



À QUOI SERT-IL DE RÊVER ?

Enrico Pizzolato*



Juin 2025

Les rêves expriment une autre modalité qu'a notre psyché de fonctionner. La nuit, nous pensons autrement ce qui hante nos jours, et le jour nous sommes hantés par ce que nous rêvons la nuit. Conscient et inconscient se nourrissent l'un l'autre en une danse à deux temps.

Pour sa théorie de la relativité, Einstein a été inspiré par les images d'un rêve, de même que le chimiste Friederich Kekulé von Stradonitz qui a découvert la structure circulaire du benzène en rêvant de serpents qui s'embrassent en un cercle. Nils Bohr a eu l'intuition de la structure des atomes en rêvant du système solaire. Les exemples de ce type abondent. Ils racontent la séparation de notre psyché en deux instances aux règles singulières. Ils racontent l'autonomie de notre part inconsciente et ils racontent également que la psyché privilégie les images comme support de son langage.

Dans la première partie de cet essai, je propose une sensibilisation au phénomène du rêve. Comme le dit Bachelard, l'image ne peut être pensée que par l'image - c'est donc bien avec des images que je nous propose de plonger dans les songes.

Dans un second temps je me pose la question des origines de la psyché humaine, comment elle s'est développée, dans quoi elle s'enracine et ce qu'elle raconte de la nature de l'être humain, *cette créature jeune et turbulente*.

Dans la dernière partie, un peu plus personnelle, j'analyse les graves conséquences collectives de ne pas prendre nos rêves au sérieux.



I. Ce que les Rêves racontent de la double et étrange Nature de notre Psyché



Le rêve de Jacob, Ary de Vois - circa 1670

Dans le mythe d'Oedipe, le Sphinx pose deux énigmes au jeune héros. L'une d'elles est la suivante.

*Il était une fois deux sœurs, l'une est la mère de l'autre et la seconde donne naissance à la première. Qui sont-elles? **

À celui ou celle qui rêve

Nous rêvons toutes et tous, chaque nuit. Pourtant, combien d'entre nous prêtent encore attention à ce que les rêves tentent de nous dire? Les rêves sont porteurs de sens, des sens multiples, parfois dérangeants, toujours précieux. Ils nous désorientent, nous surprennent, nous remuent - mais une chose est certaine: ils savent de nous ce que nous ignorons encore.

Le matin les rêves nous semblent évanescents, fragiles, comme translucides. C'est qu'ils sont déjà devenus un souvenir. Nous ne les percevons que depuis notre perspective diurne, celle de l'éveil - entre chiens et loups - alors que nous sommes en train de *revenir à nous*. Il est si facile de les oublier: un battement de cils suffit à les balayer vers les profondeurs opaques et silencieuses de notre nuit. Et si souvent il nous arrange de les oublier, c'est que nous pressentons leur puissance. Retenir ses rêves, les considérer et les dire à quelqu'un qui sait les lire en connaissance de cause (la nôtre) pour en révéler les sens, demande du courage. Cela suppose un désir et une nécessité d'aller découvrir ces parts inconnues de nous-mêmes.

Lorsque nous nous souvenons de nos rêves, nous sommes étonnés de découvrir ces contenus qui émanent de nous : des lieux, des paysages, des personnes, des situations dont nous ne savions pas qu'ils nous habitaient. Ce sentiment d'étrangeté, ce mélange entre familiarité et surprise nous démontre bien que nous ne sommes pas conscients de tout ce qui nous peuple, de tout ce qui traverse nos psychés. Et c'est bien cela qui s'exprime dans nos rêves : notre part **in-consciente**. On peut alors voir le phénomène du rêve comme comme un espace-temps, une jonction, un pont qui relie et fait communiquer, plus que tout autre état modifié de conscience, l'inconscient et le conscient, notre part diurne et notre part nocturne.

L'autre moi qui veille quand je dors

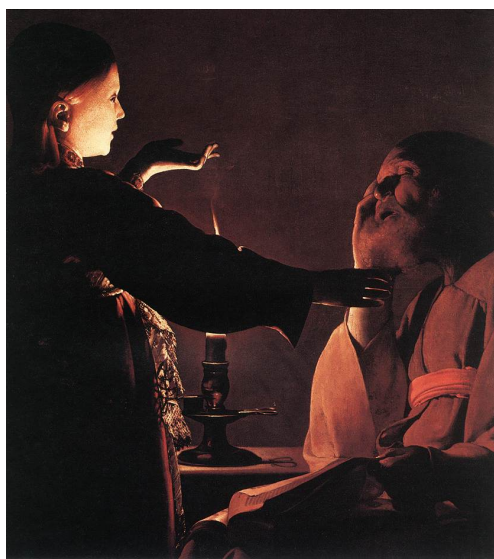
Lorsque nous rêvons, une question se pose: *Qui rêve?* Car lorsque nous nous endormons nous tombons inconscients, justement. Siri Hustvedt, la romancière et essayiste américaine, nous suggère que lorsque nous nous endormons, c'est un autre moi qui se lève: un *moi nocturne* qui

* Réponse à la dernière page



fonctionne selon d'autres modalités que le moi diurne qui lui est aux prises avec la réalité *matérielle* et quotidienne. La perspective diurne et la perspective nocturne sont radicalement différentes : deux manières qu'a notre psyché de considérer, d'appréhender notre expérience humaine. Deux perspectives qui fonctionnent de façon presque opposée, *chacune de son côté du miroir*. Deux perspectives qui pourtant se nourrissent et s'influencent l'une l'autre dans une danse à deux temps, entre l'éveil et le sommeil. Ainsi *respire* naturellement la psyché, entre le règne du moi et le règne de l'âme, entre le jour et la nuit.

Renversements



Le Rêve, Georges de La Tour - circa 1643

Lorsque nous nous endormons nous tombons inconscients, alors pendant la phase du sommeil paradoxal, le rêve se déploie sans que *nous* n'y puissions rien. *Nous sommes* comme enveloppés, encerclés par un monde d'images, *en proie* à la puissance du rêve : **nous sommes alors faits (comme des rats) par le rêve**. Le matin nous nous réveillons et nous disons : **j'ai fait un rêve**. C'est là que réside la frontière entre ces deux mondes: *avoir fait un rêve ou être fait par lui*¹. L'illusion de notre toute-puissance se heurte alors à cette part autonome - presque vexante - de notre psyché.

¹ James Hillman, *Il sogno e il mondo infero*, Adelphi, 1979

Conscient et inconscient co-existent et racontent deux visages bien différents de notre nature partagée en un étrange (dés)équilibre: D'un côté la face diurne, incarnée, moléculaire, corporelle et locale. De l'autre, la face nocturne, illimitée, non-locale, un peu à l'image de notre imagination qui n'a que faire des frontières physiques, temporelles et d'autres types d'embarras.

Les grecs se posaient la question du rêve autrement : *Où allons-nous lorsque nous nous endormons ?* Dans l'imaginaire de l'ancien grec il y a une gémellité entre la mort et le sommeil: Nyx, déesse primordiale de la nuit à deux fils jumeaux: Hypnos (Sommeil) et Thanatos (Mort). De ce fait ils pensaient que les rêveurs allaient dans le même lieu où vont les morts : les Enfers, le monde du dessous, là où règne le dieu Hadès, celui que l'on nomme aussi *le Zeus sous-terrain*, *L'Hospitalier* ou encore, *Le Riche*.²

Dans le règne de l'âme, et donc dans les rêves, il n'y a pas de lois de la physique: on peut y voler. Ni de lois de la chimie, on peut respirer sous l'eau. Il n'y a pas de code pénal, pas de notion de bien ou de mal. Dans les rêves, parfois on tue, on blesse, on vole, on trahit, on commet des incestes. Dans les rêves, nous pouvons croiser des personnes disparues, c'est donc aussi un lieu où le temps n'existe pas: un peu comme si passé, présent et peut-être le futur co-existaient dans un état de superposition. Nous sommes de ce fait plongés dans une perspective de l'ordre de l'éternité, rien que ça!

Nous portons donc en nous une tension radicale : entre terre et ciel comme on le dit dans la plupart des philosophies asiatiques. Autrement dit, une part de nous est *corps*, soumis à la gravité et à la finitude, c'est la part de nous qui arpente la terre, au creux des vallées humides du

² D'ailleurs, lorsque nous rêvons (phase du sommeil paradoxal), il est intéressant de noter que le bulbe rachidien et le pont de Varole contribuent à inhiber l'activité nerveuse au niveau de la moelle épinière: cela provoque l'atonie des muscles qui se relâchent complètement et laissent notre corps inerte, comme mort. Cela évite de se lever et de vivre nos rêves. Symboliquement, on pourrait dire que lorsque nous rêvons nous serions comme libérés de notre corps (et de sa mortalité).



« Tu n'es qu'un rêve, et moi qui dis que tu es un rêve, je suis moi-même un rêve. C'est un paradoxe et un sage pourra l'expliquer demain, mais ce demain ne viendra pas avant dix-mille générations »

Zhuangzi, IV^{ème} siècle av. J.-C.

monde, à l'image du serpent. Et puis l'autre part, qui est oiseau, vole, libre des limitations terrestres. L'oiseau comme image de l'âme et le serpent comme image du corps, l'un relié mystérieusement à l'autre.

Langages du rêve

Le langage privilégié des rêves et donc de notre psyché, ce sont les images, les sensations et les émotions. Le langage parlé existe dans les rêves, mais il exprime souvent les strates plus proches de notre conscience, de notre volonté de vivre à tout prix et de nos défenses qui nous *protègent* de tout ce qui pour nous équivaldrait à mourir. Le verbe dans le rêve, nous renvoie plutôt à la surface, il exprime les préoccupations du monde diurne quand il n'essaie pas franchement de nous sortir du rêve. Plus on descend vers les profondeurs et plus, notre psyché va s'exprimer par images: plus c'est elles qui vont nous impressionner et nous raconter des choses de nous que nous ne savions pas. La puissance de l'image est de pouvoir porter plusieurs sens en même temps: une redoutable polysémie. Décrypter les sens des rêves, les faire interagir et se répondre, c'est un muscle qui s'entraîne et une connaissance qui se passe de psychanalyste à analysant de génération en génération.

