

Jacques NATANSON

La découverte du rêve éveillé en psychothérapie par Robert Desoille

On dit généralement que Robert Desoille est l'inventeur de la méthode du rêve-éveillé en psychothérapie. C'est ce qu'écrit par exemple Denise Saada dans son livre *L'héritage de Freud* (2). Elle considère cependant cette technique comme "issue de la psychanalyse", même si elle s'en écarte sur de nombreux points (3). Cette méthode, dit-elle encore, "repose sur les mêmes bases théoriques que la psychanalyse, et, à ce titre, elle fait partie de l'héritage de Freud" (4).

Du fait qu'il y a des différences notables, sur lesquelles je reviendrai, on a pu sous-estimer cet enracinement du rêve-éveillé dans la psychanalyse. Et pourtant la place de ce que Freud appelait le rêve diurne (*Tagtraum*, mot à mot "rêve de jour") est nettement marquée dès *L'interprétation des rêves*.

Freud évoque, en effet, une forme de rêve autre que le rêve nocturne (qu'il faudrait plutôt appeler "rêve endormi"). Son rôle dans la vie psychique, nous dit Freud, n'a pas encore été suffisamment étudié : "L'importance du rêve diurne n'a pas échappé aux romanciers; on connaît le type de rêve que Daudet décrit dans *Le Nabab*". (5) Freud poursuit : "Une analyse plus approfondie des caractères de ces fantasmes diurnes nous apprend à quel point ils sont analogues à nos rêves, et méritent le nom de rêves. Leurs traits essentiels sont les mêmes que ceux des rêves nocturnes ; leur étude aurait pu, en fait, nous ouvrir l'accès le plus court et le meilleur vers l'intelligence de ceux-ci... de même que les rêves, ce sont des accomplissements d'un désir ; de même que les rêves, ils reposent pour une bonne part sur les impressions laissées par l'expérience infantile."

Freud indique un peu plus loin dans une note pourquoi il n'a pas donné une place plus importante au rêve diurne : "J'ai sous-estimé l'importance de ces rêves diurnes dans la formation des rêves tant que j'ai travaillé surtout sur mes propres rêves qui s'appuyaient rarement sur des fantasmes, mais le plus souvent sur des discussions et des conflits d'idées. Chez d'autres, il est beaucoup plus facile de montrer la complète analogie du rêve diurne et du rêve nocturne."(6)

Freud lui-même a utilisé le rêve-éveillé dans la cure. C'est un cas évoqué dans les dernières pages de *L'interprétation des rêves*. Il sollicite de son patient aussi bien des images que des idées. Il s'agit d'un garçon de 14 ans souffrant de tics, vomissements, migraines : "Pour commencer le traitement psychanalytique, je le prie de fermer les yeux et de me dire quelles images ou quelles idées lui viennent à l'esprit. Il répond par des images. La dernière impression qu'il a eue avant de venir me trouver reparait sous forme visuelle. Il avait joué aux dames avec son oncle, il voit l'échiquier... puis il voit sur l'échiquier un poignard qui appartient à son père, puis une faucille, ensuite une faux. Il a l'image d'un vieux paysan qui fauche le gazon devant la maison paternelle."(7) Freud interprète ces images comme il le ferait s'il s'agissait d'un rêve nocturne.

Freud a également recours à ce travail sur le fantasme dans la cure de "l'homme aux rats". Ce dernier, par exemple, dans la séance du 8 décembre, "se défend visiblement contre la tentation de fantasmer qu'il épouserait ma fille au lieu de sa cousine." (8) Le 26 novembre, il avait rêvé qu'il était couché de dos sur la fille de Freud et copulait avec elle par le moyen des excréments,

ce que Freud qualifie de "plus merveilleux fantasme anal."(9)

Freud retrouvera le rêve-éveillé à propos de la création littéraire. À propos de la Gradiva, publié en 1906, il écrit dans son autobiographie: "Sur l'exemple d'une petite nouvelle sans grande valeur par elle-même, j'ai pu montrer que les rêves inventés par les poètes se prêtent aux mêmes interprétations que les rêves réels, donc que dans la production littéraire, les mécanismes inconscients qui nous sont connus à partir du travail du rêve sont également à l'œuvre." (10) Un peu plus tard, en 1908, une conférence de Freud portera comme titre dans la traduction de Marie Bonaparte : *La création littéraire et le rêve éveillé*.(11)

