

The background features several black silhouettes of people in various poses: one walking in the top left, one in the top right, two interacting in the middle left, one walking in the middle right, and two talking in the bottom right. A network of blue dotted lines crisscrosses the white background, connecting the silhouettes and suggesting a web of connections or paths.

Jean-François Vézina

Les hasards nécessaires

La **synchronicité**
dans les **rencontres**
qui nous **transforment**

TABLE DES MATIÈRES

Avant-propos	11
Préface	13
Introduction	17
Chapitre premier	
<i>Unus Mundus</i>	25
Tu n'échapperas pas au thème de ta vie	26
Vertiges virtuels	27
Rencontre synchronistique et messages symboliques	28
L'abeille, exemple d'un symbole synchronistique	29
De la synchronicité aux trous noirs	32
L'ordre déployé	34
Un savoir collectif	35
Une définition	36
Discernement	38
La licorne	41
Hasard, flocons de neige et jeu de dés	42
Le risque sacré du hasard	44
La loi des séries et les coïncidences de Kammerer	45
Voir grand lorsque le monde est petit	46
Jeu et destinée	48

Chapitre 2	
Rencontrer l'autre dans un monde UN.....	51
La rencontre.....	53
Sur la même longueur d'onde.....	53
Les atomes crochus.....	55
La rencontre synchronistique.....	58
Le voyage de Catherine.....	59
Les microprocessus symboliques.....	64
Au seuil de l'autre: les synchronicités d'entrée en lien.....	66
Élisabeth et les oies.....	68
Les synchronicités de maintien.....	69
Les synchronicités de sortie.....	69
Louis et le ver solitaire.....	70
Les synchronicités dans les autres formes de liens.....	70
Freud, Jung et la Nekyia.....	72
L'amitié entre Jung et Pauli.....	74
Les synchronicités dans le rapport thérapeutique.....	75
Rendez-vous.....	78
Chapitre 3	
Le rôle de la culture dans la rupture.....	81
Les motifs dans la culture.....	83
Les livres synchronistiques.....	84
La culture et les relations amoureuses.....	85
Le livre des transformations.....	85
«Un ami qui vous veut du bien».....	89
Une pluie de grenouilles.....	93
Synchronicité et Félix Leclerc.....	95
Le temps d'Alexandre.....	96
La culture de l'âme.....	98
Chapitre 4	
Le chaos de l'acausalité.....	101
Changement de paradigme.....	103
Les nouvelles perspectives des papillons.....	105
Une complexité simple.....	107

Les premières images du chaos:	
les fractales.....	108
Répétition et vie humaine.....	110
Les attracteurs étranges: les motifs créatifs	
dans le chaos.....	110
Attracteur et battements cardiaques.....	114
Différence semblable.....	115
Attracteurs étranges et synchronicité.....	116
Une signature dans le sable.....	117
Le chaos créateur.....	118
Les structures dissipatives: l'ordre émerge	
du chaos.....	120
Synchronicité et auto-organisation.....	120
Le bon <i>timing</i>	121
Le temps symbolique: <i>kairos</i>	123
Ordre global et impulsion collective.....	124
L'acausalité revisitée: les liens par le sens.....	125
Des motifs sur le tapis.....	126
Chapitre 5	
De la complexité collective	
au complexe personnel.....	127
Le traumatisme de la réalité.....	128
Le miroir cassé et ses milliards	
de morceaux.....	129
Des motifs qui nous motivent.....	130
Le complexe de Véronique.....	131
Le <i>timing</i> et les conditions initiales.....	132
Les archétypes ou complexes collectifs.....	133
Le champ archétypique.....	136
Chapitre 6	
Les sens de la transformation.....	143
Le sens de notre histoire.....	144
Le Soi et la synchronicité.....	145
Fractale et mandala.....	146
Le labyrinthe de la vie.....	148
À la recherche de la moitié perdue.....	149
Jeu et réalité.....	150
Signes et symboles.....	152

