



# Sommaire

## **Piste numéro 1**

- 1- Retrouver mes parents
- 2- L'homme en noir
- 3- Le puzzle géant
- 4- Les cartes Pokémon
- 5- La Tour Eiffel inondée
- 6- Mon père sur la route d'Auray
- 7- Les billets partout
- 8- Voler au dessus-des marches

## **Piste numéro 2**

- 1- Mon mari le géant
- 2- Me battre avec mon père
- 3- L'aigle et ses oeufs
- 4- Habillé à moitié
- 5- La dispute au Super U
- 6- Quitter la gravité

7- La planète de bonbons

### **Piste numéro 3**

1- Le trou noir sous le bureau

2- Somnambule dans le jardin

3- Les copains avant tout

4- Les fourmis et les serpents

5- Le grand feu de camp

6- Le trou au bout du chemin

7- La reconnaissance en s'envolant

### **Piste numéro 4**

1- La paralysie nocturne

2- Voler sans se faire remarquer

3- Le typhon de l'île

### **Piste numéro 5**

1- Jeter dans la poubelle

2- Le rêve des trains

3- La plage avec les copains

4- Le loup et le lait

5- Les confettis

6- Le retour du patron à la retraite

7- Le PSG et la France champion

### **Piste numéro 6**

1- Deux semaines à vivre

2- Les vagues de la falaise

3- Gagner au loto

4- La grotte des animaux merveilleux

5- Sauter de la falaise pour voler

6- Le mur d'océan fascinant

### **Piste numéro 7**

- 1- La mort de mon chien
- 2- La ville en chocolat
- 3- Ma clio, ma mère et la perruque
- 4- Les contractions à travers le rêve

### **Piste numéro 8**

- 1- L'animal blanc dans le ciel
- 2- Mon poney et la rivière
- 3- Les jumeaux annoncés
- 4- La fée au tambour
- 5- La rêve de l'amitié

### **Piste numéro 9**

- 1- Seul avec les papillons
- 2- La sensation du saut en parachute
- 3- Meilleurs amies pour la vie
- 4- La lune à travers les époques
- 5- L'aigle royal dans le puit
- 6- Le monstre dans le couloir

## **Piste numéro 1**

### **1- Retrouver mes parents**

Le rêve que j'ai, qui malheureusement ne viendra pas, c'est de voir revenir mon frère, voir mes parents.

Ils sont partis trop tôt.

Moi, je suis toute seule maintenant.

Et surtout, surtout, pourquoi ils sont partis ?

Disons que la nuit parfois je les vois, et de toute façon la nuit quand j'ai besoin de quelque chose c'est à eux que je parle.

Je leur demande, c'est à eux que je parle, mais j'ai pas de réponses.

Je leur demande surtout de revenir et puis pourquoi ils sont partis

Parce qu'on avait plein de choses à faire encore ensemble.

Mes parents avaient 96 ans, donc ils avaient fait leur vie.

Mais j'avais encore des choses à leur dire.

Mais eux avaient des choses à me dire sûrement

Bah bien sûr dire que je leur dis que je les aime, que je les ai aimés, que je les aimerai toujours.

## **2- L'homme en noir**

Je me levais tout d'un coup je suis tombé par terre, une personne derrière moi me courait après. Il tentait d'essayer, essayer, essayer de me refaire.

En fait, il me rattrapait, mais à chaque fois, ça faisait comme une boucle infinie. Dès qu'il me rattrapait, ça recommençait dès le début.

Une personne habillé en noir, avec un petit peu une tête, et des dents disons qui fait un grand sourire, on voit ses dents, j'avais du mal.

Comme ci j'avais buté des jambes.

## **3- Le puzzle géant**

Quand j'étais petite, j'avais souvent les mêmes cauchemars. Je me trouvais dans la chambre de mes papis et mamies. Il faisait noir. C'était comme dans un trou noir. Il n'y avait pas de murs, c'était vraiment qu'un trou noir.

Et en fait, je ne savais pas où j'étais. Je ne savais pas où j'étais.

Et pour sortir, il fallait... Par terre, il y avait un puzzle énorme, géant, avec des pièces.

Et je paniquais parce que je n'arrivais pas à former le puzzle.

Le néant.

## **4- Les cartes Pokémon**

J'ai rêvé aussi d'avoir beaucoup de carte Pokémon et de les lancer toute comme ci c'était de la Moulaga ! (Rire)- « assassin de la police »

## **5- La Tour Eiffel inondée**

Plus récemment, mais ça fait quand même au moins une trentaine d'années, j'étais en haut de la Tour Eiffel.