Les rêves transportent des sens qui sont là pour renseigner notre psyché, des sens qui peuvent servir à nous orienter, à nous soigner. Entrer en relation avec ses rêves et apprendre à les lire, c'est entrer en lien avec la perspective de son âme. Une compréhension la plus complète possible de notre expérience de vie (individuelle et collective) ne peut se trouver qu'à la jonction des deux perspectives de nos psychés, c'est-à-dire à la surface du miroir ou de l'écran qui sépare conscient et inconscient. Comme le dit Gaston Bachelard:

« Ce n'est pas avec des chiffres, ce n'est pas en courant sur la ligne de l'histoire qu'on peut percer les ténèbres des millénaires. Non, il faut beaucoup rêver - rêver en prenant conscience que la vie est un rêve, que ce qu'on rêve au-delà de ce qu'on a vécu est vrai, est vivant, est là, présent en toute vérité devant nous ».¹

¹ Gaston Bachelard, *Le droit de rêver*, PUF



L'âme et le moi enlacés

Il était jusqu'à présent important de donner à sentir la séparation radicale entre le monde diurne et le monde nocturne de notre psyché qui s'exprime donc par cette respiration naturelle entre vie éveillée et sommeil. Mais au fond, ce que cela dit, c'est que l'âme et le moi sont *enlacés* dans une étreinte presque toujours imperceptible. Parfois, l'étreinte, se fait sentir, comme un ravissement doux et plein, ou comme un saisissement de l'ordre de l'étrange, de l'inédit ou simplement de la beauté, et d'autres fois encore - les plus désagréables - comme une morsure tenace qui nous enserre.

Autrement dit, durant notre vie diurne, nous sommes parfois saisis par une idée, une sensation, une intuition qui sont capables de nous ravir, de nous faire basculer dans un nouvel état d'être, de sentir et de percevoir: C'est le signe que l'âme *nous* travaille, qu'elle s'infuse en notre moi conscient, amenant son lot de peines, de terreurs, de délices et de splendeurs.

Considérer ses rêves c'est se donner la possibilité d'aller découvrir la nature de ce qui nous mord, de ce qui nous ravi ou de ce qui nous trouble. C'est aller reconnaître le visage de *l'ange* qui nous porte aux nues ou alors connaître l'identité du *démon* qui nous tourmente. Et dans le cas des démons, ces *dieux* assoiffés qui parfois nous possèdent, la seule façon de s'en protéger - c'est bien connu - c'est d'aller chercher à connaître leur identité. C'est un geste éminemment subjectif, c'est aller chercher à la racine, dans notre histoire, là d'où nous venons. En cela on parle de psychologie *des profondeurs*.

Les rêves transportent toujours une énigme. Chaque nuit, ils nous posent des questions. Ils sont comme des ouvriers de voie qui nous orientent dans notre cheminement vers l'inconnu. Ils sont des éclaireurs porteurs d'une lumière particulière, celle que l'on ne peut percevoir que lorsque nous fermons les yeux et que nous faisons silence.

La question du phénomène du rêve reste une énigme à part entière. On peut se demander à quelles lois, encore à nous inconnues, de la nature, de la physique, ils obéissent. De quelles propriétés encore inexplorées de la matière et du psychisme ils sont le reflet.

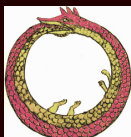


Jupiter e Io, il Correggio - circa 1532

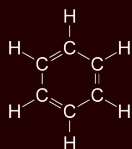


IMAGIER

Le rêve de Kékulé



L'Ouroboros, figure
du serpent qui se
mord la queue



Structure du benzène com-
posé de 6 atomes de carbone
et de 6 atomes d'hydrogène



Thanatos



Hypnos



L'oiseau à tête humaine est le BA,
l'âme pour les égyptiens



Oedipe et le Sphinx, Gustave Moreau, 1864
« Vertical vs Horizontal »



La bohémienne endormie, Henri Rousseau



Dickens' dream, Robert William Buss

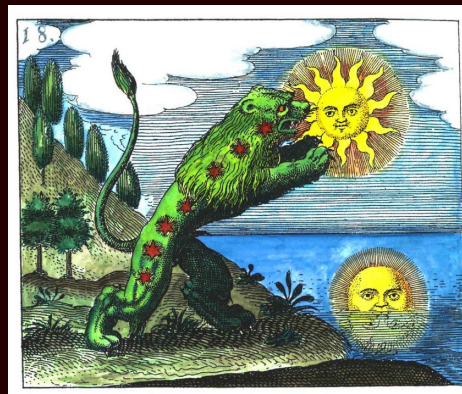


Image alchimique du lion vert - vitriol



II. L'Homme descend du Songe

Les marées parcourent nos veines, nous reflétons encore les astres, mère tu engendres la vie, mais il y a en moi, plus ancien et plus dur que la vie et aussi plus impartial, l'oeil qui déjà scrutait avant la naissance de l'Océan.

A Continent's End, Robinson Jeffers

Pourquoi les rêves s'expriment-ils par images. Dans un premier temps l'on pourrait se dire que c'est du simple fait de l'oeil, de la prépondérance du sens de la vision dans notre fonctionnement. C'est vrai dans une certaine mesure, mais il semblerait que cela soit un peu plus compliqué que cela.

Les yeux grand ouverts

L'oeil humain est capable de *filtrer* la lumière. Il permet de constituer une image sur le principe de la *camera obscura*. À la différence près que le fond de la chambre

mée en signaux électriques qui sont décodés et interprétés par le cerveau.

La région en charge de la traduction du signal électrique en image est le cortex visuel. Il se trouve à l'arrière du cerveau, dans le lobe occipital. Il décode donc le signal *optique* et *redistribue ensuite l'information* à d'autres zones du cerveau pour son interprétation. On estime à 40% les fonctionnalités du cerveau associées à la vision: reconnaître formes, objets et couleurs, saisir, lire, se mouvoir, se repérer, mémoriser, etc.

Le cortex visuel est très actif pendant la phase du sommeil paradoxal, la phase durant laquelle nous rêvons le plus intensément¹.

*Quicker than the eye*² disent les anglais pour parler de quelque chose d'extrêmement rapide. L'oeil de par sa fulgurance et son efficacité, à été très fortement *investi* par nos encéphales.

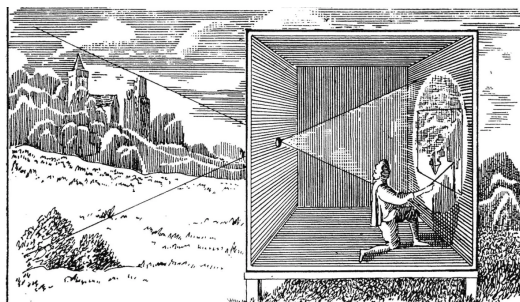
L'invention de l'oeil

Il y a 800 millions d'années, les eucaryotes (amibes et autres petites bestioles primitives), ces organismes mono ou pluricellulaires, précurseurs des cellules complexes que l'on retrouvera beaucoup plus tard chez les animaux, ont été dotés de cellules photo-sensibles qui permettent de détecter la lumière³, de distinguer entre le jour et la nuit. Cette capacité va permettre au rythme circadien d'influencer la vie. C'est également un instrument de mesure de la profondeur de l'eau. Plus on

¹ Les anglos-saxons nomment cette phase le REM sleep: Rapid Eye Movement. Pendant le rêve nos yeux bougent très rapidement sous nos paupières. On dit qu'un mouvement correspond à une nouvelle image perçue dans le rêve. Pendant le REM nos cerveaux fonctionnent beaucoup plus vite que durant la vie éveillée.

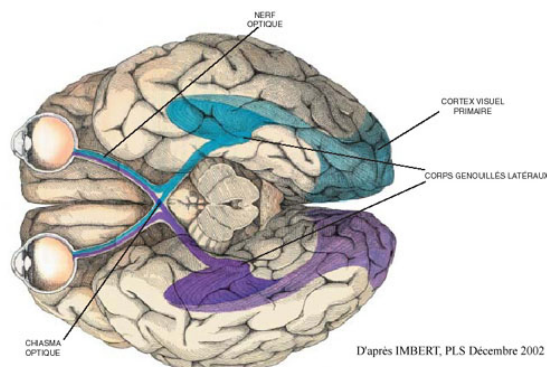
² Plus rapide que l'oeil

³ Dans la membrane de ces cellules on trouve une protéine appelée opsine. L'opsine permet de détecter chimiquement la lumière. Ce n'est donc pas encore le phénomène optique que nous connaissons - Dan Eric Nilsson, *Evolution of Eyes*, Lund University, Août 2021

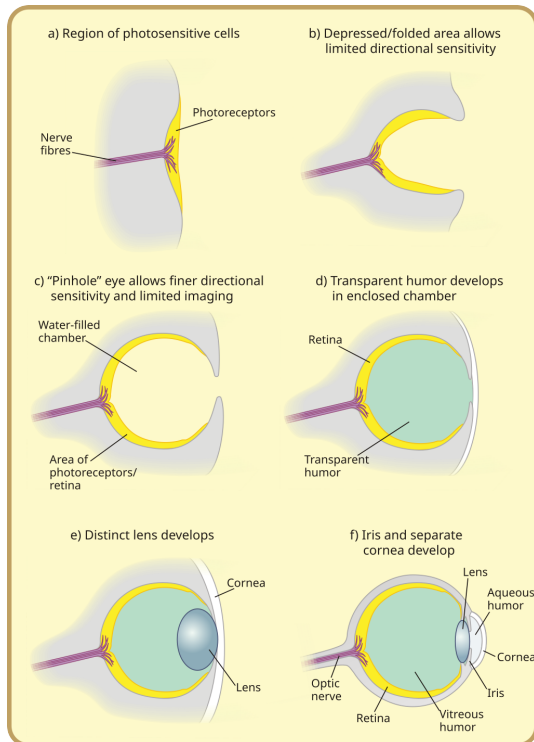


noire, l'écran ou le révélateur chez nous, c'est le cerveau. C'est lui qui, sur la base de ce que l'oeil propose, construit l'image que notre conscience finit par *voir*.