Faire sens ou trouver un sens	153
Le fantasme qui détruit	154
Symbole et symptôme: la traversée de la Manche.	155
Les «mauvaises» synchronicités: les amours impossibles	157
Le sens de la métamorphose.	158
La pathologie du sens.	159
<i>Beauté américaine</i>	161
Le «Sois parfait!».	162
Les abus intellectuels	163
Chapitre 7	
Entre-deux	165
Hermès, Mercure ou le <i>trickster</i>	167
<i>Le Diable beau danseur</i> et <i>Le Survenant</i>	169
Jung et le <i>trickster</i>	170
Les cadres de portes	171
La peur de l'entre-deux	172
Entre-deux et anxiété.	173
Chaos et créativité.	174
Chapitre 8	
Ces lieux qui nous habitent.	177
Les motifs dans l'espace	178
Les décors symboliques de nos rencontres.	180
Les migrations de l'âme	181
Lieux et mémoires.	181
L'expérience intérieure	182
Les voyages de transformation	184
Les rencontres en voyage.	185
Est, ouest, nord, sud: sens et direction	186
L'appel du lieu	187
Des flocons de neige dans le désert.	188
Chapitre 9	
L'autre en soi: les thèmes de vie transgénérationnels.	191
Les motifs dans le cours du temps.	193

Le syndrome d'anniversaire	194
Transmission des traumatismes	195
La loyauté inconsciente familiale	197
Les célibats forcés et les bouées symboliques.....	198
Un outil pour identifier les motifs de vie.....	199
<i>Les enfantômes</i>	200
<i>Magnolia</i>	201
Récrire le thème de sa vie.....	203
Conclusion	207
Bibliographie	211

INTRODUCTION

*On ne touche pas une fleur
sans déranger une étoile.*

JAMES THOMSON

*Ce qu'il faut de saleté
pour faire une fleur!*

FÉLIX LECLERC

Le monde du rêve et celui de la réalité partagent certainement plus d'affinités que ce qu'ils nous révèlent en apparence. Au tout début du siècle dernier, Freud, à partir de son livre *Interprétation des rêves*, nous a sensibilisés aux messages symboliques issus de l'inconscient qui défilent pendant le sommeil. Mais est-ce que l'inconscient intervient uniquement la nuit, dans les rêves? Peut-on supposer que la vie symbolique se déploie aussi dans la réalité sous la forme de coïncidences significatives?

Cette possibilité de déploiements symboliques dans la réalité est au cœur de ce que le psychiatre suisse Carl Gustav Jung proposa par le concept de synchronicité. Ce concept, élaboré conjointement avec le lauréat du prix Nobel de physique 1945, Wolfgang Pauli, suggère justement que la psyché et la matière sont reliées sur un même arbre et que

les symboles peuvent fleurir tout autant sur les branches de nos rêves que sur celles de la réalité.

En poussant plus loin l'exploration de ces liens entre l'esprit et la matière, peut-on supposer que ces symboles prennent parfois le visage du rapport à l'autre? L'astrophysicien Hubert Reeves, dans le livre *La synchronicité, l'âme et la science*, lançait justement la question: «La rencontre d'une personne qui change votre vie a-t-elle un sens quelque part¹?» La rencontre de certaines personnes peut-elle avoir une portée symbolique dans nos vies? Pouvons-nous appliquer le concept de synchronicité aux petits détails qui nous conduisent à une personne? Que serait votre vie si vous n'aviez pas rencontré tel professeur, tel auteur, tel homme ou telle femme? Que serait la psychologie si Jung n'avait pas rencontré Freud? Que serait la philosophie si Sartre n'avait pas rencontré Simone de Beauvoir? L'histoire est remplie de ces rencontres hautement significatives qui changent la vie personnelle et parfois la vie collective également.

Tout comme il y a des livres que nous apportons en voyage et d'autres qui nous font voyager, il y a aussi, à certaines périodes de notre vie, des gens qui nous accompagnent et d'autres qui nous font voyager. Ces êtres qui nous incitent à voyager au plus profond de nous-même ouvrent des portes. Mais en général, les plus grandes portes de notre existence sont ouvertes par des gens qui ne les traverseront pas avec nous. Nous connaissons probablement tous une personne qui est apparue subitement dans notre vie et qui a laissé une trace indélébile. Une personne avec qui la relation ne dura que peu de temps, mais dont on pourrait dire que les petits battements d'ailes ont provoqué des tempêtes² qui marqueront le cours de notre existence. Après leur passage, on ne pourra plus jamais être la même personne.