Et euh, en fait, tout était noyé.

Il n'y avait que le... J'étais au dernier étage de la Tour Eiffel. Il n'y avait que cet endroit-là qui était émergé et tout le reste était dans l'eau.

Comme Paris dans une cuvette. Ben, la cuvette était pleine.

Et moi, j'étais tout en haut de la Tour Eiffel. Je me trouvais sauvée.

Puis alors il y avait aussi beaucoup de soleil, beaucoup de lumière, de belles couleurs.

Et puis j'étais là, bah toute seule, en haut de la Tour Eiffel.

Voilà.

J'en sais pas plus.

## **6- Mon père sur la route d'Auray**

Ouais, voilà, donc je vais aller à Auray chercher un véhicule, envoyer un véhicule.

Et puis je suis sorti sur la rue et mon voisin avait monté une petite toile de tente sur le bord du trottoir, il était assis là.

Et puis je lui ai demandé s'il voulait m'accompagner à Auray. Il me dit : « Bah ouais, pourquoi pas. »

Et on est partis.

Et puis arrivé à un endroit, la route était très large et je vois mon père au milieu de la route.

Je lui demande ce qu'il fait là et tout.

Bah... je sais pas trop.

Et puis bon, bah il est monté avec moi.

Mais là, c'est pareil, ça s'est arrêté comme ça.

Je sais même pas si le voisin était toujours avec moi.

Je ne sais pas ce que j'avais dans la voiture.

Ça s'est terminé comme ça.

Disons que depuis deux ou trois fois, je rêve beaucoup à mon père, alors je sais pas pourquoi.

C'est vrai qu'on s'entendait bien, on était très proches l'un de l'autre.

Voilà.

## **7- Les billets partout**

Je voyais des billets partout puis quand je me suis réveillée il n'y avait plus rien , ah-ah-ah

## **8- Voler au dessus-des marches**

Quand on est enfant, et même adulte, et qu'on se laisse porter par tout ce qui nous fait du bien, ça nous permet d'accéder à des états assez fantastiques.

Petite, je n'ai aucun souvenir d'avoir touché les marches.

Je me levais le matin et tout était doux : le soleil sur les fleurs, l'odeur de la cuisine, et il n'y avait juste que le jeu et la découverte.

Et du coup, c'est comme si je rebondissais tranquillement au-dessus des marches sans les toucher, comme si la gravité, au lieu de m'absorber, me laissait décoller un peu plus haut pour, pouf, essayer de les toucher et me ré-envoler.

Et c'est des choses que j'ai pu expérimenter après dans les rêves aussi.

Et ça venait d'une grande force d'accueil et d'amour de la vie qui me permettait de m'envoler, comme si les ailes me poussaient au bout des bras.

Et pareil, dès que j'allais toucher le sol, je me ré-envolais très haut dans le ciel.

Et dès que je perdais confiance et foi, je venais m'écraser sur le sol.

Et cette peur de toucher le sol me donnait assez de force pour re-croire en mes rêves et me ré-envoler.

## **Piste numéro 2**

### **1- Mon mari le géant**

C'était quand mon mari est décédé.

Donc je me suis souvenue de lui et, dans mon rêve, il était à côté de moi, à côté de mon lit.

Mais c'était un géant.

Il était très, très grand.

Je le voyais immense et je lui disais :

« Mais qu'est-ce que tu fais là ? »

Il me répondait « Ne t'inquiète pas, ne t'inquiète pas, je vais revenir vers toi. »

Et puis je levais ma tête pour le voir.

Je lui disais :

« Mais qu'est-ce que tu fais là ? »

« Ne t'inquiète pas, je vais à côté de toi, j'arrive. »

Il était à côté de moi.

Pourquoi me dire « j'arrive » alors qu'il était là ?

Mais oui, cette phrase...

Je le voyais immense.

Pour moi, c'était impensable.

C'était un beau rêve.

Et le matin, quand je savais qu'il était décédé, le lendemain matin, j'ai quand même tâté à côté de moi.

Je crois que ça a été mon premier réflexe.

### **2- Me battre avec mon père**

Euh bah moi, il y a un moment où je faisais un rêve où, euh, je sais pas pourquoi, mais je me battais avec mon père.

Et euh, je finissais par le tuer.

Et en fait, son corps se décomposait.

Et puis après, il se reformait.

Et ça faisait une boucle comme ça et j'étais dedans.