Nous pensons que l'image que nous voyons c'est ce qui est *là-dehors*, mais c'est une interprétation. L'image que nous voyons repose sur une stimulation externe (lumière) qui est ensuite transfor-



D'après IMBERT, PLS Décembre 2002



Hypothèse de l'évolution de l'œil

se trouve à la surface et plus il y aura de lumière et inversement.

En plusieurs centaines de millions d'années, les organismes vont se complexifier et l'œil va se constituer à partir de ces groupes de cellules photo-réceptrices.

- Dans un premier temps, ces surfaces planes sensibles à la lumière *se creusent* et deviennent concaves. La légère cavité permet désormais à son porteur de détecter de quelle direction provient la lumière. Les organismes vont alors pouvoir orienter leurs *corps* quant à ce qu'ils recherchent: chaleur du soleil ou fraîcheur de l'ombre, selon le besoin du moment. Nous en sommes encore au stade d'un proto-œil, la détection de la lumière reste chimique.

- La cavité se referme encore. Le trou par lequel entre la lumière se resserre. Apparaît le cristallin, les photorécepteurs se perfectionnent. On peut désormais parler d'une image au sens *optique* du terme. C'est la naissance de l'œil *basse résolution*. L'image est floue, mais fournit un sens de la profondeur. Cet œil-là permet de se déplacer, de s'orienter par rapport à un environnement fixe.

- Iris, cornée, perfectionnements de la rétine, mise au point dynamique... naît alors l'œil à *haute résolution*. L'image est nette et permet la détection d'autres animaux.

L'œil confère un avantage évident à ceux qui en bénéficient. Il permet plus efficacement de trouver un abri, attraper une proie, échapper à un prédateur, trouver un partenaire... communiquer visuellement.



Selon les besoins et l'environnement des différentes espèces, l'œil se diversifie: vision infra-rouge, vision des ultra-violets, vision nocturne, grand-angle, hyper-acuité. Pour un être, disposer d'une image toujours plus performante, lui permet d'augmenter l'emprise sur *son* monde.



Les cerveaux des espèces qui ont reçu des yeux, naturellement développent pour les images qu'ils proposent, un immense appétit ou une dépendance, selon comment on y regarde. Autrement dit, yeux et encéphales co-évoluent.

Vu comme ça, l'œil serait l'inventeur de l'image...

... Et si c'était le contraire ?

Chemins de traverse

Les chauves-souris vivent la nuit et dorment le jour - ainsi elles se protégeraient de certains prédateurs diurnes. De plus, la nuit, il y a moins de concurrence pour attraper leurs proies favorites. Les chauves-souris disposent d'yeux, mais ils ne sont pas très performants. Ils permettent de générer une image assez mal définie, mais efficace pour détecter les contrastes en situation de basse luminosité : bien pratique dans la pénombre de



leurs cavernes. Mais quand, agiles et rapides, elles volent dès le crépuscule, leur outil de navigation privilégié est l'écholocation: Les chauve-souris émettent un son à haute fréquence qui se réverbère dans l'espace. Le son revenant à leurs oreilles leur offre un sens des distances des objets qui les entourent.

Les chauve-souris se créent donc une carte sonore, une *représentation mentale, auditive* de leur environnement. Et une représentation mentale... c'est une forme d'image.

L'oeuf ou la poule

Si les oreilles de la chauve-souris permettent à leur cerveaux de créer une image mentale de l'espace qui les entoure, on peut donc concevoir que les autres sens en sont capables également. Le toucher et le goût contribuent à engendrer un sens de l'environnement pour des organismes *aveugles*. Repensons à nos amibes immergées dans l'eau salée des océans. Elles doivent éviter d'ingérer du sodium, nocif pour leur santé. Elles se repèrent donc avec leur sens du goût (sens chimique). Donc, même avant l'apparition de l'oeil, le vivant dispose d'*images mentales*, d'une forme de *représentation* du monde.

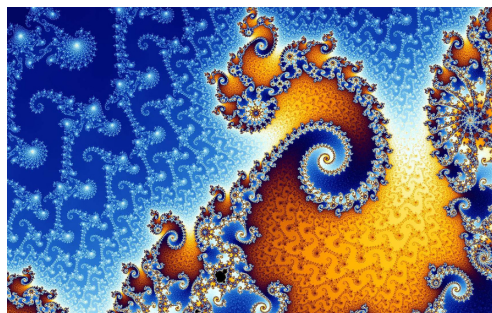
Dans le cas de l'oeil, souvenons-nous, c'est pareil: c'est le cerveau qui interprète le signal que l'oeil lui communique. Donc, techniquement, ce que nous percevons est aussi une *image mentale*.

On peut alors peut poser les choses en ces termes:

Ce sont peut-être ces représentations, ces images mentales, ces fragments de conscience du monde qui habitent les organismes sans yeux, sur lesquelles s'est appuyé le *désir et la nécessité* d'en voir plus. Comme un mouvement de l'intérieur vers l'extérieur, une énergie instinctive, une proto-curiosité palpitante, comme un besoin de s'expulser au dehors pour atteindre quelque chose dont *ça* ne connaît pas encore la nature, mais dont *ça* sentirait l'existence de par ce que *ça* perçoit déjà. Ce mouvement de l'évolution du vivant est un peu à l'image de la larve qui

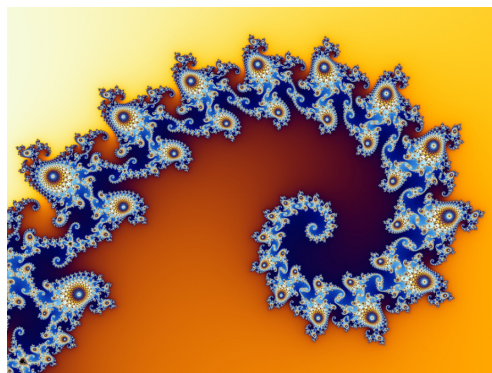
joue de son corps, se tordant, frétilant, se débattant pour déchirer la membrane semi-opaque de son oeuf, derrière laquelle elle devine les promesses d'un nouveau monde.

Avec cette définition plus large de l'*image*, l'on peut alors dire que c'est bien elle qui a inventé l'oeil et non l'inverse.



Détails d'un ensemble fractale de Mandelbrot

Cette idée ne résout absolument rien puisque avant la vision, *quelque chose* a inventé les autres sens et leur lot d'*images mentales*. Ce quelque chose serait alors ce *pressentiment* que porte le vivant en lui, où cette énergie, ce *désir ontologique*: ce que Freud a appelé la *pulsion de vie*. Derrière chaque nouvelle image il y aurait une image qui la précède, comme un jeu de miroirs ou de fractales qui se déroulerait à l'infini... L'image derrière l'image, derrière l'image...



Détails d'un ensemble fractale de Mandelbrot II

Cela pose la question de l'éventualité d'une toute première image... Vertige existentiel de nos origines infinies ou de l'origine d'un monde fini sans bords, ou d'autres hypothèses encore que nous n'avons pas encore *imaginées*.



Origine du rêve, ou rêve des origines

David Eagleman, un neuro-scientifique, a étudié le cas d'un jeune homme qui a perdu la vue à cause d'un cancer de la rétine. Ses yeux lui ayant été retirés, le jeune homme a commencé à faire *cliquer* sa langue et à attendre le retour du son émis pour analyser l'espace autour de lui - il a développé l'étonnante capacité d'écholocalisation. La région du cerveau qui, de plus en plus, s'est chargé d'interpréter le signal de ses tympans - je vous le donne dans le mille - c'est le cortex visuel... qui s'est *reconverti*. Cela raconterait que nos sens se disputent *du territoire cérébral* en permanence. Or la vision est soumise à un écueil: chaque nuit la moitié de la planète est plongée dans l'obscurité, nous devenons donc tous momentanément *aveugles*. L'hypothèse physiologique du Dr Eagleman est que si nous rêvons, ce serait pour *empêcher* que notre cortex visuel ne soit *colonisé* par nos autres sens: pour protéger notre sens de la vision qui, nous l'avons vu, est le sens que nous privilégions le plus.

Eagleman nous dit joliment que le *rêve serait l'enfant étrange de la rotation de la terre et de la plasticité de nos cerveaux*¹. Pendant la longue période où l'oeil se fabrique - de la détection chimique à la détection optique du photon - le cycle jour-nuit aurait donc contribué à développer le phénomène du rêve dans le règne du vivant. Après, sur le comment nos consciences l'ont investi et de quoi il serait la manifestation, Eagleman laisse les poètes et les philosophes s'en occuper... et c'est qu'il en oublierait *presque* les psychanalystes.

On peut évidemment se demander si le rêve est cause ou conséquence. Est-il l'enfant du jour et de la nuit, de la rotation des planètes ou l'expression de quelque chose d'autre? Les étoiles auraient-elle été d'abord *rêvées*? Par qui ou par quoi. Vertiges du mystère, question légitime et affaire de métaphysique, en-

core une fois.

La psyché déploie ses ailes

Revenons sur terre. L'image invente donc l'oeil et l'oeil invente un nouveau type d'image, une nouvelle *sensibilité*. *Tout content, envoûté* par son nouveau pouvoir, le vivant est désormais encore plus directement en contact avec son environnement. Cette agilité que confère le nouvel organe sphérique contribue à accélérer l'évolution et la co-évolution.

Il est remarquable que l'oeil haute définition apparaisse il y a 540 millions d'années exactement au début de l'ère du cambrien, le moment où commence l'explosion de la diversité des espèces.

Alors, à force de *dévor*er les images du monde qu'elles soient tactiles, chimiques, auditives et désormais optiques, le vivant crée en lui un monde d'images.