Si le créateur littéraire - der Dichter, à la fois le poète et l'écrivain - parvient à nous toucher et à nous émouvoir, c'est qu'il fait appel à une fonction commune à tous les êtres humains, la fantaisie. Celle-ci se manifeste aussi bien dans le jeu de l'enfant que dans les rêveries de l'adolescent, les rêves diurnes de l'adulte et les hallucinations des névrosés. La fantaisie dérive de l'insatisfaction des désirs humains : "Chaque fantaisie particulière est l'accomplissement d'un désir, un correctif de la réalité non satisfaisante." Ces désirs se ramènent à l'amour et à l'ambition, ce sont eux qui provoquent des accomplissements fantasmatiques dans le rêve nocturne ou diurne : "Nos rêves nocturnes ne sont rien d'autre que de telles fantaisies... En son insurpassable sagesse, la langue a tranché depuis longtemps la question de l'essence des rêves en nommant rêves diurnes les créations aériennes des individus que se livrent à leur fantaisie."(12)

À partir de Freud, le rêve-éveillé semble une piste abandonnée. Ce n'est pas dans sa postérité directe que Desoille va la reprendre, d'abord entre les deux guerres, puis après la seconde guerre mondiale. Le psychanalyste Jacques Chazaud écrivait pourtant dans une analyse du dernier ouvrage posthume de Robert Desoille *Entretiens sur le rêve éveillé dirigé*, de 1973 : "Tout lecteur de bonne foi reconnaîtra que le rêve-éveillé de Desoille est la seule trouvaille qui compte depuis Freud."(13)

Robert Desoille (né en 1890, décédé en 1966) ne semblait pas destiné à réaliser une œuvre dans le domaine de la psychothérapie. Il fit une carrière d'ingénieur qu'il poursuivit jusqu'à sa retraite. Mais tout jeune, il s'était intéressé à l'hypnose, et il avait entrepris avant la guerre de 1914 des études de psychologie que la mobilisation le contraignit à abandonner.

En 1923, il fut attiré par la publication d'un opuscule intitulé *Méthode de développement des fonctions supra-normales*, par un polytechnicien, le lieutenant-colonel Eugène Caslant. Dans cet ouvrage, l'auteur relatait des expériences de montées et descentes dans l'imaginaire, à des fins plus ou moins ésotériques. Desoille rencontra Caslant, séduit par sa virtuosité dans le maniement des images. Mais sa formation scientifique l'éloignait d'emblée de l'ésotérisme de Caslant. Par contre, il pressentit l'intérêt de la méthode pour l'étude de l'activité subconsciente.

Assez vite, Desoille fut encouragé dans cette voie de l'utilisation des images à des fins thérapeutiques. Dès 1923, il entra en contact avec le psychanalyste Charles Baudouin de Genève, qui lui ouvrit les colonnes de sa revue *Action et pensée*, où il publia sous forme d'articles ce qui allait constituer l'essentiel de la méthode du rêve-éveillé en psychothérapie. Charles Baudouin préfaça en 1938 le premier livre de Desoille : *Exploration de l'affectivité subconsciente par la méthode du rêve éveillé*.

Nous savons par Juliette Favez-Boutonnier que Desoille avait aussi rencontré René Laforgue et Françoise Dolto. Elle-même, Juliette Boutonnier fit pendant la guerre avec Desoille des expériences de rêve-éveillé, qu'elle évoque dans sa thèse sur l'angoisse. Elle écrit par exemple :

"Comme le dit Robert Desoille, le sujet au cours du rêve éveillé parle le langage de l'inconscient... Le rêve-éveillé se déroule alors comme une œuvre dramatique, où les gestes et l'attitude de chaque personnage, ainsi que la nature du décor, ont une valeur affective qui a la force d'une donnée objective. C'est par-là que l'on peut comprendre l'effet thérapeutique du rêve éveillé, effet qui paraît même indépendant des interprétations conscientes qu'on peut en donner." (14)

Après la guerre, Desoille reprend de façon systématique sa méthode dans l'ouvrage de 1945 *Le rêve éveillé en psychothérapie*. Le fonctionnement de la cure rêve-éveillé était alors relativement différent de ce que nous connaissons aujourd'hui. Robert Desoille proposait alors systématiquement au patient une image de départ, et lui demandait d'exprimer les images induites par ce point de départ. Il intervenait fréquemment en incitant le sujet à imaginer se déplacer, monter et descendre.