1. Michel Cazenave, H. Reeves *et al.* *La synchronicité, l'âme et la science*, Paris, Albin Michel, 1995, p. 19.

2. Je fais ici référence à la métaphore de l'effet papillon selon laquelle les battements des ailes des papillons peuvent avoir, à la longue, des conséquences disproportionnées sur le climat. C'est aussi l'idée que de grands changements peuvent survenir à la suite d'un petit détail lorsque cet événement survient à des moments «pivots» de notre existence.

Dans ce livre, j'explorerai les rencontres synchronistiques, c'est-à-dire ces rencontres qui permettent que des personnes, des auteurs et des œuvres émergent dans notre vie à des moments déterminants, acquérant ainsi une valeur symbolique de transformation. J'examinerai également les micro-processus symboliques qui se déploient sous la forme de motifs thématiques ou de pentes qui nous attirent et nous conduisent imperceptiblement vers telle personne, tel travail, tel auteur ou encore tel pays. Ces motifs se dévoilent subtilement, ils nécessitent la lueur vacillante de notre intuition pour les reconnaître et admirer ainsi toute la beauté et l'unicité de la vie.

Le déploiement des motifs symboliques sous la forme d'événements de tous les jours est l'un des apports majeurs de Jung. Cet apport a malheureusement été rejeté par les scientifiques ou maladroitement simplifié par les adeptes du Nouvel Âge étant donné son caractère spectaculaire et inhabituel. Selon le psychiatre suisse, il nous est difficile de percevoir ces symboles à cause de la présence trop brillante de notre rationalité, comme il nous est difficile de percevoir les étoiles durant le jour à cause de la trop grande luminosité du soleil. Nous avons alors plus de chances d'apercevoir ces étoiles lorsque nous vivons des périodes de transition ou lorsque nous entrons dans une phase chaotique et que la noirceur laisse poindre ces étoiles symboliques sous la forme de mystérieuses synchronicités.

Les synchronicités se produisent plus fréquemment en période de tension psychique alors que la forme symbolique habituelle du rêve n'a pas réussi à se faire entendre. Comme le soutient Michel Cazenave³, pour faire appel à un symbole extérieur et communiquer un contenu par ce médium, la psyché doit être fortement «perturbée». Par surcroît, le message doit être très important pour notre développement. La synchronicité vue sous cet angle n'est pas nécessairement un «cadeau magique», comme elle est parfois décrite dans le langage populaire. Encore que la souffrance peut être perçue comme une grâce. Je suis toujours amusé lorsque je lis la

3. Michel Cazenave, Conférence sur la synchronicité donnée au Musée du Québec, novembre 1995.

phrase suivante dans un livre ou un article : « Provoquez la synchronicité dans vos vies ! » En réalité, la synchronicité échappe au contrôle du moi. On ne peut que se rendre disponible aux messages de l'inconscient qui empruntent cette voie. Dans une phase déterminante de notre existence, quelque chose cherche à se dire par le biais de la synchronicité et nous prenons la relève pour l'entendre et le décoder.

Je tenterai, au moyen d'exemples divers, d'illustrer comment nous pouvons approfondir le sens d'un événement synchronistique de la même façon que nous pouvons le faire avec un rêve. Je peux essayer de décrire la manière de préparer le terrain, notamment en développant l'intuition, mais je serais bien en peine de dire comment faire pour que ces fleurs symboliques poussent plus vite, n'étant pas un spécialiste des engrais psychologiques.

Parce que la synchronicité est une notion abstraite et qu'elle renvoie à plusieurs dimensions de l'existence, j'en ferai ici l'exploration dans une sphère plus spécifique, *la sphère relationnelle*. En ce début de siècle, le rapport à l'autre étant particulièrement « chaotique », il sera peut-être plus marqué par des perturbations capables de faire émerger des symboles sous la forme de synchronicités. Les problématiques relationnelles constituent d'ailleurs le motif premier de consultation en psychothérapie et le principal moteur de changements.

