

ALAIN FOURNIER – COACH HOLISTIQUE  
& ÉNERGÉTIQUE

ALFO-SAVOIR

L'importance des rêves



SAVOIR

Toute reproduction, adaptation, représentation ou traduction, même partielle, du présent ouvrage, sous la forme de textes imprimés, de microfilms, de photographies, de photocopies, ou de tout autre moyen chimique, informatique, électronique ou mécanique, ne peut être réalisé sans l'autorisation écrite de l'éditeur.

Tous droits réservés pour tous pays

Imprimé en Belgique : Alfo-Editions

© **Alain Fournier, éditeur**

Dépôt légal : D/2012/12.992/04

Rue Sainte Walburge 306 - B4000 Liège (Belgique)

Tél : 0032 (0) 4 252 61 12

[www.alf0-editions.be](http://www.alf0-editions.be)

[infos@alf0-editions.be](mailto:infos@alf0-editions.be)

## LES RÊVES !

Qui d'entre nous ne se souvient pas d'un rêve plutôt plaisant ?

Qui d'entre nous ne se souvient pas d'un cauchemar qui a longtemps laissé des traces dans sa mémoire ?

La majorité des personnes pensent que tout le monde se souvient de ses rêves ou au minimum de certains d'entre eux.

Pendant, nous ne sommes pas très égaux devant cette forme de mémoire.

Oui, nous rêvons tous, plusieurs fois au cours de la nuit. Oui, certains ne s'en souviennent pas aussi facilement qu'il n'y paraisse, voire qu'ils aient disparu à jamais de leur mémoire pour les plus mal lotis.

Pour ce qui est du cauchemar, le panel de ceux qui s'en souviennent est beaucoup plus large, touchant la plus grande majorité d'entre nous !

Pas bête l'inconscient ! Car lorsque le message lui apparaît comme très important, il peut passer du rêve au cauchemar ; souvenir garanti !

Observons les différentes sortes de rêves ou de souvenirs inconscients qui peuvent nous apparaître au cours de notre sommeil.

Le rêve manifeste un ensemble de phénomènes psychiques éprouvés au cours du sommeil.

Ceux-ci expriment certaines dualités, interrogations de vie, émotions vécues, ou encore des interpellations importantes sur des sujets sensibles. Il atteint son apogée dans la phase « paradoxale » du sommeil.

Depuis la nuit des temps, le sommeil est observé, analysé, décortiqué.

Déjà au temps des Egyptiens, il méritait une attention toute particulière au travers d'une « clé des songes ».

Le songe est plutôt lié à une notion d'idée ou d'imagination qui va se manifester au travers d'une sorte de « rêve poétique ».

Les songes ont même attiré la Divinité à s'intéresser à eux par l'entremise de Morphée.

Les présages et les oracles, sont plutôt associés à des messages adressés par les Dieux aux humains venus les consulter.

Le cauchemar est un rêve qui déclenche une forte charge émotionnelle négative.

Celle-ci est liée plus généralement à des sentiments de peur voire d'horreur. Il survient pendant le sommeil paradoxal.

Les terreurs nocturnes surviennent généralement en début de nuit et en phase de sommeil profond. Elles peuvent aussi déboucher vers le somnambulisme.

Le sens et le fonctionnement des rêves divisent les différentes branches du monde médical, comme c'est souvent le cas.

Notre but n'est pas de prendre part à cette diatribe : notre recherche est basée sur l'observation de ce que nous pouvons, très simplement à notre niveau, utiliser les informations transmises au travers de l'analyse de certains rêves.

## QUELQUES DIFFÉRENTES FORMES DE RÊVES

Rêve prémonitoire : Est un rêve dont les informations ne sont pas immédiatement compréhensibles, car la situation qu'il représente, ne se déroulera que plus tard dans la vie.

Parfois, cette situation est proche ; dans d'autres cas, elle peut survenir dans de longues semaines, des mois ou des années.

La situation décrite dans ce rêve peut se dérouler dans des lieux, ou en rapport avec des personnes proches du rêveur, alors que d'autres faits, pourront survenir dans d'autres endroits du monde, sans lien avec les personnes rêvées.

La difficulté réside dans le fait de ne pas savoir à qui il est destiné, à quoi il veut faire mention et où il pourra survenir.

