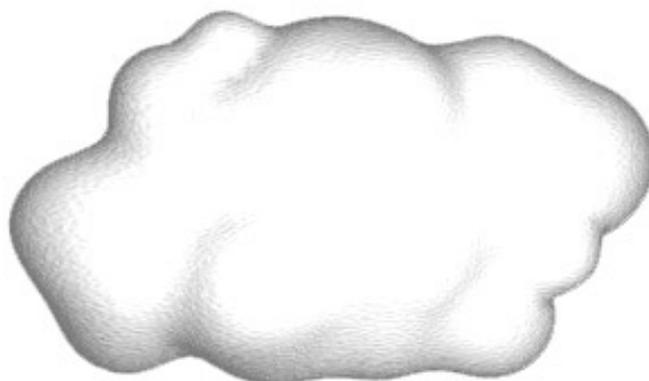


# ANALYSE DE RÊVES EN GROUPE



F. Wulliemier, 1082 Corcelles-le-Jorat  
Tél.: +41 (0)21 - 903.22.70  
E-mail: [f.c.wulliemier@bluewin.ch](mailto:f.c.wulliemier@bluewin.ch)

## *Voici comment fonctionnent les groupes d'analyse de rêves que j'ai l'habitude de faciliter:*

- On commence par un exercice d'enracinement et d'ouverture, destiné à faciliter un «ajustement» aux niveaux physique, psychologique et spirituel, exercice guidé verbalement par le facilitateur, permettant à chacun de calmer son activité sensorielle et mentale, voire d'entrer dans un état méditatif pour les participants les plus entraînés. Au niveau collectif, ce genre d'exercice, répété avant et après chaque pause – c'est à dire huit fois dans une même journée – crée une atmosphère propice à l'efficacité de ce type de travail, les participants devenant progressivement plus solidaires, réceptifs et intuitifs par phénomène de résonance.
- Chacun faisant de son mieux pour rester dans un état intérieur aussi exempt que possible d'interférences, l'un(e) des participant(e)s expose alors un rêve, après avoir demandé à quelqu'un d'en consigner les points importants (mots-clés, émotions, symboles, dessin d'une scène, etc.) sur un « paper-board » visible de tous.
- Il peut être enrichissant de demander au participant qui présente son rêve (au présent de l'indicatif, afin de le rendre le plus vivant et actuel que possible), de le raconter une deuxième fois, ce qui permet fréquemment l'émergence de nouveaux éléments.
- A certains moments du récit, ou à la fin de celui-ci, le facilitateur encourage les participants à faire préciser certains aspects du rêve présenté et à poser au rêveur les questions qui leur viennent à l'esprit.
- Après avoir vérifié et éventuellement corrigé sa « condition intérieure », chaque participant du groupe s'approprie les informations fournies à propos du rêve, en silence, comme s'il s'agissait de son propre rêve (« phase d'appropriation »).
- Des propositions de compréhension de certaines parties du rêve ou de son ensemble sont alors faites au rêveur : autrement dit, chaque participant offre ses « projections personnelles » à propos du rêve présenté, qui est momentanément devenu « propriété commune » du groupe<sup>1</sup>. Durant cette phase, le rôle du facilitateur consiste à la fois à accueillir toutes les idées émises – ce qui

---

1 Les participants sont bien entendu tenu de garder confidentiels tous ces échanges.

garantit la richesse des hypothèses – et à faire peu à peu respecter sa méthode de travail, ce qui permet entre autres de déterminer le type de rêve et les niveaux de conscience auxquels le rêveur se situe. Le facilitateur peut également faire ses propres propositions interprétatives quant aux contenus du rêve présenté, en particulier lorsque la discussion a tendance à tourner en rond. Son rôle principal est cependant – par le modèle qu’il donne de son ajustement bio-psycho-spirituel permettant l’utilisation silencieuse d’outils spirituels, ainsi que par ses interventions verbales – de prévenir une certaine confusion pouvant classiquement s’installer dans le travail de tels groupes, en raison de la surabondance d’idées disparates proposées et du mélange d’interventions de niveaux hiérarchiques différents.

- Parmi les diverses propositions qui lui sont soumises, le rêveur sélectionne celles qui le touchent et lui parlent le plus, si bien que peu à peu émerge une ou plusieurs compréhensions globales possibles de son rêve, compte tenu des caractéristiques de ce rêveur et de son contexte de vie
- Le facilitateur propose alors aux participants un exercice collectif d’ajustement bio-psycho-spirituel (voir ci-dessus), avec la consigne d’utiliser les outils spirituels à leur disposition : il s’agit de laisser venir en soi des suggestions positives silencieuses ou une prière concernant la situation rapportée<sup>2</sup>.
- Les participants sont ensuite invités à informer verbalement le rêveur de ce qui leur est venu en pensées ou en images durant l’exercice collectif silencieux : ce partage a en général pour effet d’ouvrir encore davantage les cœurs des participants, de créer une grande confiance mutuelle et une remarquable solidarité.
- Le rêveur prend quelques notes afin de pouvoir réfléchir ultérieurement à ce qui est ressorti de ce travail en commun. Il est encouragé à observer si d’autres rêves viennent par la suite lui donner de nouvelles informations, explications ou hypothèses, ce qui l’amènera éventuellement à donner un complément d’information (catamnèse du rêve) lors d’une réunion ultérieure du groupe.
- Des phénomènes télépathiques et des effets thérapeutiques apparemment mystérieux sont parfois rapportés par certains participants à ces groupes d’analyse de rêves.

---

2 Ces outils spirituels sont décrits et exercés dans un autre séminaire intitulé « Principes de base pour des interventions thérapeutiques d’inspiration spirituelle », que les participants aux « groupes rêves » ont pour la plupart suivi auparavant.