Et le moyen que j'avais trouvé pour que ça s'arrête, c'était de tenir ses os dans mes mains.

Et après, je me suis réveillée.

Et je ne sais pas ce que veut dire ce rêve.

### **3- L'aigle et ses oeufs**

C'était le rêve d'un aigle.

Et euh j'étais entrain de voler.

Il y avait une femelle qui arrivait.

Et je voulais prendre ses œufs

Et du coup, j'y suis allé et je me suis fait attaquer.

Et après, je suis tombé sur une personne.

Et après, il m'a repoussé dans le ciel.

### **4- Habillé à moitié**

Je me souviens d'avoir fait plusieurs fois un rêve où je suis pressée.

Je vais être en retard au travail.

Je me dépêche, je descends les escaliers et tout.

Je me retrouve dans la rue en petite culotte.

Et bah oui, je ne me suis pas habillée complètement parce que j'étais pressée et je n'ai pas eu le temps de remonter pour mettre des vêtements.

Et plusieurs fois, j'ai fait ce rêve-là où je me retrouve dans la rue en petite tenue.

C'était gênant, mais je ne me souviens pas de la suite.

Peut-être que je me suis réveillée à ce moment-là, je ne sais pas.

### **5- La dispute au Super U**

C'était... j'étais à Super U et j'avais croisé une ancienne copine à moi.

Et en gros, bah elle m'avait insultée, quoi.

Ça a fini mal.

Ça a fini mal, ça a très mal fini.

Bah, je l'ai tuée, quoi.

Ouais.

Je lui ai arraché la tête, je crois.

Voilà.

## **6- Quitter la gravité**

C'est un rêve que je fais, je dirais, une fois par an, qui est mon rêve préféré.

C'est que je m'envole.

J'agite mes bras et ça me permet de décoller.

J'ai la sensation extraordinaire quand je quitte le sol, quand je quitte la gravité.

Et ensuite, je suis dans l'air, je regarde le ciel.

C'est merveilleux.

Et la morale, je dirais, c'est que dans la vie, on a envie de s'élever.

## **7- La planète de bonbons**

Quand j'étais petite, je rêvais que j'étais sur une énorme planète bonbon.

C'était une planète en forme de chewing-gum rose.

Il y avait plein de marchands de bonbons.

Les arbres, c'était des sucres d'orge.

Les maisons, c'était des maisons en pain d'épice.

Et les bonbons là-bas, c'était bon pour la santé.

Ça nous faisait du bien pour la santé.

Et on ne se faisait pas disputer.

Il n'y avait pas d'adultes, il n'y avait que des enfants.

Et on pouvait manger des bonbons à volonté.

On pouvait même grignoter des bouts de la planète si on voulait.

## **Piste numéro 3**

### **1- Le trou noir sous le bureau**

Quand j'étais petite, tous les jours, j'étais toujours dans la même chambre.

Il y avait un coin dans ma chambre où il y avait un bureau, et genre il y avait une sorte de carré.

Et en dessous du bureau, il y avait une poubelle.

Et genre, chaque nuit, la poubelle, elle se transformait en trou noir.

Il y avait genre quelqu'un, une personne, qui sortait de ce trou noir, qui était totalement noire.

Elle n'avait pas de visage, il n'y avait rien.

C'était juste une personne complètement noire.

Et il venait vers moi, jusqu'à mon lit.

Puis il m'attrapait le poignet et j'avais la sensation de vraiment être attrapée par le poignet.

Et après, il me tirait de toutes ses forces et moi, je ne pouvais rien faire.

Genre, j'essayais de me débattre, mais je ne pouvais pas.

Il me tirait, il m'emmenait jusqu'au trou noir.

Et dès qu'il y avait le trou noir, ça stoppait tout.

Et genre, j'ai toujours fait ce cauchemar et j'ai dû changer de chambre pour arrêter de faire ce cauchemar.

Sinon, ça se répétait tout le temps.

## **2- Somnambule dans le jardin**

Moi, la nuit dernière, j'ai rêvé que j'étais somnambule.

Et puis que je me baladais dans toute la maison.

Et même que j'étais sortie dans le jardin.

Et puis après, je me suis réveillée dans mon lit.

Voilà, c'est la fin.

Somnambule

## **3- Les copains avant tout**

J'avais un ami à moi qui était en embrouille avec des gars.

Et en fait, en arrivant, j'avais tout mon groupe de potes.

Et on s'est un peu...

On l'a protégé, quoi.

C'est la famille, c'est les amis.

On l'a protégé.