Là! Vous la voyez en train de se faire la psyché ?

Un monde d'images en *nous*.

Un monde de représentations en *nous* !

Cette symphonie de sensations et d'images, s'intrique au vécu, aux ressentis et aux émotions éprouvés dans les corps - au coeur de l'expérience. Ce flux sensoriel en évolution, à force de révélations, amplifie, aiguise la sensibilité du vivant. Et de cette sensibilité découle *notre* pouvoir sur le monde mais aussi la conscience (ou inconscience) de notre vulnérabilité.

Des images à l'imagination

Le vivant qui *pense* donc par images, devient capable d'en inventer de nouvelles. C'est la naissance de *l'imagination*. Cette capacité d'associer des images, voir même d'en créer des inédites est mue par *le désir et la nécessité*. Le corbeau qui utilise une branche pour pousser une noix coincée dans un tube, utilise bien son imagination : il associe les images du tube, de la branche et de la noix et les

¹ D. Eagleman, D. Vaughn, *Why do we dream?* Time magazine, 2020



fait interagir par l'invention d'une nouvelle image qu'il exécute. Le corbeau a eu une idée, il a trouvé une solution pour satisfaire son besoin.

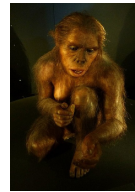
Alors, si nous devons qualifier le vivant en un seul mot, nous choisirions *Créativité*. Il suffit de penser à la toile de l'araignée, au nid de l'oiseau, à la technique de chasse des baleines à bosses qui créent un réseau de bulles pour piéger les bancs de poissons, au génie des rats, aux mélanges anglaises qui ont découvert le moyen d'ouvrir les bouteilles de lait dans les années 1920 et qui transmettent ce savoir à toutes leurs consœurs de Grande-Bretagne, durant les années suivantes. Pensons aux enfants et les hypothèses intuitives, parfois farfelues, toutes géniales, qu'ils trouvent pour s'expliquer le monde. Nous sommes des êtres créateurs, c'est cela qu'exprime notre nature. Notre nature qui par conséquent demande à être nourrie avec son nectar favori: la possibilité de vivre cette créativité. Cet instinct nous habite depuis la nuit des temps.



Baleines à bosses en chasse vues du ciel

Langages

Rapprochons-nous un peu plus de l'humain. L'homo Habilis, apparaît il y a environ 2.5 millions d'années. Il se déplace en groupe, habite dans les abris que la nature offre ou alors construit de simples campements. Il dispose d'outils, se fait parfois dévorer par des tigres à dents de sabre, accouche, vit et meurt... le tout sans mots.



Babillages, onomatopées, soupirs, cris, rires, grimaces de douleur ou de plaisir, regards de haine, regards tendres, regards craintifs, caresses, coups, joie, doute, tristesse, colère, douleur, émerveillement... Tout est déjà là, sauf le baptême des mots pour le décrire. C'est là un proto-langage déjà profondément expressif, en train *s'articuler*.



Une petite parenthèse à plumes: lorsque les perroquets à croupion vert ont des petits, les parents leur attribuent un son différent à chacun. Les petits vont alors s'emparer de leur son singulier et vont le répéter.

C'est un peu comme si les perroquets donnaient un nom à leurs enfants. Et c'est là que s'enracinerait la capacité et l'élan des perroquets à imiter. Imiter pour communiquer.

Homo Habilis, Erectus, Neanderthalensis, la nature s'essaye à différentes humanités¹ - et c'est sapiens qui prévaudra.

Certains estiment que le langage articulé - le plus proche du nôtre - est apparu il y a environ 200'000 ans, d'autres bien plus tard. Dans les deux cas, c'est très tardif par rapport aux temps de l'évolution qui s'inscrit lentement mais sûrement dans les doubles hélices de l'ADN.

Un jour, une nuit, dans une multitude de lieux oubliés, au sein de groupes d'hominiés, quelque chose a été vu et vécu pour la première ou la cent millièmes fois, ce qui revient au même puisque cette fois-là, ce quelque chose a poussé quelqu'un à faire jaillir de sa gorge un certain son sculpté par ses cordes vocales, sa langue et ses lèvres, un assemblage de phonèmes portés par son souffle tout empreint d'une charge particulière résonnant avec cette expérience obscure. Les témoins dont les tympans ont été percutés par ce nouveau son ont dû le répéter, comme un jeu, comme une incantation, comme une question adressée simultanément à l'inventeur de ce premier mot, à

¹Ludovic Slimac, *Le dernier Néanderthalien*, Odile Jacob, 2023



cette chose mystérieuse qu'il a baptisée et à eux-mêmes.

Les mots sont une convention sur laquelle nous tombons d'accord. D'abord, ils servent à dire: «Tu as bien vu ce que j'ai vu?» Ils vont permettre de s'organiser, par exemple pour mettre en place des stratégies pour chasser le mammoth. Mais c'est toujours l'imagination qui prime pour inventer le piège, dessiner le stratagème. Le langage permet de mieux mettre en commun les imaginations des membres du groupe, il améliore la coopération, permet de partager les intelligences. Il rend également les conflits plus sophistiqués... Comme pour les images, ce que le langage dit laisse toujours sa part de non-dits. Des non-dits peut naître la liberté, et c'est là aussi que peut aller puiser la perversion: pas de lumière sans ombre. Dans un premier temps, donc, le langage aurait une fonction organisatrice du groupe.

Le langage va se complexifier et devenir capable lui aussi de se prêter au jeu des images. Petit à petit il s'immisce dans notre *psychologie*, où il va rapidement prendre une place phénoménale. Comme l'oeil, le langage réclame sa part de neurones et d'espace cérébral pour se déployer.

L'image symbolique: un nouveau sens ?

C'est bien nous les humains qui allons pousser la capacité à imaginer plus loin que toute autre espèce. Il est probable qu'une forme de pensée proto-symbolique puisse exister chez les animaux. Le singe Vervet utilise différents cris d'alarme selon les prédateurs qui sont repérés. Une chose est certaine, c'est l'humain qui va porter le symbole à un très haut degré de sophistication.

Le symbole est porteur d'une puissance prodigieuse. C'est comme si, en créant ces objets, ces peintures, ces histoires et ces mythes, nous les chargeons d'*énergie psychique*, puisqu'ils ont la capacité de contenir nos espoirs, nos croyances, nos intuitions, notre sens du beau et du vrai. En les créant nous sommes capables d'y *encapsuler* des choses que nous désirons ar-

demment, que nous craignons intensément, des choses que nous pressentons sous cette forme créative. En cela elles ont une portée authentiquement *magique*. Une simple image¹ peut être saisie en un coup d'oeil, et peut nous donner à sentir quelque chose que nous ne savons pas de nous ou du monde. Comme le dit l'anthropologue Philippe Descola: *Les images montrent une certaine façon d'organiser le monde, je parle de l'ossature invisible du réel, en ce sens qu'elles montrent des choses ou en omettent d'autres, elles montrent d'une certaine façon et non d'une autre. Les images servent à rendre visible ce qui est invisible*². Elles sont l'expression de notre créativité psychologique, les riches reflets de notre intuition des fonctionnements secrets du monde. Ce type d'images-là sont le socle sur lequel se bâtissent les civilisations, ces *vaisseaux* à bord desquels l'humain explore le monde et traverse le temps.



Nid du Jardinier Brun (*Amblornys Inornata*)

L'âme sait...

Nous humains continuons à être reliés aux origines par les images: de leur forme la plus rudimentaire, réflexe, chimiquement induite, sensori-motrice, aux plus sophistiquées et symboliques. Le rêve nous connecte donc de manière très tangible à cette part archaïque et imaginaire. Le rêve nous relierait à tous les fonctionnements du vivant, à tous les organismes qui ne sont plus et ceux qui arpentent le monde ou poussent dans la terre aujourd'hui. On comprend alors mieux l'idée qui dit que *l'âme sait*. Elles sait des choses de nous

¹ Je m'aperçois pour la 1ère fois que Image et magie, sont les anagrammes l'un de l'autre.

² *À voix nue*, Philippe Descola, *une autre façon d'habiter le monde* 4/5, France culture



que ne savons pas nous-mêmes. Tout ce qui a été est là en nous. Dialoguer avec l'âme c'est la possibilité, par l'entremise de notre subjectivité, d'accéder à ce savoir, pour nous et pour la collectivité.

L'âme c'est...

Nous l'avons vu, l'âme et le moi sont enchevêtrés, et l'âme, se donne parfois à sentir, comme le vol furtif de la mésange, ou comme le vol du faucon qui fond sur sa proie et d'un coup la *retourne*. Ainsi procède l'âme, insaisissable mais saisissante.

Rêver est la voie royale vers notre inconscient, mais durant l'éveil, il est aussi possible de créer des conditions pour l'inviter: pratique de la méditation, recherche de l'état de transe. Mais il est un état que nous connaissons tous qui nous la fait toucher si naturellement. Il s'agit de *la rêverie*: *daydreaming* comme le disent les anglo-saxons. La rêverie, c'est quand nos yeux sont dirigés vers tout et rien à la fois, voir sans regarder, entendre sans écouter. Laisser advenir, laisser le corps devenir *réceptacle* - *antenne sensible*. Nous avons tous connus cet état où nos pensées où les images coulent de source, moins *crispées*, calmement, sans effort, sans être invitées par la volonté. Cet état, les artistes et les chercheurs de tous poils le connaissent bien. Quand le geste du danseur précède son intention, que la plume de l'écrivain commande, ou quand c'est la toile blanche qui guide le pinceau du peintre.

Me revient ce slogan de Joseph Beuys: *Chacun est un artiste*. Nous créons tous tous les jours. Créer c'est inventer une idée, une solution, c'est lier deux idées qui jusque-là étaient dans des dimensions séparées. Créer c'est transgresser. C'est dire *je me sens comme...* et inventer une image. C'est se perdre dans un jeu avec ses enfants, son partenaire, en bonne compagnie - un jeu dont les règles se découvrent au fur et à mesure qu'il se déploie. Créer c'est se retrouver quelque part et ne pas savoir comment on y est arrivés. Cet état d'être c'est l'authentique ivresse.