La synchronicité étant une notion complexe, j'aurai recours à des métaphores tirées des *sciences de la complexité* et de la *théorie du chaos* pour générer des hypothèses de compréhension. La définition de la synchronicité qui est donnée dans le chapitre premier tient compte d'une façon très étroite de la notion de chaos créateur tel que nous le retrouvons avec les récentes découvertes sur la théorie du chaos. Pour les puristes en la matière, le terme *chaos* a une signification uniquement mathématique. Mais ce mot trouve son origine étymologique dans le verbe *bâiller*. À la source, il est un bâillement, une ouverture⁴. Le chaos, tel que je le

4. Jacques Désautels, *Dieux et mythes de la Grèce ancienne*, Sainte-Foy, Presses de l'Université Laval, 1988.

conçois, et qui supporte la synchronicité relationnelle est, d'une certaine façon, cette ouverture, cet étirement spontané vers l'autre qui permet d'oxygéner l'âme lorsque l'ennui tend à s'installer dans notre vie.

Le roman de notre vie

Les rencontres déterminantes qui jalonnent notre roman personnel ne se font pas qu'avec des gens de chair. Elles se font aussi avec des idées, des symboles qui sont contenus dans la culture. Nous avons tous découvert un livre, une musique ou un film qui a bouleversé notre existence. Ces rencontres surviennent à des moments charnières et leur arrivée peut entrer en résonance avec des problématiques personnelles. Les motifs synchronistiques contenus dans la culture seront examinés selon le sens et les circonstances qui entourent l'arrivée d'œuvres qui nous bouleversent et qui font écho, parfois mystérieusement, à notre propre vie.

Le lieu

La rencontre se fait inévitablement dans un lieu; la rencontre des gens qui traversent notre vie certes, mais surtout la rencontre avec soi-même. C'est pourquoi une attention particulière sera portée aux lieux qui marquent notre existence. Les lieux symbolisent bien souvent la rencontre qui se prépare. Ils prennent la forme de ces décors désignés par l'inconscient pour traduire les transformations à venir. Dans le lieu où nous rencontrons l'autre, tout comme dans le lieu où nous habitons, est inscrit bien souvent ce que nous sommes et ce que nous pouvons devenir.

Par ailleurs, le sens est la composante centrale de la synchronicité. Il est une impulsion, une direction à donner à notre propre voyage. Les métaphores de voyages contenues dans ce livre illustrent l'idée centrale de chaque chapitre et rappellent que la synchronicité et le sens sont intimement associés au mouvement, aux repères qui jalonnent notre existence. Le voyage marque les changements importants de notre vie comme il marque les changements de chapitres dans ce livre.

Synchronicité transgénérationnelle

Les motifs et les thèmes principaux de notre roman personnel trouvent bien souvent leurs sources dans le roman familial. Le chapitre sur les thèmes de vie transgénérationnels et l'analyse des motifs qui traversent le cours du temps complétera cet ouvrage. Nous nous interrogerons alors sur les mystérieuses coïncidences de cet « autre en soi » qui se manifestent au fil des générations par une étrange loyauté inconsciente.

Le Visiteur

Quelle place laissons-nous à la synchronicité lorsqu'elle survient spontanément dans notre vie? Bien que ce livre explore un nouveau champ d'étude – la synchronicité relationnelle –, il n'en demeure pas moins une mince tentative de compréhension devant un tel mystère.

Nous sommes parfois confrontés à des rencontres qui nous dépassent, nous perturbent et nous poussent à revoir notre conception du monde, comme Freud dans l'excellente pièce de théâtre écrite par Éric-Emmanuel Schmitt, *Le Visiteur*. Cette pièce met en scène Freud qui, à la fin de sa vie, reçoit la visite d'un mystérieux inconnu. On ne sait trop s'il s'agit de l'un de ses patients qui se serait évadé de l'asile ou s'il s'agit de Dieu. Ce visiteur impromptu, qui échappe à toute catégorie, surgit apparemment de nulle part, interroge Freud sur le sens de son œuvre et le perturbe au moyen de révélations étonnantes sur sa propre vie. Il l'amène à examiner entre autres l'impact de son pessimisme sur la nature humaine. Il lui suggère alors que la logique n'est pas le seul outil pour aborder la réalité qui peut parfois être mystérieusement belle et irrationnelle.

