'épreuve de réalité est abandonnée.

Mais les psychotiques montrent que ce n'est pas si simple que cela ... On pourrait dire que les psychotiques rêvent continuellement le réel, sans pouvoir se réveiller. Ce dont ils témoignent, c'est que la distinction entre la vie rêvée et la vie éveillée est fragile. C'est comme s'ils rêvaient la vie et que l'éveil serait un moment dangereux, car alors la réalité s'imposerait avec son insupportable dureté.

Lorsque les psychanalystes rêvent de leurs patients ...

Il n'y a pas que le patient qui rêve ... l'analyste aussi. Et lorsqu'il lui arrive de rêver de son patient, on parle de « rêves de contre-transfert ». La psychanalyse contemporaine leur accorde une attention grandissante, car souvent ils apportent la clé pour comprendre la problématique dans laquelle le patient est en train de se démener.

Il arrive même que les analystes rêvent pendant les séances ... Mais alors cela veut dire qu'ils se sont endormis ! Les psychanalystes considèrent ces moments d'endormissement comme une manifestation du contre-transfert. A ce titre, ces phénomènes font partie du processus analytique. Ce qui peut évidemment scandaliser le patient qui pense à juste titre qu'il n'est pas là pour rémunérer quelqu'un qui dort ... ! La question revient alors à se demander si l'analyste fournit un travail, tandis qu'on peut présumer qu'il ne fait rien. Au cours de ces moments d'assoupissement, si le psychanalyste fait un rêve, ce rêve sera sans aucun doute en rapport avec la vie psychique du patient.

Prenons un exemple : un analyste assoupit en écoutant un patient raconter des histoires plutôt ennuyeuses de son travail. Il a alors une image onirique d'un adolescent très

« punk » des années soixante, qui agresse un vieil homme. Il se réveille ayant en tête la phrase suivante : « Vous voulez me tuer avec vos histoires, tout comme vous voulez tuer votre patron, et autrefois votre père ». L'analyste ne va pas forcément livrer ce matériel de rêve au patient, mais se servira de ce flash onirique ultérieurement pour ses interprétations. L'analyste, en dormant, fournit donc un travail psychique, car le rêve, que ce soit celui du patient, de l'analyste ou encore de l'artiste, et bien entendu de chacun de nous, est un formidable outil pour approcher et mieux comprendre la complexité infinie de nos pensées et de nos sentiments.

Paris, le 17 janvier 2006.