Nous sommes constamment en train

d'inventer nos vies alors que nous sommes nous-mêmes rêvés. C'est notre condition.

L'âme peut aussi nous assaillir, nous mettre dans des états de mal-être et de souffrance intenses: c'est quand elle tombe malade. Elle se fait alors envahissante, elle nous mord et ne nous lâche pas, elle se fait trop sentir, nous déborde, nous empêchant de mener nos vies.

Nos *folies* aussi sont une forme de notre créativité psychologique - et à travers ces symptômes c'est l'âme qui demande à être entendue, reconnue, prise en compte.

Des créativités donc, il en existe de tous tous les types: des créativités éclairantes, organisatrices, apaisantes, des créativités torturées, nocturnes, physiques, intellectuelles, destructrices, structurantes, rebelles, révolutionnaires, progressistes, chaotiques, dépressives, perverses, surréalistes, érotiques, génocidaires, mathématiques, géométriques, juridiques, comptables... La créativité au-delà du bien et du mal.

L'âme avec sa logique étrange et froide provient de quelque chose d'inconnu dont nous ne savons rien. Ou alors elle est le mystère. Toujours est-il qu'elle nous définit. Elle est notre nature, elle est probablement *la nature même*.

L'âme n'est ni bonne ni mauvaise, l'âme est. Il s'agit donc de faire avec et si possible un peu en connaissance de cause...



Représentation d'un moine bouddhiste accompagné d'un loup, récitant un tantra à un démon. Katsuhika Ho-kusai 1760-1849



... La cause étant cette recherche constante de ce que nous sommes...

... Assurément des êtres doués d'une grande sensibilité, d'une grande maladresse et d'une grande voracité. Et qui plus est, libres de faire avec tout cela.

L'imagination, le symbole et l'art nous connectent encore plus à notre environnement, à ses organiques et mystérieux rouages. Que cela soit par l'expression artistique, les sciences ou les humanités, nous avons l'opportunité de continuer à user de notre créativité, de notre imagination pour continuer à chercher et continuer *d'agrandir* le monde.

En tant que patients et thérapeutes, nous nous devons aussi d'être des chercheurs et des créateurs pour accéder à ce qui nous trouble. Soigner, se soigner, individuellement et collectivement passe par le partage de nos subjectivités, c'est un geste de co-création. C'est la relation thérapeutique, c'est le lien qui soigne. Penser, se penser et être pensés: deux présences vivantes dans une pièce qui s'offrent au regard de l'autre. C'est cela l'essentiel indispensable de la thérapie, celle qui, du moins, prétend s'occuper de l'âme.

Rêver seuls, rêver ensemble

Depuis toujours, les rêves et par extension ce que la psychanalyse a nommé l'inconscient, ont été reconnus et inclus dans les collectivités humaines et ce sous diverses formes.

Chez les Mésopotamiens les rêves étaient interprétés pour y trouver sagesse et conseil. En ancienne Égypte, la plus magicienne des civilisations, on considérait les rêves comme des messages divins et leurs interprètes étaient écoutés à la cour de Pharaon.

Les Grecs et les Romains leur prêtaient des capacités de révélation du passé du présent et du futur. Les Oracles qu'ils consultaient pour prendre leurs décisions, étaient certainement des personnes sur le fil sensible, au bord de la folie, capables de passer d'un monde à l'autre, sous forme de transe ou de délire, comme le chaman qui avant de développer *ses capacités* a connu la mort symbolique, le

démembrement psychique et en est revenu, désormais capable de naviguer entre le monde visible et celui des esprits.

Les *fous* en général, et ceux devenus *guérisseurs blessés*, étaient porteurs d'un savoir qu'on valorisait, qui contribuait à définir la réalité du collectif et du monde.

Aujourd'hui encore, chez les indiens Achuars entre le Pérou et L'Équateur, on se réunit au petit matin et chacun raconte son rêve. On prend alors les décisions collectives en tenant compte des contenus oniriques des membres de la tribu. Folle sagesse.

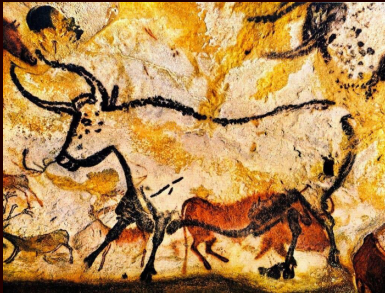
Être accompagnés par quelqu'un est nécessaire pour vraiment explorer les méandres de nos âmes. Y aller seuls s'est y aller de manière partielle et partielle - c'est s'assurer de ne trouver que ce qu'il nous arrangera. Vraiment se confronter à son âme, pour ceux qui le souhaitent, implique de mêler une altérité au processus. Que l'on aille se faire tirer le Yi Jing ou le tarot, que l'on aille à l'oracle de Delphes, ou encore en analyse, cela se fait avec quelqu'un, un témoin¹, un regard autre et vivant porté sur nous et qui puisse nous réfléchir.

Si l'altérité est là, et si le demandeur dépose quelque chose de *réellement* important pour lui: un poids, une question, un conflit interne, une peur, un espoir, une joie, un désir - un peu comme une offrande faite aux *dieux puissants* - alors les dieux risquent bien de répondre, et la réponse, qu'elle nous plaise ou pas, sera en accord avec leur logique, la logique de l'âme. À nous ensuite de décider ce que l'on en fait, *en conscience*.

¹ Plusieurs témoins pour Delphes: consulter l'oracle était un rituel qui impliquait la Pythie dont les révélations étaient interprétées par un ou plusieurs prêtres au cours d'un rituel.



IMAGIER



Scène de chasse



Anubis



Yggdrasil



Totems



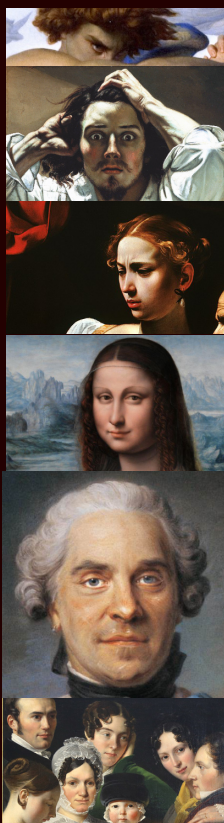
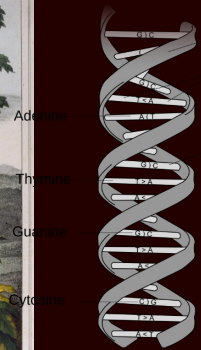
Hermès



Nuwa et Fuxi



L'arbre de la connaissance



Regards Parlants



Regards Parlants II



III. Lames de Fond



Tempête sur la mer de Galilée, Rembrandt, 1633

Trompe-l'oeil

L'oeil, nous l'avons vu, est puissant. Il peut nous ravir ou nous aveugler et même nous réduire en esclavage. Il suffit de penser à l'addiction à la pornographie.

Aujourd'hui, nos regards peuvent être kidnappés par nos extensions *connectées*, alors ils ne nous relient plus pleinement aux autres sens, à nos corps et à nos coeurs.

Satellite - smartphone - oeil - cerveau - oeil - smartphone - satellite...

Un circuit cybernétique fermé, dans lequel les photons des écrans percutent nos rétines abreuvant de contenus divers nos systèmes nerveux rendus toujours plus végétatifs. Nous sommes ramenés au premier degré de l'existence, celui des stimuli organiques. Sourires réflexes - vagues stupeurs en sourdine - excitations sexuelles robotiques. À l'abri du confort de nos salons, assis dans les transports, sur les WC, nous regardons le monde par nos écrans, comme des opérateurs en télésurveillance - voir sans être vu - pendant que *l'écran*, se nourrit de nos données,

espérant y déchiffrer nos comportements que l'algorithme marchand voudra influencer en retour. Serpent qui se mord la queue.

Nous sommes coupés du souffle du vivant, de la brise marine, de l'odeur de l'églantier et de l'écorchure de la ronce qui inscrit sa présence sur notre jambe alors que nous arpentons les sentiers escarpés du monde.

Par ce mauvais usage de l'oeil, nous nous coupons encore plus de notre âme, nous privant de l'aubaine de plonger notre regard dans celui de *l'autre*. Et si c'est une aubaine, c'est qu'elle est toujours parfumée par le risque. Nous nous réduisons à l'état de processus et de phénomènes physiologiques, nos corps comme *informatisés, informationnés*, réduits au « on et off » du langage binaire. C'est un monde à deux dimensions que nous créons: un monde de *cyborgs*.

American Dream

D'avoir évacué *les contenus de nos rêves* de nos vies, nous nous sommes rendus collectivement malades. Le phénomène du rêve permet de nous donner à voir notre part sauvage, avec sa soif de liberté s'exprimant en désirs ou en défenses, en positif ou en négatif. C'est cette harde qui trop longtemps déniée, risque bien de nous piétiner.

Et c'est bien cela qui se passe depuis un certain temps et dont le retour de Mister Trump à la tête des États-Unis marque un paroxysme. Donald n'est qu'un symptôme, le comédon inflammé prêt à exploser sur la peau à peine pubère de l'humanité. Il est pure inconscience, celui qui ne se regarde jamais à l'intérieur par définition. Il est l'incarnation de notre ombre. C'est le symptôme grotesque de la grave maladie (mais pas incurable) du collectif, qui a oublié de s'affronter à son inconscient, et qui par lui, risque de se faire dévorer. Ce n'est pas le rêve américain qui est à soigner, ce sont *les rêves des américains* auxquels il faudrait que soit redonné du temps et de l'espace. À nos rêves à tous. Il en va de nous en tant qu'espèce.



Trump pourrait aussi être le remède, pour autant que nous reconnaissons ce qu'il représente psychologiquement.