Freud, au moment de cette visite, est lui-même très malade. La Gestapo a envahi Vienne et a enlevé sa fille Anna; il est donc en état de très grande vulnérabilité. Incapable d'expliquer rationnellement cette visite, il accuse alors le visiteur et toute forme d'irrationalité de se présenter toujours ainsi, c'est-à-dire dans ces moments de grande faiblesse et de déséquilibre. Après que le visiteur lui eut fait un petit tour de magie en transformant sa canne en bou-

quet de fleurs, Freud, presque émerveillé, puis exaspéré, lui déclare⁵ : «Partez immédiatement! Non seulement vous êtes un mythomane, mais vous êtes sujet à une névrose sadique. Vous n'êtes qu'un sadique! Un sadique qui profite d'une nuit de trouble! Un sadique qui jouit de ma faiblesse!» C'est alors que le visiteur fait remarquer à Freud :

«S'il n'y avait pas ta faiblesse, par où pourrais-je entrer?»

5. Éric-Emmanuel Schmitt, *Le Visiteur*, Paris, Actes Sud, 1994, p. 48.

Unus Mundus

Créer, c'est donner une forme à son destin.

ALBERT CAMUS

*Les vies humaines sont composées
comme une partition musicale.
L'homme, guidé par le sens de la beauté,
transforme l'événement fortuit (une musique
de Beethoven, une mort dans une gare) en un motif qui
va ensuite s'inscrire dans la partition de sa vie.
Il y reviendra, le répétera, le modifiera, le développera
comme fait le compositeur avec le thème de sa sonate.*

MILAN KUNDERA

La synchronicité m'intrigue depuis de nombreuses années. C'est au cours d'un voyage à Prague, alors que je venais de conclure ma formation en psychologie avec un essai sur les liens entre la théorie du chaos et la théorie de Jung, que j'ai commencé à élaborer des hypothèses sur ce concept. Dans le train qui me conduisait vers cette perle de l'Europe Centrale, je notais quelques idées dans mon carnet

quand un Américain dans la soixantaine assis en face de moi m'aborda. Il avait quitté son Detroit natal et se dirigeait vers Prague pour aller vivre avec la femme qu'il aimait. Il se trouvait là, devant moi, avec tous ses avoirs et ses espoirs. J'éprouvai une profonde sympathie pour cet homme; je venais de rencontrer, tout comme lui, une femme qui habitait dans une ville éloignée de la mienne, et j'allais devoir, moi aussi, faire un choix.

À la sortie du train, je suis allé m'asseoir dans un café, tout près de l'horloge astrologique située en plein cœur de la ville. Un inconnu a engagé la conversation et, à un moment donné, a mentionné une exposition de fractales qui avait lieu à l'Institut français de Prague. Curieuse coïncidence. Je m'intéressais justement à ce sujet...

La fractale⁶, cette géométrie invariante d'échelle – où l'on peut retrouver un petit motif à la fois dans ses détails et dans sa totalité – est au cœur de ma vision synchronistique du monde. Ainsi, les motifs qui se forment tout au long de notre histoire et qui se répètent à différentes échelles dans notre vie constituent nos *thèmes de vie*. Ces derniers sont activés de façon particulière lors d'une rencontre qui nous bouleverse. La «partition de notre vie», comme le décrit l'écrivain tchèque Milan Kundera, ne reposerait que sur quelques motifs joués et rejoués indéfiniment et se complexifiant avec le passage du temps, comme une fractale.