Rêve induit suite à un problème : C'est un rêve qui survient souvent chez des personnes assez sensibles et réactives aux faits de la vie courante.

Ce type de rêve est généralement induit par un fait de la journée qui se termine, entraînant une réaction émotionnelle ou affective, de peur ou d'angoisse.

Dans le film du rêve, de nombreux éléments seront en référence directe avec ce vécu.

Rêve de ressenti intuitif : Ce rêve ne se présente pas très souvent, fort heureusement.

Il s'agit d'un rêve au cours duquel une personne va vivre émotionnellement et parfois même physiquement, une situation qui représente un accident, voire une mort.

S'il s'agit d'une personne très proche du rêveur, l'information se rapportant à l'origine de ce rêve arrivera généralement quelques heures plus tard.

Il est aussi possible de n'en être informé qu'après un certain temps qui peut varier de quelques semaines à quelques mois, dans le cas d'un ami dont on avait perdu la trace par exemple.

La personne à laquelle le rêve faisait référence, émotionnellement proche du rêveur à un moment de la vie, aura vécu un fait très grave au moment même où ce rêve se déroulait.

Ce type de rêve se termine toujours par un réveil brutal de même sensation que pour le cauchemar. Il arrive aussi que le corps physique soit profondément marqué par une perception similaire à ce que la personne accidentée subissait au même moment.

Rêve lucide : Ce rêve représente un état dans lequel le rêveur est conscient qu'il est occupé à rêver. Le rêveur se perçoit comme acteur de la situation, possédant un libre arbitre.

Il devra se souvenir de son rêve à l'éveil, tout en ayant pu raisonner et percevoir certains éléments du rêve à l'aide de certains des cinq sens.

Certains de ces rêves se manifestent au travers d'un état de sortie astrale ou « d'expérience hors du corps ».

Rêve cauchemar : C'est tout un rêve qui se produit, lui aussi, dans la phase du sommeil paradoxal.

La grande différence avec les autres formes de rêves se situe dans les émotions énormes qu'il va exprimer. Il poussera à coup sûr le rêveur à un réveil assuré et mouvementé, dans la peur, le stress ou l'émotion.

Cependant, ce type de rêve s'observera de manière très proche du rêve message.

Rêve messenger : C'est celui qui nous intéresse plus particulièrement car il peut contenir un message qu'il faudra pouvoir décrypter, pour ensuite pouvoir l'intégrer au sens et à l'évolution de votre propre vie.

Nous allons aborder ce type de rêve en détail.

## APPROCHE SUCCINCTE DU MÉCANISME DES RÊVES

Nous n'allons pas suivre l'évolution des différents courants de pensée au fil des siècles concernant le phénomène des rêves.

Il est certain que l'observation des rêves a évolué parallèlement aux différents climats de pensées, aux convictions, à l'importance du Divin dans la vie.

Les découvertes des aspects de l'inconscient révélés par Freud puis Jung et par celles et ceux qui les ont suivis ont aidé à cette évolution.

Lorsque nous observons plus spécifiquement le climat actuel, nous allons trouver deux grands courants de pensées.

\* Sigmund Freud, père de la notion de l'inconscient individuel, perçoit le rêve comme une sorte d'accomplissement d'un désir. Son approche, pour phénoménale qu'elle fut à l'époque où il écrivit ses conceptions, était fort axée sur « les désirs refoulés dans l'inconscient ». Il reste indiscutablement celui qui a ouvert très largement la porte de l'analyse qui prévaut aujourd'hui, même si elle a été et est encore discutée voire controversée.

\* Carl Gustav Jung, ouvrant l'inconscient à la notion de la mémoire collective, estime que le rêve est destiné à libérer les tensions internes pour rétablir un meilleur équilibre psychique. Un mécanisme dont la fonction est compensatoire, se nourrissant dans le



tiroir de l'inconscient collectif, pour réajuster l'équilibre psychologique. Le rêve participe à l'élaboration et à la structure de la personnalité.

A partir de ces deux pionniers de l'inconscient, l'analyse du rêve va puiser dans les symboles qui sont eux-mêmes liés à l'imaginaire humain.

Qui d'entre nous pourrait encore douter aujourd'hui de l'impact énorme que les symboles occupent dans notre vie. Le code de la route, le GSM, l'ordinateur, toutes les nouvelles technologies fonctionnent quasi exclusivement à l'aide de signes.