Pour comprendre ce qui se passe pendant la période où Desoille va développer sa méthode et commencer à s'entourer de disciples, il faut rappeler qu'en France, la psychanalyse s'est implantée plus tard que dans d'autres pays du monde occidental, notamment anglo-saxon. La Société Psychanalytique de Paris est fondée seulement en 1926. La résistance à Freud vient de Janet, des psychiatres, des philosophes - et d'un certain antisémitisme. C'est seulement après la libération que la psychanalyse va prendre sa place dans la culture.

Bachelard, qui a écrit dès 1938, *La psychanalyse du feu*, et consacré en 1943 à Robert Desoille le chapitre IV de *L'air et les songes*, accueille à la Libération dans les locaux de l'Institut d'histoire des sciences de la Sorbonne la S.P.P. qui a perdu les siens pendant l'occupation. La psychologie jusque là très expérimentaliste s'ouvre à la psychanalyse. Lagache remplace Guillaume à la chaire de psychologie de la Sorbonne, tandis que Juliette Boutonnier le remplace à Strasbourg.

Comme l'explique Alain de Mijolla, on assiste au cours des années 50 à des mouvements assez contradictoires entre œcuménisme et scissions : "D'un côté, des sociétés fermées, filtrant soigneusement leurs membres, et souvent dressées les unes contre les autres, de l'autre, de vastes mouvements qui tentent de rapprocher les tendances opposées." (15) Dès 1953, commencent les scissions du mouvement psychanalytique qui vont s'accroître après 1960. Mais en 1946, Maryse Choisy avait créé le Centre d'études des sciences de l'homme qui publia la revue *Psyché*. Cette revue syncrétique, qui s'éteindra dès 1950, avait compté dans son comité d'honneur Angelo Hesnard, Pierre Janet, René Laforgue, Daniel Lagache. Y écriront André Berge, Octave Mannoni, le père Louis Beirnaert. Un colloque de 1948 réunissait freudiens, adlériens, et jungiens, Otto Rank, Karen Horney, Georges Mauco, Robert Desoille. Un peu plus tard, dans les années 60, fonctionnera une Société des recherches psychothérapiques de langue française, présidée par Paul Sivadon, et dont le vice-président était Desoille, tandis que siégeaient dans les instances dirigeantes Ajuriaguerra, Hesnard, Lafon, Lagache, Roland Cahen et Serge Lebovici.

Proche de Françoise Dolto et de Juliette Boutonnier, Desoille se distingue de la psychanalyse surtout freudienne. Son ouvrage de 1945 a pour sous titre *Essai sur la fonction de régulation de l'inconscient collectif*, où transparait une certaine influence jungienne. Par la suite, sous l'influence de certaines sympathies politiques, Desoille sera tenté par une approche pavlovienne de la psychothérapie. À cette période, l'influence du marxisme est forte dans la culture, ce qui implique une attitude assez critique vis à vis de la psychanalyse. Lorsque le marxisme, sous l'influence d'Althusser, reviendra sur cette attitude, on sera en 1965, un an avant la mort de

Desoille.(16)

Une autre opposition à Freud avait cours avant la guerre dans l'orbite du catholicisme. Desoille, dans son premier ouvrage de 1938 *Exploration de l'affectivité subconscient par la méthode du rêve éveillé* cite fréquemment l'ouvrage du philosophe thomiste Roland Dalbiez : *La méthode psychanalytique et la doctrine freudienne*, dont le titre est tout un programme : intérêt pour la pratique psychanalytique, rejet de la théorie ! (17) Freud est suspect de pan sexualisme dans l'église catholique, d'idéalisme bourgeois aux yeux des communistes, et c'est un auteur allemand à l'époque où l'Allemagne est l'ennemie. La philosophie française à l'époque est essentiellement cartésienne, quintessence de cette opposition absolue à l'inconscient dénoncée par Freud. Même Sartre, pourtant disciple des allemands Husserl et Heidegger, ne reconnaîtra que tardivement dans les années 70 la valeur du point de vue des "analystes". (18)

