

Sortir de l'eau

Julie Saint Bris

Paru dans **La Croix**, le 1 juillet 2023 - Chronique « de l'intérieur » - Cahier religion et spiritualité du vendredi.

Chronique

« Travailler sur soi », ou faire une psychanalyse, c'est sortir peu à peu de l'eau de l'inconscience initiale, pour « faire du sec », de la conscience.

Un petit clin d'œil à l'approche des vacances à ceux qui se trouveront au bord de la mer... Il y a quelque temps, une femme me raconte son rêve : « J'étais à la plage et j'avais dans la mer, mais les vagues devenaient de plus en plus grosses. Tout à coup, l'une d'entre elles me jette par terre et me roule violemment dans un mélange d'écume et de sable. J'ai horriblement peur et je me demande si je vais pouvoir sortir la tête hors de l'eau. »

À notre première entrevue, elle m'a dit qu'elle ne rêvait jamais, mais son inconscient commence à se manifester après quelques séances. Et même un peu violemment, me dit ce rêve. En effet, l'eau est par excellence le symbole de l'inconscient. La peur de se laisser engloutir par un afflux de souvenirs, de sensations, d'émotions, dont elle n'a pas eu conscience jusque-là est le signe qu'il va falloir beaucoup de prudence dans notre travail pour qu'elle garde la tête « hors de l'eau ».

Symbole de l'inconscient

Pourquoi l'eau est-elle le symbole de l'inconscient ? Dans les cosmogonies, c'est-à-dire les récits mythiques qui décrivent les origines du monde, l'eau est un symbole quasi universel. Symbole de l'indifférenciation, du « sans forme » initial. Dans Gn 1,7, Dieu sépare les eaux d'en haut et les eaux d'en bas. Les eaux d'en bas peuvent évoquer les eaux originelles, maternelles, le liquide amniotique dans lequel baigne le bébé. Celles d'en haut font penser aux pluies du ciel qui nettoient, qui arrosent et fécondent la terre. La symbolique des eaux nous parle à la fois d'origine de la vie, de renouveau, mais aussi d'enfermement et de noyade. À l'image du maternel de nos origines (notre mère, notre famille, notre milieu), qui nous donne vie et nous nourrit, mais peut s'avérer emprisonnant si l'on s'y complaît trop longtemps. Les eaux peuvent être source de vie et source de mort. C'est le propre des symboles d'être riche d'une multiplicité de sens. À nous de faire nôtres les significations qui nous parlent le plus à la tête, au cœur et au corps, dans le moment que nous traversons.

« Travailler sur soi », comme on dit aujourd'hui, ou faire une psychanalyse, c'est sortir peu à peu de l'eau de l'inconscience initiale, pour « faire du sec », de la conscience. Pour accéder à plus de liberté dans nos relations avec nous-même, avec les autres... et avec Dieu. Lorsque Dieu dit : « Que les eaux inférieures au ciel s'amassent en un seul lieu et que le continent paraisse », on peut y voir un symbole de l'émergence progressive du moi. « Ton imagination, tes émotions intérieures, etc., sont le grand océan sur lequel tu dois conquérir de petits lambeaux de terre, toujours menacés de

submersion », nous dit Etty Hillesum. Ce mouvement de prise de conscience, pour émerger du tohu-bohu de nos pulsions, de nos ressentis, de nos émotions, elle y fait beaucoup allusion au début de son journal : « Tu es encore bien loin, ma petite, il te faudra encore disputer beaucoup de terre ferme à la fureur des vagues, introduire beaucoup d'ordre dans le chaos.» Avec certains, comme notre rêveuse, c'est un travail qui nécessite beaucoup de doigté pour qu'ils ne soient pas jetés par terre par la « fureur des vagues ».