

# L'éveilleuse *de nuit*

## Un théâtre de rêve

texte et crédit photos Viviane Crausaz

Il ne nous reste souvent que quelques images de nos rêves à notre réveil. Viviane Crausaz a eu cette lumineuse idée de proposer à chacun de pouvoir les mettre en scène pour en saisir le sens.

Tous les êtres rêvent, tous les êtres sont fascinés par leurs rêves et s'interrogent consciemment ou inconsciemment sur le sens à leur donner. Tous les êtres ont des rêves qu'ils aiment et d'autres qui leur font peur. Le rêve est un élément majeur et central de nos vies, il n'est pas une pensée ambiguë ou banale, il n'est pas périphérique alors qu'il nous habite durant tant d'heures chaque nuit ! Quelles autres activités avons-nous tous les jours de façon aussi assidue ? Respirer, se nourrir, se désaltérer... Nous rêvons donc toutes les nuits, et plusieurs fois par nuit. Nous rêvons à chaque épisode de sommeil ! Un ballet inces-

sant d'actions, d'informations, une seconde vie, à laquelle nous ne sommes pas toujours attentifs. Jung disait que les rêves sur lesquels on ne pose pas de regard sont comme des lettres reçues que l'on jetterait sans les avoir lues. J'ai commencé par les écrire, puis j'ai fait un travail analytique, symbolique à partir de ceux-ci. Très vite, m'est venue l'envie de les mettre en mouvement. Je sentais qu'ils prenaient de plus en plus d'ampleur dans mon quotidien, et je ne voulais plus les cantonner dans un espace de compréhension intellectuelle. J'avais le désir de leur donner la parole, de les écouter et de vivre avec eux consciemment. J'ai donc créé un atelier de mise en scène, une sorte de théâtre du rêve, dans lequel les gens viennent jouer à partir de ces scénarios qui peuplent la nuit.



### Un théâtre de rêve

Un participant raconte son rêve, puis il choisit parmi les autres participants ceux qui vont en incarner les personnages. Il plante son décor et fait sa mise en scène. Il en est l'artisan, et c'est lui qui « conduit » les actions, les sensations, les dialogues de son rêve. Dans un second temps, le rêve est abandonné aux acteurs qui improvisent à partir de ce qu'ils ont reçu de la mise en scène. Réaction du rêveur devant son rêve transformé, puis, échange avec les acteurs et expression du ressenti de chacun. Au contact des rêves, une relation se crée avec l'inconscient, avec l'intime. On s'autorise des choses un peu folles, comme si dans la « nuit », tout était permis ! On est tour à tour fée, criminelle, ou prince aventurier. Combattre des monstres gluants à mains nues devient un jeu d'enfant. Ces mises en scènes sont autant d'occasions de dévoiler, d'explorer et d'expérimenter les multiples facettes de son être.

#### *Les rêves en mouvement*

La proposition faite au rêveur est d'élargir son regard. L'improvisation qui suit la mise en scène lui permet de ne pas rester sur une première impression de son rêve, même s'il est très important d'en tenir compte ! Prenons l'exemple d'un

jeune homme rêvant régulièrement d'un taureau qui lui fonce dessus. Il se réveille paniqué et reste aux prises avec cette sensation de peur, d'écrasement. Pour s'en libérer, il peut analyser son rêve et le comprendre à un certain niveau. Il est plus difficile, à mon sens, de faire interpréter un rêve par un tiers sans que cette interprétation soit réductrice: « un taureau te fonce dessus, alors symboliquement tu as un rapport écrasant avec ta mère, ton patron, ou alors, ton énergie se retourne contre toi, etc. ». Une telle interprétation possible et pertinente peut figer une image qui ne sera pas forcément juste ou libératrice pour le rêveur! Si pour l'un, le taureau symbolise la force créatrice, pour l'autre, suivant sa culture, son éducation, ses croyances, il évoquera tout autre chose. Dans l'atelier, ce jeune homme va se positionner par rapport au taureau. Il va le choisir. S'il choisit une femme, l'histoire ne sera pas la même que s'il demande à un homme de l'incarner! s'il choisit une femme drôle, ou fragile, ou encore puissante et énergique, le scénario se jouera à chaque fois différemment. Le simple fait d'avoir décidé à qui ressemblerait son taureau, est une indication de ce qui l'interpelle. Un échange sous forme de dialogue a lieu entre l'acteur et le rêveur, dans lequel ce dernier pourra exprimer au taureau ce qu'il ressent. Il a placé cette « entité » à l'extérieur de lui. Il est en face de ce qui habite ses nuits, se présentant sous une forme terrifiante dans son imaginaire. Si l'acteur choisi d'incarner un taureau monstrueux, destructeur, alors le rêveur a la possibilité d'agir, d'exprimer et d'objectiver ce qu'il ressent. Et le taureau va parler lui aussi, par la bouche de celui ou celle, désigné par le rêveur. Il dira ce qu'il a vécu dans la peau de cet animal... Il y a parfois de belles surprises! Dans ce contexte, tout ce que va jouer le taureau sera juste, puisque cela permettra au rêveur de se positionner. Qu'il soit en accord ou non avec ce qui est proposé, cela lui apportera un éclairage sur ses sentiments, ses sensations. Ce qui est rencontré dans l'expression s'intègre rapidement! Les informations ne sont pas restées au niveau du mental, elles sont passées dans le corps, dans la matière!