Ce contexte me semble éclairer l'évolution de Desoille vis à vis du mouvement psychanalytique. À maintes reprises, il reconnaît l'importance de l'apport de Freud : "Freud a dévoilé la cause réelle qui provoque l'apparition de telle ou telle image onirique, et en même temps il a révélé la véritable signification de cette image." (19) Il suit Freud pour l'explication des actes manqués ou des conflits familiaux : "Les psychanalystes ont suffisamment décrit ce genre de conflits entre l'enfant et ses parents pour qu'il soit inutile d'y insister." (20)

Desoille se montrera plus critique vis à vis de Freud dans un texte de 37 pages intitulé *Psychanalyse et rêve éveillé dirigé*, Desoille critique la notion freudienne de censure avec deux arguments : - il n'y a pas toujours déguisement du désir dans le rêve ; - la censure est parfois débordée par l'intensité de la pulsion. Mais, selon Desoille, Freud avait déjà reconnu cela "avec la scrupuleuse honnêteté qui le caractérise." (22) Desoille reste par contre réservé par rapport à la notion même d'inconscient : il préfère parler d'un processus conscient auquel manque la réflexion ou de "niveaux de conscience". Il émet également des réserves par rapport à l'importance de la libido.

Desoille, par ailleurs, aurait tendance à laisser à la psychanalyse traditionnelle le traitement des névroses. Le rêve-éveillé a surtout pour lui une fonction psychagogique de rééducation et de développement. Il oscille entre une perspective spiritualiste orientée vers une élévation idéale - et une réduction du psychisme à ses bases biologiques à travers le conditionnement pavlovien.

Si le marxisme à partir de 1965 se réconcilie avec Freud, c'est à travers Lacan qui met l'accent sur l'importance du langage. Or la psychothérapie par le rêve-éveillé est essentiellement un processus de production langagière de scénarios symboliques. L'évolution des successeurs de Desoille, dont va parler Nicole Fabre, devait permettre à la cure par le rêve-éveillé de trouver son accomplissement comme cure par le langage des images. Ce mouvement a permis de laisser de côté les impasses dans lesquelles avait paru s'égarer Desoille. À s'appuyer sur un biologisme inspiré de Pavlov, Desoille a manqué peut-être un retour à Freud fondé sur l'importance accordée au langage des images.

La grande scission des années 50, dans le mouvement psychanalytique français, s'était faite sur la question de savoir si la psychanalyse devait se rapprocher d'une médecine biologisante ou d'une théorie de la culture. La cure par le rêve éveillé, caractérisée par l'utilisation d'un langage symbolique à travers lequel s'expriment les images des scénarios imaginaires, se situe nettement comme manifestation de la fantasmagorie humaine proche, comme le soupçonnait Freud, de la création poétique.

On peut noter également que la psychanalyse, en partie sous l'influence de Lacan, a revalorisé

des notions éthiques comme la loi et l'interdit, notions auxquelles Desoille était attaché. En 1965, beaucoup identifiaient la psychanalyse avec une permissivité sexuelle absolue à la façon de Reich.

Lorsqu'à la mort de Desoille ses disciples constituent le GIRED, ils seront conduits au début à théoriser la cure par le rêve-éveillé en restant au plus près des thèmes desoilliens, y compris lorsqu'ils se démarquent de la psychanalyse. C'est le cas en partie en 1975 dans le livre de Jacques Launay, Jacques Lévine, Gilbert Maurey : *Le rêve-éveillé-dirigé et l'inconscient*. (23)