D'autres formes d'allégories et de figurations vont être exploitées lors de l'analyse de certains rêves.

Dans notre langage, beaucoup d'expressions tirées des allégories comme par exemple, « une mémoire d'éléphant », « malin comme un signe », « rusé comme un renard » sont usitées.

L'animal devient alors, à cet instant, un symbole représentatif qui sera par ailleurs consacré au logo des sites internet.

Les membres ou les organes humains peuvent aussi devenir des symboles au travers d'expressions telles, par exemple, « des bras protecteurs », « un regard de braise », « un cœur de pierre ».

Les symboles participent à la vie de tous les jours comme, par exemple, « le caducée » qui manifeste le rapport avec les professions médicales ou proches.

Chacun a déjà pu voir des symboles de sociétés secrètes et/ou initiatrices tels ceux des francs-maçons,

de la Rose croix ou encore les différentes options médicales de la croix verte, rouge, jaune ou bleue.

## CAUSES ET VALEURS DE L'ANALYSE DES RÊVES

Tous les rêves ne sont pas aussi intéressants à analyser en termes d'évolution humaine, s'entend.

D'une manière assez simplifiée, le rêve serait l'expression de l'inconscient qui cherche à faire passer un message, une information, un projet d'orientation future, au-delà de la barrière que le mental peut installer.

Analysons le fonctionnement de l'inconscient dans son aspect « protecteur ».

Dès la phase prénatale, l'enfant reçoit une série d'informations de tout genre. Il s'agira de sensations, de vibrations, de perceptions, de ressentis, qui chemineront vers une classification dans son mental naissant.

Dès sa naissance, il va rencontrer un langage verbal, qu'il va chercher à positionner en rapport de ses ressentis.

Ensuite, il va être guidé par les parents et d'autres personnes qui s'occuperont de lui, à relier des mots avec des sensations, des vibrations, des ressentis, etc.

Il conscientisera les dualités, les oppositions entre certains mots et les vibrations qui « devraient » s'y rapporter.

Petit exemple : Je t'aime...mais je m'énerve et je vais me fâcher !

Aimer s'associerait donc à être fâché !

Je ne sais plus ce qui est juste parce que je le ressentais autrement et, par ailleurs, un autre membre de la famille parle aussi de m'aimer et ne se fâche pas !

Pourquoi cette différence ?

Qu'est-ce qui est vraiment juste ?

Un doute s'installe et je ne sais plus trop à quoi ou à qui me raccrocher. Cependant, mes besoins me poussent vers la personne qui les satisfait...et qui est justement ici celle qui crée cette dualité dans mon esprit.

Je vais donc privilégier mon besoin le plus urgent qui est vivre. Je vais mettre de côté, m'isoler, m'enfermer, voire me couper, peu à peu de l'autre, de la notion d'aimer ou de recevoir de l'amour !

Mais, tout au fond de moi, le besoin d'amour est vital et naturel.

En conséquence, je vais créer une opposition par une sorte de froideur, en pensant que je n'ai pas besoin d'amour, ou encore en devenant agressif pour repousser les marques d'amour.

C'est mon mental qui va créer cette forme réactive pour protéger mon émotionnel de la souffrance. Au

niveau de la thérapie, je parlerai d'un schéma de blocage et d'un cliché à travailler.

Au travers de ce petit exemple, nous pouvons constater que le mental et l'inconscient sont opposés dans la nouvelle perception de la notion d'amour.

L'inconscient garde sa perception initiale du bienfait et de la nécessité d'aimer ou d'être aimé, tandis que le mental se fige sur le principe vital élémentaire, de la protection du psychisme, c'est-à-dire notre seuil de souffrance. Il va créer une carapace, façonner un « être périphérique », créer une nouvelle expression du Moi.

Le rêve sera une des techniques que possèdent l'âme et l'inconscient pour tenter de réveiller notre attention sur un blocage, sur un état de mal être ou sur une opposition importante qui peut devenir destructrice.

Dans une première phase, nous traverserons des messages de vie, des situations personnelles ou vécues par notre proche entourage, qui auraient pu nous mener à réaliser qu'il existait un problème, que notre fonctionnement n'était pas si positif et si intéressant que cela.

