

## **POURQUOI INTERPRETER LES REVES ?**

**Par Tristan-Frédéric MOIR**

Psychanalyste - Psychothérapeute - Onirologue

© <http://tristan.moir.free.fr/Nouveausite/interpretation-du-reve.html>

ACTU 2014 09 30

*"Le juge le plus habile en matière de rêves est celui qui possède la capacité de discerner les ressemblances ; car tout individu peut juger un rêve être suffisamment clair. Les images mentales ressemblent aux reflets dans l'eau. Le reflet n'est pas semblable à l'original, comme les images ne sont pas semblables à l'objet réel." Aristote*

### **Pourquoi interpréter le rêve ?**

Outre ses fonctions d'assimilation des événements, de régénérateur du système nerveux, de compensateur psychologique et de reflet intérieur, le rêve peut-il être interprété et pourquoi?

En tentant de faire passer au niveau de la conscience des aspects encore inconnus de notre personnalité, le rêve participe à notre évolution. L'interprétation du rêve a donc alors deux actions bénéfiques. Elle active le processus de conscience de soi et d'évolution, en même temps qu'elle nous apprend à communiquer d'une façon plus intuitive, avec le monde et plus directe avec les autres. L'interprétation et l'analyse du rêve permettent à l'individu de se reconnecter avec son désir profond ou le soi intérieur (le mandala intérieur selon Jung). Cette approche permet alors d'appliquer au mieux la fameuse formule de Socrate : "Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers entier."

D'autre part, le rêve donne accès aux points de blocage ou aux traumatismes de l'enfance qui resteraient inconscients et qui ont pourtant une incidence sur notre vie actuelle. De façon explicite, le rêve permet de découvrir rapidement la raison de certains troubles qui nous empêchent de nous épanouir aujourd'hui.

La connaissance des symboles permet de comprendre le sens du rêve et, petit à petit, de l'interpréter. Cette approche du rêve va avoir pour effet de mieux percevoir les fonctions inconscient/conscient. La communication de ces deux composantes de la personnalité amène à une plus grande harmonie, un mieux-être.

Le rêve est une perception objective de la réalité, la seule qui puisse nous permettre de discerner le mensonge intrinsèque à la réalité subjective de l'état de veille : Culture, éducation, conditionnement, croyances, intos, projections, certitudes, peurs, culpabilité, mauvaise foi, convoitise, jalousie.