Ça s'est bien fini.

Et puis après, on est allés boire un coup tranquille avec les copains.

#### **4- Les fourmis et les serpents**

J'étais envahie de fourmis, de serpents ou de truc comme ça.

On revient à la réalité aussitôt

J'aime pas les fourmis

Alors je rêvait tant parce que je les aime pas

De notre temps en campagne on trouvait des vipères

Et on avait peur des vipères

J'aime pas les fourmis.

#### **5- Le grand feu de camp**

Alors mon rêve à moi, c'est : je me retrouve autour d'un feu de camp dans une forêt au Québec.

Et on est tous ensemble.

On vit en communauté.

Et autour de ce feu sont rassemblés tous les amis vivants, mais aussi toutes les personnes que j'ai aimées et qui sont décédées.

Et on est tous ensemble, les vivants, les décédés.

Et voilà, on partage un moment sous les étoiles autour du feu.

Un moment de communauté, de partage, de communauté.

Voilà, ça, c'est mon rêve.

En fait, un monde plus fraternel.

Un monde où le sens de la communauté veut dire quelque chose.

Et où on est simplement là, tous ensemble, à égalité autour d'un feu, à profiter de l'instant présent.

Un monde de partage, en faite

#### **6- Le trou au bout du chemin**

Mais oui, qu'est-ce que j'ai appris ?

J'en tenais à tout le monde.

J'avais peur un peu quand même.

Mais dans mon rêve, j'ai réussi à aller au bout.

Il y avait quelque chose, un trou qui était tout...

Vous voyez ça à travers.

C'est loin.

Parce que quand avec les jeunes qu'on avait, on disait des bêtises.

Vous comprenez ?

Et alors les bêtises, c'était ça.

Alors la ceinture vélo, d'autres c'était de...

On faisait de tout, hein.

Il y avait beaucoup.

Oh oui !

## **7- La reconnaissance en s'envolant**

Un rêve, c'était il y a longtemps.

C'était le vol dans les airs.

Je survolais les côtes et plus je donnais des coups d'aile, plus je volais et plus j'avais de vue sur le monde.

Les gens regardaient et étaient très impressionnés parce que je pouvais faire ce que je voulais.

Et je n'avais jamais envie de redescendre.

Et ça a duré beaucoup de temps, en fait.

Je pense que j'avais besoin de reconnaissance, peut-être.

Ou voilà, je n'étais pas sûre de moi.

Et c'était sûrement une façon...

Maintenant, avec le recul, je pense que c'était plus quelque chose pour me mettre en valeur, quelque part.

## **Piste numéro 4**

### **1- La paralysie nocturne**

Ouais, ça c'est un cauchemar.

Je suis allongée.

Je suis comme dans le coma.

C'est-à-dire que je suis incapable de bouger quoi que ce soit.

Et il y a des hommes qui viennent et qui me touchent les doigts de pied.

Et je suis complètement inerte.

Et ils s'amusent.

Et j'entends tout, je sens tout, mais je suis incapable de bouger.

C'est vraiment le coma.

Et je suis terrorisée à l'intérieur à l'idée qu'ils vont pouvoir faire tout ce qu'ils veulent de mon corps puisque je ne peux rien faire.

Fin du cauchemar

Il y a parfois des moments où on est complètement tétanisé devant la prédation.

Mais on est figé.

Je me sens figée totalement de peur.

Dans ma peur.

## **2- Voler sans se faire remarquer**

Alors c'est un rêve récurrent, mais que je ne fais pas très souvent.

Où je vole.

Et c'est une sensation incroyable parce que c'est comme un pouvoir que j'ai et je ne sais pas d'où ça vient et c'est une sensation très précise dans mon corps.

Donc je me soulève de quelques mètres.

Et puis après, je vais battre des bras comme des ailes.

Et au milieu, comme après, je vais me mettre à plat, à l'horizontale, pour voler un peu.

Et la dernière fois que je l'ai fait, j'étais dans une grande salle, genre une halle, avec d'autres gens probablement un stage, enfin des gens avec qui je partageais quelque chose.

Et j'ai vraiment cette sensation mitigée d'être super heureuse de pouvoir voler.

Et en même temps, de ne pas vouloir me faire remarquer par ceux qui sont en bas.

Peut-être avoir l'air bizarre.

Avoir l'air d'avoir un pouvoir

Et voilà, la dernière fois que je l'ai fait, j'ai le souvenir qu'il y avait cette sensation.

Et puis, il me vient qu'il y a...