Tu n'échapperas pas au thème de ta vie

Lors de ce séjour, je me baladais d'une rive à l'autre, m'attardant longuement sur le pont Charles, contemplant la charmante rivière Vltava. À cette époque, j'étais moi-même

6. La fractale est une forme géométrique issue des développements de la théorie du chaos. Elle se réalise par le biais d'une formule mathématique simple qui est répétée une multitude de fois dans un ordinateur. Le résultat est alors reporté sur l'écran et forme une figure. Il s'agit d'une géométrie qui se rapproche des formes naturelles, comme par exemple une fougère, un chou-fleur ou un nuage. Elle se caractérise par son invariance d'échelle, c'est-à-dire que l'on peut toujours retrouver la forme globale dans le détail.

dans un entre-deux, dans une période charnière de ma vie, entre la rive de l'étudiant et celle du travailleur, à la fin d'une relation amoureuse et au début d'une autre.

En période de transition, l'inconscient est souvent mieux disposé à provoquer des rencontres qui auront une portée symbolique dans nos vies. C'est ainsi que certains thèmes s'imposeront à nous et seront activés par le biais de ces rencontres que l'on peut qualifier de synchronistiques. C'est ce thème déployé que nous sommes appelés à intégrer, et non la personne, le livre ou le lieu qui vient de nous éblouir. Ces derniers ne sont que le support symbolique, le visage qu'empruntera cette invitation à la transformation intérieure.

Parmi les changements qui allaient s'opérer dans ma vie au contact de la femme que je venais de rencontrer (que j'appellerai Bérénice), il y eut la rencontre avec l'univers de Milan Kundera. C'est grâce à Bérénice que j'ai découvert ce romancier qui bouleversa ma vision du monde tout autant que cette femme avait commencé à le faire. Curieusement, j'avais décidé de visiter Prague bien avant de connaître l'œuvre de Kundera et j'ignorais qu'il était Tchèque. Bérénice, Kundera et Prague formaient alors un thème qui s'imposait dans ma nouvelle conception du monde avec, au centre, la synchronicité et les manifestations symboliques dans les rapports interpersonnels.

Vertiges virtuels

J'avais rencontré Bérénice de la façon la plus aléatoire qui soit, en surfant sur Internet. Ce jour-là, je discutais de mes recherches sur la théorie du chaos par le biais d'un canal de discussion. Bérénice se trouvait également sur ce site, par hasard, et fut intriguée par mes propos. Persuadée que je me moquais des gens avec mes recherches, elle m'a envoyé un message. C'est ainsi que nous avons commencé à correspondre.

La relation virtuelle a duré neuf mois. Neuf mois d'échanges de mots, de lettres lumineuses projetées sur un écran et emmagasinées dans les sillons obscurs d'un disque dur. J'avais alors accès aux premiers mots, à la date et à l'heure précises de notre premier contact. Si nous pouvions repérer

les premiers mots échangés lors d'une rencontre significative, nous remémorer les éléments clés, les décortiquer en nous replongeant dans l'atmosphère du contexte initial, nous serions sans doute surpris de retrouver dans ces petits motifs les thèmes dominants du concerto relationnel qui se prépare.

Avec un peu de recul, en examinant cette première discussion avec Bérénice, j'ai pu identifier clairement les thèmes qui s'inscrivaient à ce moment-là. Cette relation, amorcée dans un contexte de projections virtuelles, portait principalement la méfiance en son sein. Cette méfiance mutuelle constitua l'empreinte première de notre relation. L'impression que je « me jouais d'elle » apparaissait déjà dans les premiers mots qu'elle utilisa pour m'interpeller et cette impression s'est par la suite déployée à plusieurs niveaux dans la relation. Quant à moi, j'étais initialement fasciné par cette femme « virtuelle », mais ma méfiance se traduisait par des craintes de la rencontrer « réellement ». J'avais notamment entendu parler (par des gens qui fréquentaient le groupe de discussion sur Internet) de sa tendance à « butiner » de cœur en cœur, ce qui allait aussi devenir un autre thème de notre relation. « Abeille » et « méfiance » étaient au programme de ce lien qui se tissait à partir des toiles d'Internet.

Ayant vaincu la méfiance initiale, soit après neuf mois de gestation virtuelle, notre rencontre allait se frayer un passage dans le réel. Elle se développa ensuite de façon très passionnée pendant neuf autres mois, mais se termina de façon abrupte, comme la plupart des relations passionnées. Plus aucun contact ne fut possible après la rupture.