Viennent ensuite les rêves qui vont tenter de nous secouer de l'intérieur si tant est que notre mental ne réussisse pas à bloquer l'information en empêchant le souvenir. Il y aura encore une gradation possible dans cette technique d'information, au travers des cauchemars. Ces derniers, beaucoup plus difficiles à

bloquer pour le mental, débouchent très souvent sur un éveil assez brutal, stressant et angoissant.

La phase suivante possible est encore plus gênante car elle va toucher à notre intégrité physique.

Elle consiste en la manifestation de malaises qui nous obligent à nous arrêter, à nous interpeller, à nous reposer, à consulter. De simples petits états de mal être, des malaises physiques ou psychologiques, des petits incidents ou accidents, sont déjà autant de phénomènes qu'il convient d'observer.

Chacun d'entre eux, pris séparément, ne peut être reconnu comme une information stable et indiscutable. Par contre, lorsque plusieurs de ces petits détails se rejoignent, telle une toile d'araignée qui retient sa proie, ce tissu d'informations devrait également retenir notre attention.

En seconde intention, cette forme de message peut évoluer vers les maladies. Soit en ouvrant la porte à des microbes ou virus qui vont nous atteindre, soit en déclenchant des aspects génétiques déjà présents, certes, mais que tous ceux qui en possèdent ne déclencheront pas systématiquement.

Nous entrons ici dans le principe des somatisations.

Le rôle du rêve consiste à nous permettre à ne pas devoir arriver à des extrémités aussi graves, parfois même irréversibles.

Le rêve recèle une aptitude à être le « nettoyeur » des éléments qui ont perturbé notre équilibre psychique. Il relève aussi d'un processus du corps

pour éliminer les pensées inachevées ou informes et les infos superficielles. Il est indispensable à la récupération mentale et physique, ainsi qu'à la fixation de la mémoire.

Le rêve a la capacité d'être une sorte de guide, un chemin utilisé par l'intuition et les instincts créatifs, pour nous apporter des informations de mieux-être.

L'observation, le décryptage et l'analyse des éléments du rêve ne relèvent pas d'un simple passe-temps ou d'un plaisir. Ils peuvent apporter des informations très utiles dans la recherche de l'équilibre ou du mieux-être.

Le rêve informe, attire l'attention, révèle des indices, généralement inconscients ou, à tout le moins ignorés, volontairement ou non.

Le principe de l'analyse consiste à lire ces informations, non dans le sens d'une attente ou d'une confirmation de quelque chose que l'on veut atteindre, mais bien comme un élément dont on ne sait initialement pas à quoi il se rapporte. C'est un certain gage d'objectivité et de neutralité.

## **TECHNIQUES D'OBSERVATION**

Lorsque l'inconscient et/ou l'âme vont nous éclairer sur l'existence de cette dualité ou de cette anomalie dans notre fonctionnement, le mental voudra nous empêcher de recevoir ce message. Il poursuit tout simplement sa mission de protection du

psychique, en éloignant cette éventuelle douleur déjà vécue par notre conscience.

La première conciliation possible avec le mental réside en une prise de conscience de l'utilité de ce message, de la bonne conscience du mal que certains faits de la vie peuvent contenir, mais aussi de la conviction positive quant au positivisme de cette libération.

La seconde préparation consiste en la présence sur votre table de chevet, d'un bloc de papier et d'un bon crayon à la mine pas trop fine et d'une structure semi grasse. Le stylo pourrait ne pas fonctionner, la mine trop taillée d'un crayon se brise. La bonne manière d'agir dès l'ouverture de vos yeux est de ne pas attendre le réveil total pour écrire tout ce qui vient succinctement, sans interpréter ni modifier les bribes de souvenirs.

La troisième possibilité, un petit moyen qui m'a été un jour révélé, s'apparente à une technique de conditionnement.

Vous prenez un verre d'eau en allant vous coucher. Vous vous concentrez quelques instants sur le souhait ardent de vous souvenir de vos rêves, pour ensuite boire la moitié du verre en mettant votre confiance dans l'énergie de l'eau.

Dès le réveil, vous buvez la seconde moitié du verre en restant paisible quelques instants. Il semble que certaines personnes arrivent alors à se remémorer d'éléments de leurs rêves.

Cela fonctionne tout de suite pour certains, après un certain nombre de jours non prévus pour d'autres...et pas vraiment pour une dernière tranche de ces aventuriers. Mais cela vaut la peine d'essayer.