C'est peut-être un rêve antérieur de vol, mais que je suis sur un chemin.

Et que je suis au-dessus des gens.

C'était dans le rêve, mais peut-être que c'était dans un autre.

Et que voilà, je dépasse un peu en volant, mais toujours en essayant de rester le plus discret possible.

Et c'est vraiment une sensation extraordinaire, dans mon corps quand je me réveille d'avoir volé, je ne sais pas d'où ça vient, j'ai vraiment l'impression que c'est très très réelle.

Pourtant dans la vraie vie je ne vole pas.

C'est bon de pouvoir s'élever et d'avoir un pouvoir.

### **3- Le typhon de l'île**

Je suis en vacances, avec ma famille

Nous sommes en vacances sur une petite île, l'île vraiment nous encercle, elle encercle la maison et une petite Parcelle de terrain qui encercle une sorte de jardin.

Un jour que nous nous amusons, mon père s'énerve.

C'est comme si une mouche l'avait piqué.

Et pour que nous retenions la leçon de quelque chose que nous n'aurions pas bien fait, il nous demande s'il faudrait qu'il sévisse.

Il prend une sorte d'instrument qui ressemble à un violon, qui est une sorte de grosse écorce avec un archet comme on utilise pour les violons.

Et il menace de créer un typhon.

Et comme on le regarde, étonnés, il commence à jouer de cet instrument, de cette écorce.

Il commence à jouer de cet instrument, de cette écorce, et il en émet un son.

Un son assez fort.

Ça ressemble à de la contrebasse, mais ça ressemble en même temps à quelque chose que je n'ai jamais entendu dans d'autres rêves.

C'est une note très forte, très grave.

Et une fois qu'il a joué et que le son est sorti, on sait que notre temps est compté et qu'il faut qu'on prépare nos affaires.

Parce que le typhon va arriver et qu'il va nous engloutir s'il ne part pas très rapidement.

À partir de ce moment-là, il y a un avant et un après.

Et on commence précipitamment à préparer nos affaires.

Je me sens très énervé et très déçu par mon père qui vient de nous mettre en danger de mort.

Et donc je prépare mes affaires comme si c'était la dernière fois.

Comme si j'étais condamné.

Je vais chercher mes affaires un petit peu à gauche, à droite dans la maison.

Une fois que nous sommes tous réunis, ma mère, mon père, mon frère et moi, nous nous donnons rendez-vous dans la voiture.

Et juste avant que j'arrive à la voiture, je baisse les yeux et je vois à quel point mes pieds s'enfoncent dans la terre qui a été noyée par les eaux.

C'est comme si on était dans une sorte de sable mouvant.

Je me demande comment, avec la voiture, on va réussir à s'échapper.

Est-ce que la voiture va nous permettre de flotter sur l'eau et de nous échapper, de partir ?

C'est la question que je me pose.

## **Piste numéro 5**

### **1- Jeter dans la poubelle**

Bah en gros c'était quand j'étais en famille d'accueil, j'avais rêvé que on me jetait dans la poubelle.

C'était pas dans les poubelles qu'on a chez nous, mais dans les grosses poubelles, qu'on a au bout de la rue.

Du coup, voilà quoi.

### **2- Le rêve des trains**

Le rêve récurrent du train.

Je monte dans un train, j'ai un bagage.

Soit le wagon dans lequel je suis se détache du reste et va généralement très vite et mon bagage est dans l'autre partie du train.

Ca c'est récurrent.

Encore un autre, dans un train, où je loupe la gare, je ne m'arrête pas, le train ne s'arrête pas, il va toujours très très vite.

Et je loupe l'arrêt, je loupe la gare.

Ou encore un autre rêve

Au moment de présenter mon billet , je ne l'ai plus.

Voilà, c'est court , c'est toujours très court mais toujours très angoissant.

Ce sont des rêves angoissant

La peur de ne pas être là où il faut

De ne pas réussir quand il faut.

### **3- La plage avec les copains**

Moi je pense à ..

En vrai le rêve, le plus beau rêve que j'ai fais il n'y a pas longtemps.

C'est peut être le moment où je rêvais, que j'étais à la plage avec mes copains, et euh ca faisait un moment que on s'étaient pas vus.

Et on se réunit tous ensemble , on se raconte nos réussites et tout

Et enfaite on se regarde et on fait : on a galérer, on a eu du mal et on a vécu des moments pas ouf mais on est là, on est encore debout et

On a réussi.

On est là et on survit.