Rencontre synchronistique et messages symboliques

Nous croisons tous des gens qui surgissent dans nos vies et disparaissent tout aussi spontanément en laissant une marque indélébile. Ils font partie de ce que j'appelle des *rencontres synchronistiques* et correspondent à des passages importants, comme nous le verrons de façon détaillée dans le prochain chapitre.

La dimension synchronistique de nos relations interpersonnelles exprime le fait que certaines rencontres peuvent avoir une valeur symbolique dans la réalité tout comme les

personnages peuvent l'être dans un récit ou dans un rêve. Elle souligne aussi que notre rapport à l'autre est pavé de messages symboliques.

Toutefois, malgré ces repères symboliques, l'œuvre de notre vie est une ébauche qui ne sera jamais achevée. Nous sommes constamment confrontés à des choix et il nous sera toujours impossible de vérifier si nous avons fait «le bon choix». Nous ne pouvons en effet pas savoir où nous aurions conduit les sentiers que nous n'avons pas choisis. Un certain vertige peut nous envahir quand nous songeons à tous les choix que nous avons à faire (consciemment ou inconsciemment) sur une base quotidienne. L'Américain de Detroit que j'avais rencontré dans le train et qui avait tout quitté pour une femme avait-il pris la bonne décision? Et dans *L'insoutenable légèreté de l'être*, de Kundera, Tomas, qui revient à Prague, près de Tereza, et qui devient laveur de vitres, fait-il le bon choix? Et moi-même, qui ai décidé de demeurer à Québec plutôt que de suivre Bérénice, ai-je fait le bon choix?

L'abeille, exemple d'un symbole synchronistique

Bien que nous n'ayons jamais la certitude d'avoir fait le «bon choix», l'inconscient mobilise parfois le symbole pour nous «proposer» un sens dans ces périodes d'incertitude et de questionnement. Cela se traduira parfois par une expérience synchronistique, particulièrement lors de transitions ou de périodes charnières de l'existence. Par exemple, un des motifs symboliques de mon concerto relationnel avec Bérénice a pris la forme d'une abeille. Curieusement, au cours de nos rencontres, les abeilles s'imposaient déjà comme de petits motifs symboliques à peine «audibles». Souvent, lors de nos promenades, des abeilles bourdonnaient autour de nous.

Comme Bérénice avait renoncé à venir vivre avec moi, je devais faire un choix : poursuivre ma carrière de psychologue à Québec (carrière qui débutait et qui promettait grâce au réseau que j'avais créé) ou tout quitter comme l'avait fait l'Américain rencontré à Prague, et aller vivre avec Bérénice.

Ce fut probablement la décision la plus difficile que j'eus à prendre de toute ma vie. Alors que je presentais

l'envol imminent de son cœur vers un autre homme, j'ai finalement décidé de demeurer à Québec, ce qui a entraîné notre rupture. Le lendemain de ma décision, une abeille entra par la fenêtre de ma chambre, survola mon lit et me réveilla. Je prêtai peu d'attention à ce petit détail amusant. Mais voilà que quelques semaines plus tard, près de mon lit, j'aperçois une abeille morte. À ma grande surprise, un cheveu rouge est enroulé autour du corps de l'insecte. Je sais que le cheveu appartient à Bérénice qui s'était teint les cheveux en rouge peu avant notre séparation. En apercevant le pauvre petit insecte emmêlé dans le cheveu rouge, je me trouvais dans un état de fascination intense, un état typique de l'expérience synchronistique. On pourrait comparer cet état à la finale d'un concert bouleversant : un profond sentiment d'unité nous réconcilie alors momentanément avec nous-même et avec la vie. Nous ne pouvons que faire preuve d'humilité devant un tel spectacle. Quelques jours après avoir découvert cette abeille et ce cheveu rouge, tous les objets qui m'appartenaient et que Bérénice avait encore en sa possession se sont tout à coup retrouvés au pied de ma porte ; elle les avait déposés là alors qu'elle était de passage à Québec. L'inconscient avait choisi cette image (l'abeille morte dans un cheveu rouge) pour symboliser les thèmes de notre relation et m'aider à accepter cette rupture.