Dans tous les cas, hormis celles et ceux qui sont capables d'écrire une mini livre avec de nombreux détails dès leur éveil ou plus tard dans la journée, je vous conseille de procéder de la manière suivante :

Il est tout d'abord important de ne pas chercher ni de créer de la calligraphie. Votre but n'est pas de réussir un concours d'orthographe.

Vous laissez sortir tout ce qui vous vient à l'esprit, sans réfléchir, sans analyser, sans rien changer, même si le doute s'installe. Les premières perceptions et/ou les premiers souvenirs sont essentiels.

Suivez strictement l'ordre, ou même le désordre apparent, dans lequel les mots, les souvenirs, les perceptions ou les impressions vont venir.

Vous inscrivez très succinctement les mots qui vous viennent à l'esprit en colonne sur la gauche de votre feuille.

Les mots ou les expressions que vous retiendrez seront principalement :

- féminin ou masculin ;
- père ou mère ou... ;
- métier ;
- moment de la journée ;
- période de l'année ;
- époque de vie ou sociale ;



- nombre ou signe symbolique ;
- le ou les lieux ;
- monter ou descendre ;
- situation ;
- partie du corps ou organe ;
- objet ;
- véhicule ;
- couleur ;
- odeur ou autre sensation ;
- Etc...

Ensuite, vous vous référerez aux livres d'analyse des rêves, en privilégiant les ouvrages de type « dictionnaire des mots » plutôt que des ouvrages qui décrivent déjà des situations. Avec ce type de référence, vous pouvez vous laisser détourner du sens premier par un autre mot, une explication, une orientation de l'auteur, etc.

## DÉCRYPTAGE DU RÊVE

Le mieux est de pouvoir inscrire une brève et simple définition en face de chaque mot.

Toutefois, il arrive que plusieurs informations soient transmises en rapport de différents éléments extérieurs comme, par exemple, l'été sous l'orage ou par grand soleil. Vous notez alors ce qui correspond au climat général, à la perception, à l'émotion, etc.

Le relevé de toutes les informations possibles terminé, vous allez laisser votre regard et votre esprit

« glisser » sur toutes les définitions et/ou explications écrites. Vous percevez alors généralement une sorte de « fil rouge », une ligne ou une trame qui va éveiller une résonance, une vibration en vous.

Par la suite, vous associez ces informations avec vos perceptions, mais aussi avec des messages vécus précédemment, avec des interrogations posées mentalement ou verbalisées, avec les situations auxquelles vous êtes actuellement confrontés, etc.

## RÈGLES À OBSERVER

Tout ce que vous allez voir dans le rêve fait référence à vous-même. Par conséquent, agissez de manière égoïste pour analyser un rêve.

Quelques petits exemples :

\* Vous voyez un homme qui s'oppose à une femme.... = les deux vous représentent et manifestent l'expression d'une dualité intérieure de votre masculin et de votre féminin.

\* Vous êtes une femme et vous voyez une petite fille avec sa mère...= manifestation d'une tension ou d'une dualité entre vos valeurs instinctives de petite fille et les « obligations » de la femme d'aujourd'hui. Pour l'homme, il suffit d'inverser.

\* Vous êtes dans une maison... = tout ce que vous allez voir correspond à vous. Ce qui se déroule à gauche est en rapport avec votre mère, vos émotions ou votre féminin ; à droite, c'est en rapport avec votre père, avec l'action ou votre masculin.

\* Vous êtes en rêve dans une vie qui s'est déroulée il y a très longtemps...= soit la nécessité de trouver la raison karmique de... , soit que le passé a une très grande importance dans ....

Les personnages que vous rencontrez, les métiers qu'ils pratiquent ou que vous pratiquez vous-même, doivent orienter votre attention vers des aspects émotionnels, sociaux ou comportementaux (et non pas professionnels comme on pourrait imaginer dans cet exemple). Ils représentent les moyens dont vous disposez pour faire évoluer votre vie.

\* Vous êtes à une soirée avec de nombreux médecins... = le rapport au symbolisme de ce métier.

\* Vous vous trouvez quelque part avec quatre personnes du même sexe que vous... = le rapport au chiffre 5 (4 + vous).

\* Vous participez à un grand souper, au cours d'une grande fête... = l'aspect social et la convivialité que vous possédez ou à laquelle vous devriez vous ouvrir.