### *Un petit vent de création*

Dans ce jeu, les participants ont la possibilité de donner la parole à tout ce qui s'est manifesté dans leur rêve, mais ils distribuent souvent aux acteurs les rôles des protagonistes humains ou animaux, négligeant ainsi le pouvoir créateur d'autres principes! Le vent, la terre, l'eau, le feu ou même les couleurs ne sont-ils pas de véritables personnages, acteurs à part entière de nos existences? Un jour, Thierry, décida de donner la parole aux éléments de son rêve: « Je suis dans le sud de la France, au bord de la Méditerranée. Il fait beau. J'entre dans la mer, je nage et je m'endors. Je suis porté par l'eau et



## **Le rêve passe dans le corps!**

quand je me réveille, le soleil descend. Je réalise que je ne peux pas retourner en arrière. Sur ma gauche, je vois une forteresse posée sur une petite île ». Pour incarner son personnage, le soleil, et la forteresse, il désigne des femmes et il choisit des hommes pour incarner l'eau, le vent, et l'île. Au début de l'improvisation, les éléments entament une sorte de danse muette. Le vent « accompagne » l'actrice sur l'île. Elle s'approche de la forteresse, l'observe, puis la pousse un peu sans parler. La forteresse adopte une attitude de fermeture et de dureté, montrant physiquement qu'elle n'a pas l'intention de bouger. La terre tourne autour de la forteresse prenant de plus en plus de place, agrandissant l'île, et l'eau s'immobilise. Le soleil disparaît à l'instant où l'actrice demande la permission d'entrer. La forteresse accepte et laisse entrer l'actrice jouant le rôle de Thierry. L'île agrandit encore son espace pour lui proposer une terre d'accueil plus importante... Le soleil réapparaît. Alors l'actrice demande à la forteresse la permission de sortir, et la forteresse s'ouvre. Je me suis surprise à éprouver une petite appréhension en pensant qu'elle pourrait garder « Thierry » enfermé, mais tout était fluide, à l'intérieur comme à l'extérieur. Puis, la forteresse a choisi de disparaître, sortant de scène, elle est partie se cacher derrière le rideau. L'actrice « Thierry » a quitté l'île et a repris sa nage. Les éléments se sont montrés doux, accompagnants. Il se dégageait quelque chose de très rassurant, de très profond. Il n'y avait presque pas de paroles, c'était une sorte de ballet entre les éléments. Dans l'échange qui a suivi, les acteurs disent avoir éprouvé un plaisir particulier à jouer autre chose que des personnages « humains ». L'acteur qui représentait l'île a senti un désir impérieux de donner plus d'espace à Thierry sur la terre. Ce qui est passionnant, à mes yeux, c'est de voir à quel point la relation avec chaque élément est parlante. La terre aurait pu rétrécir, l'eau déborder et envahir l'île, le vent faire tomber « Thierry », etc. Peu importe, ce qui est sûr, c'est que tout était en mouvement pour raconter au rêveur une histoire à partir de son rêve et pour lui offrir ce regard élargi qu'il me plaît de proposer. ■



### **PORTRAIT**

Comédienne de formation, metteuse en scène, elle a participé à de nombreuses créations théâtrales, publicités, films (cinéma et télévision). Elle a également fait partie en tant qu'artiste de l'équipe de cœur.com et travaille depuis plusieurs années avec le psychanalyste Guy Corneau. Elle anime aujourd'hui des ateliers pour la mise en scène des rêves dans le cadre d'un travail sur soi et pour une compréhension plus vivante des rêves. Depuis le début de l'année, elle a également développé un concept original de spectacle à partir de ces ateliers qui ont lieu un dimanche par mois. Si vous êtes de passage à Paris, n'hésitez pas et consultez notre carnet d'adresses pour plus d'infos p. 62.