La méfiance que nous entretenions l'un et l'autre au début de notre relation avait été momentanément dissipée grâce à une plus grande intimité entre nous. J'associe ce rapprochement aux cheveux. Le cheveu est un symbole d'intimité dans la plupart des cultures. Brosser les cheveux de quelqu'un, par exemple, est un gage de confiance et de rapprochement. Mais malgré nos tentatives pour nous rapprocher et augmenter l'intimité entre nous, nous ne nous étions pas entièrement défaits de notre méfiance. Un cheveu rouge enroulé autour d'une abeille morte soulignait alors notre incapacité à entrer en relation.

Par ailleurs, l'abeille pouvait simplement évoquer l'attitude volage de Bérénice, attitude qui contribua à entretenir ma méfiance et ma distance. Mais elle est surtout un symbole

de résurrection et elle est associée aux transformations initiatiques: «À Éleusis et à Éphèse, les prêtresses portent le nom d'abeilles. On les trouve figurées sur les tombeaux, en tant que signes de survie post-mortuaire⁷.» L'abeille, cet insecte qui transforme justement le pollen en miel, illustre à mes yeux le caractère «initiatique» et symbolique de cette relation qui transforma ma vision du monde.

Certains lecteurs critiques pourront dire que le sens que je donne à cette synchronicité provient d'un désir de calmer mon angoisse par rapport à un choix qui a entraîné une rupture. La signification donnée à une synchronicité est certes en partie subjective et correspond à une période de remises en question ou de «faiblesse», pour rappeler la métaphore de la pièce *Le Visiteur* résumée dans l'introduction. Mais elle ne l'est pas plus que le sens que l'on peut donner à un résultat statistique ou à toute information objective.

Le sens qui s'impose dans la synchronicité n'est pas que subjectif, car il a un effet observable, c'est-à-dire qu'il déploie une forte charge émotive et témoigne de transformations dans des périodes de transition et de questionnement. Le sens d'une synchronicité prend racine à un niveau profond de l'inconscient collectif, au niveau de ce que Jung nomme la *psyché objective*⁸, et se présenterait à la conscience comme un phénomène aussi naturel que la pousse d'une fleur dans un champ. La psyché produit ainsi des symboles tout aussi naturellement que la nature produit ses fleurs. Devant ce phénomène naturel, plusieurs attitudes s'offrent à nous: on peut cueillir la fleur, la respirer, en faire un poème, ou encore analyser ses propriétés chimiques, la décomposer et tenter de la cloner. Avec la synchronicité, tout est une question de regard et de rapport au monde; elle présente un rapport au monde unifié et symbolique un peu comme le fait un conte ou un rêve.

7. Jean-Chevalier, *Dictionnaire des symboles*, p. 1.

8. La psyché objective est la forme la plus profonde de l'inconscient collectif où les contenus sont tous liés les uns aux autres en formant ainsi une unité indifférenciée.

Chaque rencontre a le pouvoir de transformer le cours de notre histoire.

Nous faisons tous l'expérience de coïncidences qui nous déroutent parce qu'elles semblent résolument tourner le dos au hasard. **Nous avons tous rencontré « par hasard » des personnes qui se sont mystérieusement trouvées sur notre route et qui en ont modifié radicalement la trajectoire.** Et si les circonstances qui surviennent à des moments précis de notre vie étaient orchestrées dans un but qui échappe à notre conscience ? **Qu'est-ce qui nous prédispose à de telles rencontres ?** Pouvons-nous supposer que nous avons affaire à des messages de l'inconscient qui franchissent, de façon fulgurante, les portes du réel ?

Inspiré par le concept de synchronicité du psychiatre suisse Carl Gustav Jung, ce livre propose de nouvelles voies de compréhension reliées à la passionnante question de la synchronicité relationnelle.



Jean-François Vézina est psychologue. Président du Cercle Jung de Québec pendant plus de sept ans, il a animé l'émission de radio *Projections*, sur les symboles au cinéma. Il est aussi conférencier et compositeur de musique électronique.

Du même auteur ▼