Les lieux où se situe l'action expriment vos champs d'action privilégiés et vos potentialités pour nourrir et améliorer votre vie.

\* Vous montez l'escalier vers le grenier... = évolution en cours soit vers le mental, soit vers votre spiritualité ou vers les choses de l'esprit.

\* Vous êtes ou vous vivez quelque chose dans un château... = la puissance protectrice dont vous avez besoin, mais aussi la manière d'être ou non en contact avec votre inconscient. Il parle aussi de certains secrets qui seraient cachés dans votre vie.

\* Vous êtes seul dans cette ville au milieu de la foule qui marche... = vous avez difficile à définir votre personnalité, étouffé par les autres. Vous avez besoin de vous sentir protégé tout en découvrant votre personnalité.

Les comportements perçus et vécus par vous-même, vont manifester la manière dont les émotions orientent ou conditionnent votre vie.

\* Vous observez ou vous êtes engagé dans une relation homosexuelle en... = expression d'un conflit intérieur entre féminin et masculin qui empêche votre créativité.

\* Vous êtes face à un animal dont la force vous immobilise et vous ne savez... = l'expression d'une force passionnée intérieure qui vous submerge et vous immobilise.

\* Vous êtes confronté à une catastrophe qui détruit... = nécessité de laisser partir un état ou une partie de

vos fonctionnement, de perdre certains éléments matériels de votre vie, pour reconstruire. Sortir de ce qui vous handicape.

Les objets parlent de vos possibilités, de vos moyens pour avancer dans votre vie. Ils vous renseignent sur des potentialités dont vous ne connaissez peut-être pas l'existence, ou dont vous n'imaginez pas le réel pouvoir.

\* Vous téléphonez avec ou vous voyez un téléphone = notion que vous menez une vie contradictoire, soit que vous avez tendance à cacher une relation, soit qu'il existe un secret intérieur important.

\* Vous rêvez que vous portez une alliance ou vous voyez un anneau symbolique = relation affective ou un contrat qui engage. Suivant l'état d'esprit dans lequel votre rêve se déroule, il manifeste la notion d'une alliance ou au contraire d'une rupture.

\* Vous rêvez que vous êtes menacé par une arme ou que vous en portez une = en cas d'arme blanche, cela se rapporte à un conflit sexuel ; en cas d'arme à feu, à un conflit matériel ; en cas d'arme de jet, à un conflit matériel.

Les personnages mythiques parlent de votre aspect spirituel, mais également de vos forces profondes et de vos faiblesses viscérales. Bien observés, ils renseignent sur les dualités profondes qui perturbent vos comportements en y manifestant les raisons profondes.

\* Vous rêvez que vous êtes un ange ou que vous êtes en contact avec... = information que la partie spirituelle de votre personnalité demande ou qu'elle est poussée à se manifester, à s'ouvrir, à s'exprimer.

\* Vous rêvez d'une situation qui vous confronte à un démon = dualité profonde entre vos désirs et les réalités que vous mettez en pratique. Vous êtes confronté à des désirs contradictoires.

\* Vous rêvez que vous êtes ou que vous voyez Icare = tendance à échapper à l'action, à fuir les réalités en ignorant les faits du quotidien, en mentalisant.

Les événements que vous vivez ou les actions que vous entreprenez ou subissez, vous renseignent sur les dualités de la réalité de votre vie.

\* Vous subissez ou vous assistez à un accident.... = perturbations par d'énormes problèmes qui vous affectent au niveau de votre état psychique.

\* Vous rêvez que l'on vous ampute ou que vous assistez à une amputation ou que vous voyez une personne amputée... = nécessité de lâcher prise et de prendre une autre voie en rapport d'une partie de vous, de certaines possibilités ou désirs.

\* Vous êtes occupé à écrire... = la manifestation du fait que vous entrez dans une période de réalisation de ce que vous pensez et/ou ressentez. Vous accédez à

une étape de vie où il est nécessaire d'affirmer vos intuitions et vos aspirations profondes.

De nombreux mots ne correspondent pas à l'idée que la majorité des gens s'en font souvent, en première réflexion.

En voici quelques exemples :

\* La cheminée ne représente pas simplement la notion du feu, mais la communication entre ciel et terre, entre raison et sentiment.

\* Une tombe ne représente pas une notion de mort, mais la manifestation que certains manques affectifs de l'enfance, que toutes les émotions refoulées au plus profond de vous doivent sortir. Il est temps de libérer ce passé.