Souffrances au travail

Combien d'entre nous, professionnels de l'opérationnel et managers, *tiennent le coup* au travail, à grands renforts d'anti-dépresseurs, anxiolytiques, de somnifères, d'alcool, de cocaïne ? Les burn-out explosent, le mal-être gangrène le tissu professionnel. *Perte de sens*, c'est ce que l'on entend le plus souvent.

Aujourd'hui le travail est organisé par tâches, par systèmes décrits en organigrammes. Quand ça va mal, et globalement, ça va très mal, tout *semble fait* pour que nous n'ayons pas à nous regarder dans les yeux. Diviser pour mieux régner, *surmois* sur-activés, exploités, vécus professionnels toujours plus éloignés et déconnectés de ce que nous vivons en nos fors intérieurs.

En cherchant l'efficacité à tout prix, en voulant trop prévenir, maîtriser, organiser, on comble toutes les failles, les aspérités et les imperfections avec les outils du team-building, des post-its, des journées au vert, des *vis-mon-job* et autres stratagèmes qui finissent par s'avérer inefficaces, pas parce ce que sont de mauvaises idées en soi, mais parce que derrière, en tâche de fond, continue de nous posséder notre besoin de contrôle. Contrôler l'autre pour soi être libre, plutôt que de prendre le risque de partager le pouvoir, de le mettre en jeu. Cadre autoritaire ou cadre qui autorise. Qui propose ces outils ? Le management ou les employés ? Dans quelles conditions sont-ils utilisés, en autonomie ou sous le regard des supérieurs hiérarchiques ?

La beauté de la démocratie, pourtant, est là, justement dans la reconnaissance de son imperfection. Imperfection qui laisse advenir à l'ombre des espaces qui échappent à son contrôle, des idées inattendues, parfois bonnes, parfois mauvaise... On n'a rien sans rien. L'imperfection et la faille sont source de liberté. À trop vouloir contrôler, organiser, sécuriser

on tue la spontanéité, la petite soeur de l'ivresse.

L'humain a besoin d'exprimer sa créativité comme tout être vivant. Il faut un cadre bien sûr, je ne prône pas l'anarchie. C'est d'ailleurs bien l'anarchie - celle de l'espèce la plus brutale et (auto)-destructrice - qui risque bien de déferler si on ne fait pas confiance à la vie, au vivant.

Quand des parents ou les garants du cadre sont trop proactifs, trop contrôlants, trop *organisant* et donc trop angoissés, ils maintiennent l'enfant dépendant. En ne misant pas sur ses ressources, ils ne favorisent pas le renforcement de sa confiance en lui, et donc son autonomie...

Lost in translation - apprendre à naviguer

Il y a de cela un certain temps, j'ai rencontré un homme qui professionnellement exerçait un certain pouvoir. En échangeant sur nos métiers, il m'a exprimé la crainte qu'en entamant une analyse il risquerait de développer trop d'empathie et que cela rendrait son métier trop difficile à accomplir. Il rajoute, non sans ironie, que cela finirait par lui donner envie de se retirer dans le Vercors. Au fond, ce qu'il a peut-être exprimé sans le dire, c'est que cette image de Vercors, ce désir de nature sauvage à perte de vue, déjà l'habitait...

Alors... parlons-en de cette image...

On l'a vu dans le Vercors, sauter à l'élastique, voleur d'amphores, au fond des criques...¹

Le Vercors, voyez-vous, ça me fait penser à Bashung, et peut-être, Bashung, l'aimez-vous aussi...

La nuit je mens, je prends des trains à travers la plaine,

La nuit je mens, je m'en lave les mains,

J'ai dans les bottes des montagnes de questions ou subsiste encore ton

¹ Alain Bashung, *La nuit je mens*, Fantaisie militaire, Barclay music, 1998



écho...

C'est l'écho de l'âme dont il s'agit, la vôtre, la mienne. Notre part sauvage comme le Vercors, comme l'évocation de quelque chose de non-domestiqué, qui ne veut et ne tolère pas le cadre, ce même cadre que nous imposons aux autres et à nous-mêmes.

Un jour au cirque

Un autre à chercher à te plaire

Dresseur de loulous

Dynamiteur d'Aqueducs

Il y a cette part de nous qui veut dresser le loup et cette autre qui veut faire sauter ces ouvrages qui imposent une route à l'eau. Notre part domestiquée et notre part sauvage qui, si on la considère, nous offre un contrepoint à l'ordre que cherche la civilisation. Reconnaître cette part non domestiquée en nous, c'est se donner la possibilité ne pas être emportés par elle en une violence destructrice ou auto-destructrice. Ne pas en tenir compte c'est risquer de se laisser enfermer dans un certain ordre dont, peu à peu on risque de perdre le sens et qui va finir par nous rendre machines. Et les machines ne font que faire, parce que c'est leur fonction. Et à force de déni, la part sauvage déferlera sans pitié et enragée pour reconquérir son territoire.

Nous ne sommes pas condamnés à ce que toujours nos jours fassent mentir nos nuits, ou que nos nuits fassent mentir nos jours. Ce serait oublier qu'existent aussi l'aurore et le crépuscule. Comme des espaces de dialogue, de prise en compte de cette polarité en nous. Les voir et les assumer chez soi s'est s'ouvrir à la possibilité de les reconnaître chez les autres. Ce n'est que comme cela que l'on pourra faire évoluer notre cadre et donc progresser en bonne intelligence.

Trop séparer nos jours de nos nuits ne fait que nous amener une violence sourde: D'un côté, le monde du travail est devenu une machine à engendrer du mal-être, de l'autre, des professionnels de la santé sont sensés réparer la dégâts. D'un côté la conscience de la santé psychique, de notre

fragilité, et de l'autre l'inconscience. Une machine à deux temps, qui ne sait pas se penser et qui est condamnée à se panser. Ça tourne, mais ça ne tourne pas rond.

Chercher l'aurore et le crépuscule, c'est cela être en lien avec notre âme et c'est cela qui nous a toujours sorti du pétrin... et qui à coup sûr nous y remettra. Mais ce risque-là vaut mille fois plus d'être pris que celui de ne se reposer que sur l'illusion d'un moi qui gouverne... l'illusion du contrôle. Prendre le risque de dialoguer avec l'âme c'est chercher le mouvement et pouvoir décider un peu plus en conscience. S'en couper, c'est se condamner à stagner, et toujours laisser les circonstances décider pour nous. La respiration de la psyché entre vie diurne et nocturne est une potentialité, une opportunité, et nous sommes libres d'en faire quelque chose... ou pas.

Attention à qui vous rêve

L'intelligence artificielle est un outil puissant: gestion de grandes banques de données en temps records, recherche scientifique, médicale, décodage du génome humain. L'IA a déjà amélioré la mobilité, et l'emprise sur le monde pour les personnes en situation de handicap. Elle porte certainement de très belles promesses. Mais comme toujours avec la nouveauté, nous allons devoir apprendre à la connaître et faire des choix¹.

Le monde que nous promettent les *front-men* de l'Intelligence artificielle est en marche. Ils ne sont pas les inventeurs de

¹ Nos inventions procèdent toujours de quelque chose de l'ordre de l'alchimie. Il y a 16'000 ans nous avons recueillis des loups et nous les avons domestiqués et sélectionnés. Génération après génération nous nous sommes lentement *im-miscés* dans le loup pour finir par inventer le chien. En nous mirant dans les yeux du chien, c'est un bout de nous que nous avons découvert... Ainsi procède l'homme. En nous intéressant au loup, nous nous en sommes éloignés au point d'en inventer des images terrifiantes - comme le grand méchant loup - images intéressantes pour comprendre notre psychologie, mais bien éloignées de la réalité de ce que le loup est. L'IA suit un procédé semblable. Nous nous immisons dans les circuits informatiques, dans l'ordinateur quantique... nous essayons même d'y mettre des composants organiques. Mais n'oublions pas, l'IA est un pâle reflet de nous et en aucun cas ce n'est représentatif de nous dans notre totalité et notre mystérieuse complexité. C'est un *tout petit bout* de nous, on peut y apprendre des choses, c'est évident, mais en aucun cas ce n'est une solution globale comme Altman et consorts veulent se le faire croire. L'IA est une forme d'intelligence, c'est très loin d'être l'intelligence, celle du vivant.



l'IA, ils en sont les investisseurs, les marchands, les vendeurs. Leur intérêt est de créer *la plus puissante* et de nous faire croire qu'elle sera la solution à tout. Open AI débauche les ingénieurs de Google, Meta débauche chez Open AI. La course à la suprématie continue. Nous sommes dans la phase des grandes promesses, et les promoteurs ont besoin de croire à leurs propres phantasmes. C'est la phase d'inflation: l'heure du marketing messianique.

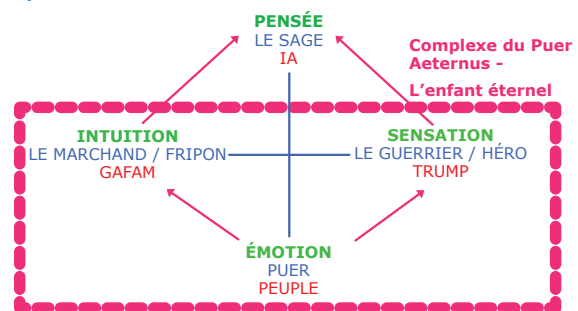
Les immenses data centers qui permettent à ces IA génériques, prétendue solution à tout, de fonctionner, sont refroidis avec de l'eau. Cent mots générés par Chatgpt correspondrait en moyenne à une dépense de 1.5 litres d'eau, 1.5 litres d'eau évaporés. La demande en énergie pour le fonctionnement de l'IA est phénoménale et en appelle à notre responsabilité écologique. Alors avec Trump qui veut continuer à fonctionner avec le charbon et le pétrole... pas besoin de faire un dessin au fusain pour imaginer le résultat.