Pourtant les éditions E.S.F. avaient publié en 1970 un livre intitulé *Le rêve-éveillé dirigé, une méthode de psychothérapie analytique*, sous la plume de Myriam Fusini-Doddoli, dédié à "Robert Desoille qui savait être à la fois maître et ami". L'auteur, dans la troisième partie intitulée "Considérations sur le rapport entre rêve-éveillé et psychanalyse", développe la théorie du fantasme en psychanalyse et énumère les "...éléments psychanalytiques dans la psychothérapie par le rêve-éveillé dirigé." Pour Freud, rappelle-t-elle, le fantasme réalise les désirs refoulés, protège de l'angoisse, autorise le plaisir : "Le rêve-éveillé, au niveau du vécu fantasmatique, implique l'interrelation entre le réel, l'imaginaire et le symbolique ; au niveau de la technique, à part ses moyens spécifiques d'action thérapeutique sur les trois plans, il utilise les éléments propres au traitement psychanalytique ; on peut donc à juste titre le considérer comme une méthode s'inscrivant dans le cadre des psychothérapies analytiques." (24) Elle considère que sont présents dans la pratique du rêve-éveillé les éléments indiqués par Freud comme essentiels à la thérapie analytique, à savoir l'actualisation des désirs inconscients par le transfert, la dissolution des résistances et la nécessité de l'interprétation pour faire accepter les éléments refoulés en les soustrayant à l'influence des mécanismes de répétition.(25) Par contre, le rêve-éveillé mène à une abréaction intense, aux conséquences de nature cathartique, permettant la récupération de la libido et de l'agressivité, la création d'associations continues et de chaînes d'images riches et dynamiques, le déplacement de l'énergie et sa condensation.

Myriam Fusini-Doddoli poursuit en se référant à Mélanie Klein, et au processus de l'identification projective - ainsi qu'à Lacan, dans la mesure où, en rêve-éveillé, le patient construit son identification devant un imaginaire secret. Elle remarque : "On ne s'étonnera pas de voir réunies l'expérience kleinienne et la perspective de Jacques Lacan. Ce rapprochement est riche de conséquences en ce qui concerne le symbole et le problème de la créativité." (26) Ce qui est étonnant, c'est que dès 1970 l'auteur anticipait sur l'évolution ultérieure des praticiens du rêve-éveillé qui aujourd'hui encore sont conduits à confronter l'approche kleinienne et l'approche lacanienne, souvent opposées, peut-être complémentaires

1. Professeur des universités.
2. Aubier, Paris, 1966.
3. Loc. cit. , 118.
4. Ibid., p.121.
5. *L'interprétation des rêves*, p.419. Freud précise un peu plus loin, p.454, en donnant un exemple de rêve diurne tiré de ce roman ; " Le héros de Daudet, M. Joyeuse, errant dans les rues de Paris pendant que ses filles croient qu'il a une situation et qu'il est à son bureau, rêve que grâce à de hautes protections, il a obtenu un emploi.
6. Ibid., p.421, note 1.
7. Ibid., p.525.
8. *L'homme aux rats*, p.181.
9. Ibid., p.65.

10. *Sigmund Freud présenté par lui-même*, p.111.
11. La nouvelle traduction de Bertrand Féron traduit plus justement *Der Dichter und das Phantasieren* par *Le créateur littéraire et la fantaisie*.
12. *Le créateur littéraire et la fantaisie*, p.40.
13. *L'information psychiatrique*, vol. 60, 1974, n°7.
14. *L'angoisse*, p.190.
15. Alain de Mijolla, "*La psychanalyse en France*", in *Histoire de la psychanalyse*, sous la direction de Rolland Jaccard, Hachette, 1982, tome II, p.43.
16. Cf., l'article d'Althusser, Freud avec Lacan, in *La nouvelle critique*.
17. Desclée de Brouwer, 1938.
18. Cf. *L'idiot de la famille* et le scénario sur Freud.
19. *Exploration...* , p.42.
20. *Ibid.*, p.116.
21. Librairie Le François, 1950.
22. *Loc. cit.* p.11.
23. Dessart et Mardaga, Bruxelles, 1975.
24. *Op. cit.*, p.47-48.
25. Elle emprunte ces éléments à l'article de Freud "Remémoration, répétition, perlaboration", 1914, dans *La technique psychanalytique*, chapitre 10.
26. *Ibid.* p.51, note 10.