

Les secrets de vos rêves

de **Tobie Nathan**

<https://tobienathan.wordpress.com/2016/08/31/les-secrets-de-vos-reves/>

(Le blog de Tobie Nathan)

4ème de couverture / avec de merveilleuses illustrations d'Éloïse Oddos



En librairie le 8 septembre 2016 :

« Rêver est une chance, un don offert par la nature ; se souvenir de ses rêves une bénédiction ! J'ai pris l'habitude de considérer le rêve comme un guide, et le risque d'exposer au plus grand nombre la façon de s'approprier les conseils surgis des ténèbres.

Les rêves que m'ont adressés les lecteurs du journal Psychologies ont constitué la matière première de ce livre. On trouvera ici leur description précise, mais aussi les fragments de vie que charrient toujours les rêves.

On y lira comment on remonte, et toujours avec l'aide du rêveur, du récit aux pensées, et de ces pensées aux conseils pratiques qui permettent au rêve de *s'accomplir dans la vie*.

On ne trouvera ici ni dictionnaire des symboles ni de sens univoque de je ne sais quel rêve "typique", mais une méthode et un aiguisement de l'esprit au travail du rêve. Chaque lecteur en sortira plus familier avec les rêves, plus curieux des siens et plus ouvert à la multitude de possibles que nous propose l'existence. » T. N.

Ce livre est aussi une photographie ponctuelle des rêveurs en un point du monde, en un temps de l'histoire. À quoi rêve-t-on, en France, en ce premier quart du XXI^e siècle ? Eh bien, on rêve de questions fondamentales, de philosophie de la vie, de métaphysique. Le couple est une question permanente ; on se demande si on a fait « le bon choix », on passe en revue les autres possibles, les chances que l'on n'a pas saisies ou celles auxquelles on a renoncé. On rêve beaucoup de son ex... ex-époux(se), ex-amant(e), comme un rattrapage des occasions manquées. On rêve des manières d'échapper à la routine du couple, à la monotonie de l'existence.



Tobie Nathan Paris 2016

On rêve des morts, aussi ! L'apparition des morts récents est souvent l'occasion de cauchemars. Au bout d'un certain temps, les morts protègent, conseillent, orientent.

Mais au delà de la richesse infinie des rêves, un principe général ressort vivement : l'importance de la bienveillance, d'un amour désintéressé de la vie, si l'on veut interpréter un rêve.

La pensée commune énonce cette vérité d'évidence : « dormir, c'est mourir un peu ». Certes, puisqu'on disparaît alors aux réalités du jour, mais il faudrait aussitôt ajouter que rêver, c'est renaître !

Tobie Nathan est professeur émérite de psychologie à l'université Paris 8.