Il est remarquable d'observer comment l'IA est utilisée aujourd'hui. Au service de quoi et de qui. Les livreurs, type Ubereats, ont pour seul partenaire de travail une IA qui transmet toutes les directives par l'écran de leurs smartphones. Qui n'a pas fait rédiger une lettre de motivation par chatgpt ? Une lettre de motivation rédigée par une IA qui risque bien d'être lue par une autre IA du côté de l'employeur. Une machine qui lit une autre machine. La première cause d'utilisation de l'IA en 2025 est l'accompagnement émotionnel, selon la Harvard Business Review. Utilisée comme thérapeute, comme organisateur de vie. On lui demande de l'aide pour trouver du sens à nos vies¹.

L'idée n'est pas de diaboliser l'IA, mais d'observer les tendances de son utilisation aujourd'hui: cela raconte quelque chose de nous: nous sommes en train de ne pas nous regarder dans les yeux. L'utilisation instinctive que nous faisons de l'IA est comme un révélateur qui met en lumière le fait que plus que jamais notre société est en proie à la solitude et à l'isolement. Et les promoteurs de l'IA n'auront aucun scrupule à *surfer* sur cette tendance qui leur permettra de

vendre. Mattel, le fabricant de jouets, s'intéresse à l'IA pour l'intégrer à ses produits. Exposer des enfants à des robots doués de réseaux de neurones profonds est une perspective particulièrement inquiétante. Nos enfants sont dans la ligne de mire de ceux qui attendent retour sur investissement². Comme toujours il s'agira d'essayer de réguler à tous les étages de la société, jusqu'aux parents qui sont déjà dépassés par les smartphones et les réseaux sociaux.

**Répartition des fonctions psychologiques collectives
qui se dessinent actuellement aux USA.**



En rose le complexe, autrement dit le problème: Ceux qui ne veulent ou ne peuvent pas grandir espèrent un (*dieu-le*) père, un sage qui prendra soin d'eux. Mais, ce dieu est imposé et fabriqué à l'image de ces hommes agis par leur complexe... c'est donc un parent, un dieu très limité et limitant. Dans notre cosmogonie, c'est Dieu qui crée l'homme à son image et non le contraire. Même Dieu, la Nature ou le Ça, comme on préfère, n'est pas tout puissant, puisqu'il y a la mort qui ineffable cadre toujours. Mais Ça reste infiniment grand, immensément plus que toute velléité comme peut l'être ce tout petit appendice qu'est l'IA. Seule la connaissance de la nature (ou l'agrandissement de notre ignorance quant à elle) peut nous permettre d'embrasser et d'aborder avec intelligence la complexité de notre *écologie*. S'en remettre à l'IA, céder aux mensonges de ses vendeurs, c'est signer notre arrêt de mort, c'est risquer de devenir des morts-vivants. Comme toujours il nous faudra un peu de temps pour nous raisonner et ne pas nous faire avoir par notre angoisse et nos pulsions auto-destructrices. En attendant nous continuons de naître et de mourir... et malheureusement trop souvent de morts violentes et prématurées.

Quant à la notion d'intelligence, Piaget nous dit très justement que *l'intelligence ce n'est pas ce que l'on sait, c'est ce que l'on fait quand on ne sait pas*. Or ce qui définit l'IA c'est qu'elle *sait tout ce qui est su...* et c'est

¹ Marc Zao Sanders, *How People Are Really Using Gen AI in 2025*, Harvard Business Review, 9 avril 2025

² Jessica Grose, *Don't Let Silicon Valley Move Fast and Break Children's Minds*, NY Times, 25 Juin 2025



tout. Elle est limitée par une banque de données de choses sues.

Ce que l'on fait quand on ne sait pas...

L'intuition, sentir, la sensibilité, cette connexion avec *ce qui vient, avec ce qui n'est pas encore là*, est une capacité uniquement accessible au vivant. La créativité la vraie, celle qui invente, nécessite un corps qui sent. Il faut donc prendre l'IA pour ce qu'elle est: une puissante banque de données interactive qui peut être pilotée par le langage. Trop nous en rendre dépendants, la laisser *penser* pour nous, c'est courir le risque de nous *désensibiliser à la vie*.

Musk, Altman et consorts, sont connus pour être des obsédés du contrôle, des êtres qui surestiment leur volonté, leurs *mois*. Il est de notoriété publique qu'ils insufflent une ambiance toxique et tyrannique dans leurs entreprises, et c'est eux qui voudraient nous vendre *leur rêve du futur*¹?

Prenons garde à leur délire messianique de vouloir améliorer, voire sauver le monde. Ils sont sincères, mais pour eux-mêmes. C'est eux qu'ils veulent sauver et

¹ Nous savons aujourd'hui que les organismes complexes comme les mammifères et les oiseaux rêvent, mais pas que.

Des chercheurs ont étudié le sommeil des fourmis. Ils ont observé que les fourmis-reines dorment 9 heures par jour (92 épisodes d'environ 6 minutes) et connaissent diverses phases de sommeil. A même été identifié un Rapid Antenna Movement qui suggère le Rapid Eye Movement associé à la phase de sommeil paradoxal pendant laquelle l'humain rêve le plus intensément. Chez les fourmis les antennes sont leur outil sensible et de communication privilégiés. Elles fonctionnent chimiquement. Alors **les fourmis reines** aussi rêveraient de leurs images à elles, celles qui parlent le langage de leurs antennes. **Les fourmis ouvrières** par contre, font de courtes *siestes* en comparaison (253 épisodes de 1.1 minutes) ce qui laisse moins de temps aux phases de sommeil d'exister. Peut-être que les ouvrières qui rêvant beaucoup moins ou pas du tout, sont comme *otages* des songes de la reine qui rêverait pour toute la fourmilière? Une reine vit 6 ans, alors qu'une fourmi ouvrière vit entre 6 et 12 mois. - **Polyphasic Wake/Sleep Episodes in the Fire Ant, *Solenopsis invicta***, Journal of Insect Behavior, Juillet 2009, D. Cassil, S. Brown, D. Swick, G. Yaney

mettre à l'abri de *leur* souffrance, de *leur* folie privée. Ils cherchent en réalité un endroit où ils seront *au-dessus* de par le pouvoir que leur confèrera leur technologie - ils se veulent admirés ou craints. Mais en aucun cas ils veulent faire face aux raisons profondes de leur souffrance personnelle. Ils veulent être *pris en charge par quelque chose de plus grand qu'eux, mais un quelque chose qu'ils auraient inventé, dont ils auraient la maîtrise*. Narcissismes blessés.

D'ailleurs, Musk consomme de la kétamine très régulièrement. La kétamine est un anesthésiant et un anti-douleur très puissant. Cela en dit long. Quelque chose chez lui ne veut plus sentir. Se protéger de la douleur est bien humain, et selon les personnes, leurs traumatismes et blessures, cela en appelle à toute notre considération et circonspection. Si je le relève impudiquement chez Musk c'est quant au pouvoir immense qu'il peut avoir sur nous. Nous sommes bien face à quelqu'un qui fait tout pour éviter de *croiser son regard avec le nôtre*, parce que là réside sa blessure. Et, encore une fois tout le monde peut être blessé, mais méfions-nous de *qui s'hasarde à vouloir nous rêver*.

Tribord, Babord

Aujourd'hui nos liens, le collectif sont mis à mal alors que le dieu Arès déferle ouvertement sur le monde avec sa meute de sangliers enragés. Cette énergie grondait depuis un certain temps, s'organisait, se cherchait patiemment. Aujourd'hui, comme on dit, les chiens sont lâchés. Comme le raconte Da Empoli dans l'heure des prédateurs², c'est le retour des Borgia qui assoiffés de pouvoir viennent avec une brutalité débridée réclamer leur part du monde, et pour certains même, c'est le monde entier qu'ils veulent et plus encore. Les Borgia, en exigeant une loyauté absolue à leur pensée unique, voudraient nous imposer de choisir un camp. C'est simplement là la définition du fanatisme. À leur insu, leur angoisse est déguisée en sentiment de toute puissance. C'est là un des drames de ces tyrans qui pensent

² Giuliano Da Empoli, *L'heure des prédateurs*, Gallimard, avril 2025



pouvoir, à la force de leur seule volonté, imposer leur vision héroïco-fasciste. *Coups de balais* spectaculaires qui font fi des lois et des constitutions pour instaurer un soi-disant ordre passé ou futur. Papa autoritaire et écrasant est de retour et il vient récupérer sa place avec violence et sans intention de discuter ou de négocier.

Cette énergie brutale et conquérante qui frappe le monde de plein fouet c'est l'ombre. Notre ombre à nous qui nous sentons attaqués aujourd'hui. L'ombre, selon Jung, ce n'est pas le mal, c'est un aspect opaque de nous, des contenus dont nous avons détourné le regard parce que trop difficiles, douloureux à reconnaître et à admettre. Et à force de l'avoir déniée, reléguée au fin fond de l'inconscient, décennie après décennie, elle nous assaille avec violence, toute enflée, bobbies retroussées et grognante: sous une apparence monstrueuse et sidérante. Une déferlante faite de peur qui s'exprime en rage, de naïveté, de sincérité et de psychopathie... et comme toujours d'opportunismes au service du pouvoir pour le pouvoir. Tant qu'on a pas fait le tour d'une question, elle se représente encore et encore...

Une chose est certaine: Les monstres ça n'existe pas, il n'y a que de l'humain, il n'y a que du vivant, que de l'âme. Et comme dit plus tôt l'âme est. Comprendre ces phénomènes à un prix: celui de penser, de nous penser. Alors ne nous laissons pas figer dans des positions et des idées en réaction à celles de nos agresseurs. Cette *rigidification* de défense c'est exactement le terreau favorable à la montée des fanatismes et aux guerres les plus meurtrières, celles en nous et celles qui se déploient dans le monde. Ne nous retranchons pas intellectuellement en blindant, en figeant nos idées, nos croyances et nos convictions, celles-mêmes que la droite extrême attaque. Sans nous laisser faire, évidemment, gardons la tête froide et écoutons ce que l'ombre a à nous dire, ce qu'elle met en lumière de nos propres parts tyranniques, autoritaires, opportunistes et intolérantes, si souvent déguisées en ce qui nous paraît être exacte-

ment le contraire. Continuons à dialoguer en nous-mêmes et entre nous pour comprendre ce qui agit cette lame de fond qui déferle et risque de nous emporter.

