

# Rêve

## Des Clés pour débiter

### L' analyse personnelle

Bien qu'il soit plus facile de se faire aider dans cette tâche, une interprétation peut être réalisée à partir d'un simple écrit de ce que nous avons vécu durant notre rêve, sans omettre les points indiqués en page « le contenu des rêves » de ce site. En relisant vos notes quelques jours plus tard, vous pourrez tenter d'en comprendre le sens en l'énonçant à voix haute.

### Les images symboliques

Les rêves sont composés d'images symboliques qu'il n'est pas toujours aisé d'interpréter. Ces images ont une signification qui est propre à chacun, et qu'il faut découvrir. Mais certaines de ces images ont une signification assez constante et fournissent quelques pistes intéressantes :

#### Le monde végétal :

Les plantes, en général, sont le symbole de l'énergie. Mais le rêveur doit ne pas oublier de prendre en compte l'atmosphère qui se dégage de son rêve (couleur, lieux, et le rôle des végétaux), s'il veut en percevoir le sens et la contrepartie à mettre en oeuvre pour son mieux être :

- les arbres : symbolisent la force vitale (chêne), la paix (l'olivier), le chagrin ou la tristesse (le saule pleureur), la vie et sa longévité (le cyprès)...
- l'herbe : symbolise les pulsions et les instincts naturels, avec une possible variante sur l'énergie psychique,
- les fleurs : sont des symboles à ne pas négliger. Le lys (l'innocence), le tournesol (la spiritualité), l'orchidée (la fécondation) ou la tulipe (la féminité)...
- les fruits : la pomme (la vie), le raisin (l'abondance), la poire (l'érotisme)...

#### L' alimentation :

La nourriture symbolise l'abondance. Mais il faut prendre garde aux idées préconçues qui parfois peuvent masquer le sens véritable du rêve,

- la table : reste pour la mémoire collective un lieu sacré, emprunt de dignité et d'abondance quelle que soit la religion. Symbole d'un moment festif et joyeux mais qui peut avoir une toute autre signification lorsque la table est vide et sans invités,
- le pain : associé à la table, le rêveur entre dans un symbolisme religieux très fort. Isolé, c'est le symbole d'une transformation psychique,
- l'oeuf : symbole de la création du monde, mais aussi du renouveau ou d'un changement,
- les desserts : symbole d'une récompense. Élément sentimental par excellence il représente la douceur, l'enfance et ses sensations de bien-être.

## Les lieux :

Les rêves se situent dans des décors spécifiques, avec une tonalité bien souvent particulière. Les images semblent bien réelles, mais le théâtre dans lequel se joue la scène se situe dans une dimension impalpable :

- l'espace religieux : est le symbole de l'âme humaine, un lieux de sécurité pour certain. Pour d'autres, un lieux intrigant, funeste ou à l'inverse un lieux de partage,
- la tente ou la hutte : c'est l'espace éphémère du rêveur, un endroit de repos pour le nomade. La forme pointue peut laisser supposer une attirance vers le ciel, l'irréel,
- constructions diverses : maison de son enfance (besoin de retourner vers ses origines), château (exprime la solidité, la sécurité), un pont (nécessité de franchir),
- une grotte : symbolise un endroit de refuge face à un danger mais aussi l'instinct maternelle (lieu naturel ou l'origine),
- un espace vide : symbolise la nécessité de se reconstruire...

## Les vêtements :

Dans les rêves, les vêtements ont la double fonction de nous protéger et de personnaliser. Nous incarnons un être particulier qui nous distingue des autres.

C'est en tout cas la forme visible de notre «esprit», de ce que nous sommes intimement. Cet habit peut être très banal et sans couleur, un uniforme, des vêtements d'enfants, royal avec cape et épée, très près du corps ou à l'inverse très ample.

Une des méthodes les plus efficaces en la matière pour comprendre la signification de ces tenues ou accessoires, sera de se poser quelques questions :

- quel est mon état d'esprit actuel ?
- quelle décision ai-je à prendre ?
- est-ce que je connais bien ma place au sein de ma famille ?
- quel évènement important dois-je traverser ?

Etc...

## Le personnage :

Le rêveur ne peut que rencontrer que lui-même dans son rêve. Il met en scène le côté non aboutis de sa personnalité, que le rêve lui suggère de mieux connaître. Les personnages que campent le rêveur agissent comme des repères, des zones non explorées qui méritent toute l'attention nécessaire.

Les personnages sont innombrables : du jardinier au pêcheur, d'un guide religieux ou spirituel au héros, tous ont une signification précise et spécifique. La fonction même de ce personnage est des plus importantes si l'on souhaite comprendre ce que pouvons améliorer dans certains traits de notre propre personnalité.

Vous pourrez ainsi vous poser un certain nombre de questions essentielles pour interpréter le sens de vos rêves :

- est-il un personnage surprenant ?
- comment est-il vêtu ?
- qui rencontre t-il et pourquoi ?
- faites-vous partie de son milieu ?

Le forgeron...forge, le professeur enseigne...et le héros, qui sauve t-il ? Et pourquoi ?