\* Voir une bicyclette ou faire un tour à vélo ne signifie pas qu'il est nécessaire pour vous de faire du sport, mais que vous êtes occupé de prendre votre personnalité en main et d'aller vers votre autonomie.

\* Le métier d'infirmier, vécu par vous ou entre les mains duquel vous vous trouvez, ne signifie pas que vous allez tomber malade ou vivre un accident, mais que vous souffrez d'un malaise ou d'un chagrin assez important qu'il est nécessaire de découvrir ou de révéler pour guérir.

\* Le diable que l'on voit ou qui semble présent dans le rêve n'est pas le message que vous êtes maudit ou

attaqué, mais que vous pouvez enfin accéder à une sorte de sagesse en dépassant vos peurs, vos doutes et vos faiblesses.

D'autres mots correspondent au symbolisme premier que l'on peut s'imaginer comme :

\* Une porte représente le passage entre un lieu et un autre, entre un état et un autre, l'accès ou non à certains lieux ou objets.

\* L'argile représente la notion de façonner, de transformer votre vie. Vous avez à réagir en fonction du climat dans lequel le rêve se déroule.

\* Un escalier que l'on monte signifie effectivement que l'on est en phase d'évolution et de progression alors que le descendre manifeste une régression ou un état de mal être.

\* Les yeux sont comme les fenêtres ouvertes ou fermées aux réalités ou vérités.

\* Le métier de postier représente la notion de recevoir ou de transmettre un message...à soi-même.

\* La notion de se laver de ou laver quelque chose représente la nécessité de libérer certaines pollutions de notre vie, de faire le vide et de retrouver sa propreté, sa pureté.



Je vais terminer par un petit exemple complet et assez édifiant de la neutralité qu'il est important de garder face à vos propres rêves.

Situation : Un homme, marié, rêve qu'il se rend chez la coiffeuse commune du couple, en emportant avec lui une casserole. Il entre dans le salon de coiffure mais la coiffeuse et lui-même se rendent dans la cuisine où ils se retrouvent occupés à faire l'amour !

Son état : L'homme est profondément perturbé et en état de confusion. Il se sent coupable de cette « pensée » et en malaise absolu d'en encore se présenter devant cette dame ainsi qu'en rapport de son épouse.

Analyse : Il est tout simplement en phase d'un projet ou d'un état qu'il convient de mettre en action. Il lui est nécessaire d'intégrer de nouvelles données personnelles, de nouvelles sensations ou de nouveaux comportements, de sortir de ses rigidités et de ses blocages, pour retrouver un nouveau et bel équilibre affectivo/sexuel, avec son épouse s'entend.

J'espère que ces informations vous apporteront un nouveau regard sur ces richesses que peuvent receler vos rêves voire vos cauchemars.

Je ne peux que vous conseiller de vous documenter et de toujours garder assez de neutralité dans votre analyse. Si vous êtes émotionnellement impliqué, il est toujours judicieux de solliciter un regard extérieur.

Belle lecture et n'hésitez pas à transmettre vos questions ou remarques sur le forum ou par E-mail. J'accepte avec grand plaisir, toute proposition de sujet à développer dans le futur

## QUELQUES LIVRES CONSEILLÉS

C.G.Jung, *L'Homme à la découverte de son âme*.

Michel Juvet, *Le Sommeil et le rêve*, Editions Odile Jacob.

Claude de Milleville, *Guide de l'interprétation des rêves*, Editions Solar.

J. Chevalier & A. Gheerbrant, *Dictionnaire des symboles*, Editions Robert Laffont.

Didier Colin, *Dictionnaire des symboles, mythes et légendes*, Editions Hachette.

# NOS OUVRAGES

## Alfo-Vivre :

Corps-Âme-Esprit ; vers l'unicité de l'être

Mémoires et énergies subtiles de nos maisons

## Alfo-être :

Enfants et parents du troisième millénaire

Femme libérée...surbookée

## Alfo-Savoir :

Importance et analyse des rêves

La thérapie Holistique

## Alfo-Informer : (Gratuit sur site)

Chemin d'un auteur candide dans la jungle de l'édition

## Du même auteur & Mme Defays :

*Prenez conscience d'un mieux-être : L'outil astrologique - L'examen karmique, TESTEZ Editions.*