Dans les conflits chaque partie est convaincue que l'autre porte la mort et chacun pense agir au nom de la vie. Alors, continuons à être des chercheurs. Soyons également stratégiques, il le faut pour défendre notre territoire. Mais surtout ne choisissons pas une perspective au détriment de l'autre, sinon c'est la dé faite, la totale, qui nous pend au nez: celle de l'humanité.

Penser

Parfois on entend des personnes en accuser d'autres d'être des intellectuels. Elles semblent dire quelque chose comme:

- « C'est très bien tout ça, mais on fait quoi alors ? ».

- « Hé bien ! Pour savoir quoi faire (ou ne pas faire) il s'agirait de penser... ».

Nos croyances, la diversité des points de voir, les cosmogonies, les sciences, l'art, la technique, la philosophie, la spiritualité, les religions sont les reflets d'une même chose, à savoir la tentative de répondre aux mêmes questions que l'humanité se pose depuis toujours. Croiser les regards dans un lien vivant, prendre le temps de considérer le monde comme l'autre le considère, c'est s'enrichir et par là-même enrichir l'autre. Ce n'est que comme cela que l'on peut soigner. Ce n'est que comme cela que l'on peut prendre soin de nous en tant qu'humanité.

Si quelqu'un me dit qu'il est possédé par des esprits, alors c'est simple: ces esprits existent. Je parlerai avec ces esprits - les balayer d'un revers de main parce que cela ne correspondrait pas à mes croyances c'est une violence faite à l'autre. Accepter pour un temps leur existence, c'est faire dialoguer les croyances de l'autre avec les miennes: faire dialoguer *mes dieux* avec les siens. Prendre le temps de ce dialogue est nécessaire: c'est



un temps de doute, de réflexion pour moi et pour lui. Pendant ce temps, je ne perds rien, et lui non plus: on s'enrichit de nos perspectives mutuelles... et *au pire du pire* notre perception se complexifie, se modifie... et on se transforme. Cela s'appelle évoluer.

Le prix à payer pour ce partage des libertés, pour que nous n'ayons pas forcément à choisir entre notre liberté et celle de l'autre, c'est de penser. Penser ce que l'on vit... et penser, c'est vrai, cela coûte et c'est douloureux.

Comprendre les contenus de nos rêves, aller au contact de notre âme, c'est entrer en lien avec *cet autre* qui est en nous. C'est se confronter à cette autre manière de concevoir notre expérience. C'est découvrir, que nous pouvons ne pas être d'accord avec nous-mêmes, qu'à l'intérieur de nous il y a une multiplicité d'êtres, de facettes qui s'opposent. En cela nous sommes profondément démocratiques. Pas facile, puisqu'il s'agit donc de vivre avec les doutes, avec ces débats intérieurs, le temps de les éclaircir ou de les laisser se dissoudre.

En cela, on dit que faire une psychanalyse c'est apprendre à mourir : laisser mourir certaines parts de nous pour en laisser émerger de nouvelles.

Cet art vivant nous apprendrait donc, petit à petit, à *apprivoiser* un peu la mort, à ne pas foncer vers elle, ou à l'esquiver totalement, ce qui *dans les deux cas* est un évitement. Il s'agirait plutôt d'apprendre à danser avec...

Quel bénéfices cela comporte-t-il? Peut-être que prendre conscience de notre vulnérabilité, de notre fragilité c'est une condition nécessaire pour se comporter de façon plus éthique.

Tant qu'on ne décrypte pas le message de nos rêves, ils ont tendance à se représenter, toujours avec les mêmes questions irrésolues, encore et encore. Les rêves sont à vivre. En essayant de les comprendre, on se donne l'opportunité de se mettre en mouvement et de créer de l'espace pour de nouveaux rêves et leur lot de nouvelles questions.

Les nouvelles questions ça change notre horizon.

Changer l'horizon... c'est exactement là que réside notre pouvoir à tous.



Le voyageur contemplant la mer de nuages,
C. D. Friederich, 1818

Épilogue

L'image qui sert d'illustration à cet essai est la nébuleuse «NGC 6543», Oeil de chat pour les intimes. Elle est située à 3000 années lumières de chez nous. En son centre il y a une étoile, comme dans toute nébuleuse. Il s'agit d'une naine blanche, d'une fois la masse du soleil. Ce que l'on voit autour d'elle c'est la matière sous forme de poussière qu'elle a émise alors qu'elle vivait sa vie glorieuse de géante rouge.

J'ai choisi cette image parce que je trouve qu'elle raconte bien quelque chose du rêve et de la psyché. Peut-être parce que de certaines nébuleuses peuvent naître des planètes, des systèmes stellaires entiers, sculptés par les étoiles, par la gravité, la lumière et la chaleur qui s'en dégagent. Les étoiles créent des mondes, à l'image de notre système solaire. Cette idée m'émeut.

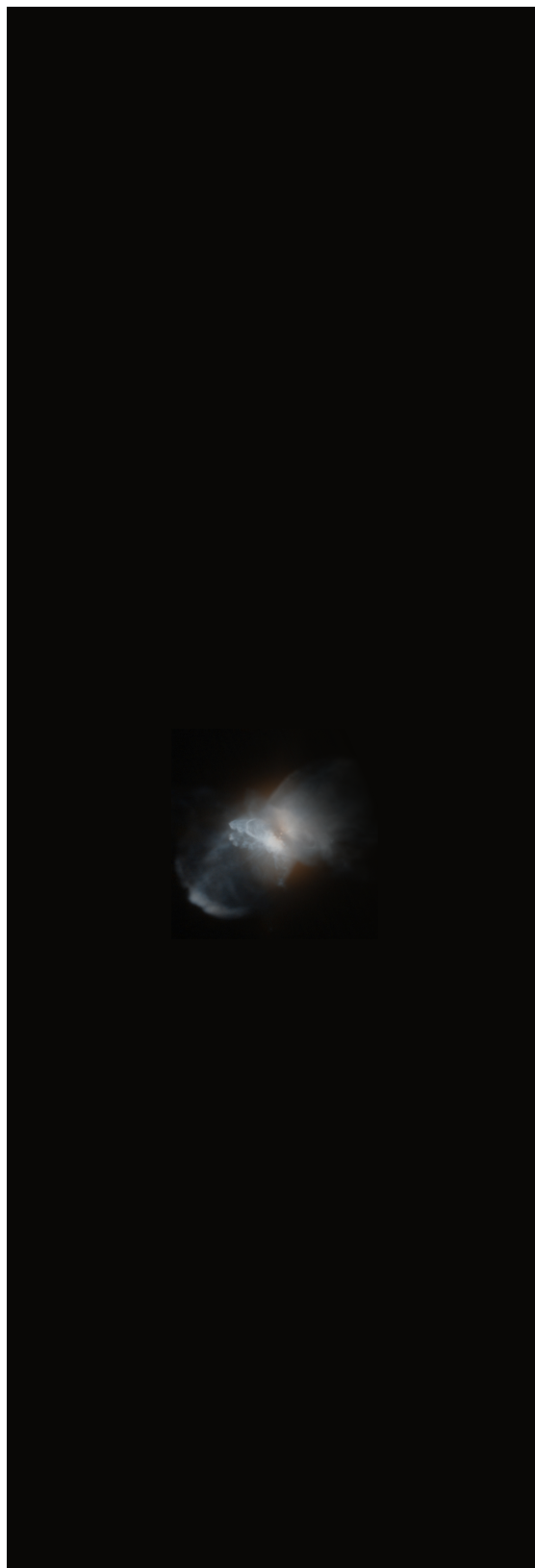
Au moment où je finissais cet essai, je suis tombé sur une émission de radio



dans laquelle s'exprimait David Elbaz, un astrophysicien. Son interview m'a donné envie d'acheter un de ses livres dont le titre m'a intrigué: «la plus belle ruse de la lumière».

En feuilletant le livre, j'ai été saisi: Elbaz commence le second chapitre en évoquant un songe qu'il a fait. J'en partage ici un fragment qui me semble significatif, laissant donc le mot de la fin à un rêve.

«(...) J'entre dans la maison et me trouve face à un escalier en bois en colimaçon. De l'endroit où je me trouve, je ne vois pas où il mène. Quelque chose me pousse à monter. Après avoir grimpé quelques marches, je regarde instinctivement vers le haut et je découvre qu'il y a deux lions dans l'escalier. Je reste figé pendant un temps qui me semble une éternité. Les lions descendent tranquillement les marches et ne semblent pas particulièrement étonnés de me voir. Je ne sais pas d'où m'est venue cette force, mais je décide que la seule solution est de faire comme eux. Je prétends que tout est normal. Je reprends mon ascension et me voilà qui croise deux lions qui descendent un escalier. Nous nous croisons en prenant soin de ne pas nous toucher, enfin de mon côté, car eux ignorent magistralement ma présence. Arrivé en haut, je découvre une pièce avec un balcon qui donne sur un paysage extraordinaire. La vue est magnifique. Il y a un grand soleil, et je peux voir une rivière, la nature sauvage à perte de vue. En regardant bien, je réalise que la végétation me rappelle les images de la préhistoire. La préhistoire ? À l'évocation de cette idée, je comprends sans que cela me réveille, que je rêve. Toujours dans le rêve, je m'interroge sur sa signification. Les lions. C'est là que les choses ont commencé à sortir de la normalité. J'ai franchi une frontière entre deux mondes en croisant les lions. L'autre monde, celui qui se trouve au-delà des lions, est à l'état brut l'essence même de la nature¹. »



Nébuleuse du Lion Givré IRAS 09371+1212

¹ David Elbaz, *La plus belle ruse de la lumière*, Odile Jacob, 2021

* Réponse à l'énigme du Sphinx: Les deux soeurs sont le jour et la nuit