#### **4- Le loup et le lait**

Quand j'étais petite, j'ai fais plusieurs fois le même rêve horrible.

Quand j'y repense aujourd'hui je me dis que c'était rigolo

(Rire)

Et c'était dans une cuisine , et il y avait un loup.

Mais tu vois qui se tenait debout comme un humain.

Et il avait un tablier, une petite charlotte sur la tete et il était entrain de faire bouillir une casserole de lait.

Et moi depuis que je suis toute petite , je déteste le lait et je déteste l'odeur du lait.

Et donc la dans mon rêve , le lait se met à déborder

Et tu sais l'odeur du lait qui déborde c'est la catastrophe.

Donc la sa casserole déborde, et cette scène qui était tout à fait rigolote et charmante d'un loup qui se fait du lait devient un cauchemar où du coup le lait déborde de partout, à profusion.

Il y en a partout, partout , dans la fameuse cuisine , et le loup prit de panique, tout s'accélère, le loup à très peur et va à une vitesse phénoménale.

Je ne sais pas comment expliquer ses mouvements, c'est comme ci tout se mélangeait, tout se mettait en accéléré et ses yeux à l'intérieur, il y avait comme des spirales rouge la qui tournent comme dans les dessins animés.

Et il panique tellement fort que moi aussi je panique et je me réveil.

#### **5- Les confettis**

Moi pendant mon rêve une fois c'est que , j'avais pleins de packs à confettis et il était grands et il y avait pleins de confettis qui se mettait partout.

Et ça tombait que sur moi.

#### **6- Le retour du patron à la retraite**

Ca m'est arrivé quand j'étais à la retraite.

Et je devais que le patron me rappelait, il y avait du boulot et il fallait que je retrouve travailler.

#### **7- Le PSG et la France champion**

Mon rêve c'est que le PSG gagne sa deuxième étoile en ligue des champions.

Avoir un métier plus tard et avoir une voiture.

Que la France gagne encore une étoile

## **Piste numéro 6**

### **1- Deux semaines à vivre**

Mon rêve ça débute que je suis dans une forêt et que j'apprends par les médecins que j'ai un cancer ,je n'ai plus que deux semaines à vivre.

Genre, je l'apprends comme ça, d'un coup.

Et après, pendant les deux semaines, je fais tout ce que je voulais faire dans toute ma vie.

Du coup, je commence par aller au cheval monté ma ponette dans le champ.

Je fais des soirées.

Je parle avec des gens

Tous les gens que j'aime, avec chaque personne , je leur écris.

Je suis avec mes meilleurs amis on va faire tous les trucs que on aimerait faire

Et après, une fois que j'ai fait tous mes rêves, je m'endors.

Et puis je me réveille.

### **2- Les vagues de la falaise**

Genre une maison, en fait, je ne sais pas si on peut dire une maison.

C'est souvent des grandes vagues, en fait.

Tu sais, les gens, ils sont dans une falaise, en fait.

Les gens sur la falaise, et après, tu vois la plage.

La plage, c'est une falaise.

Et t'as des vagues, genre, je ne sais pas, 600 mètres qui arrivent, tu vois, et tu as du mal à te situer.

Et après, j'ai plusieurs fois fait ce rêve c'était marrant

Mais c'est dur à expliquer, parce que j'arrive pas à me réveiller, et puis là, je reviens dans le truc où je pense, je pense des trucs comme ça.

Et ça fait des vagues, ça fait des vagues.

Et après, des fois, elles sont loin.

Et puis des fois, tu y vas pour nager.

Et puis tu vois des vagues qui arrivent.

Et après, tu repars sur la falaise.

Et t'attends que la vague tombe fin que le rouleau explose.

Et ouais, ça, c'était plusieurs fois, j'ai fait ça aussi souvent.

Souvent, en fait, dans mes rêves, je ne suis jamais tout seul.

C'est toujours des gens que je connais.

Toujours.

Avec des potes, des gens que tu connais, des gens que t'as croisés.

De toute façon, il paraît que quand on rêve, on rêve avec des personnes que tu connais.

Tu ne peux pas créer un personnage.

Donc, mais souvent, ouais, des gens que tu connais.

Ça peut être ma petite femme.

Ça peut être des genre, des potes d'enfance.

Des fois, je rêve des potes d'enfance alors que ça fait 20 ans que on les a pas vu

Ouais, ça, c'est marrant.

### **3- Gagner au loto**

Je rêve de gagner au loto et puis j'achète de belles maisons au bord de mer.

Puis j'achète des hôtels, des appartements, que je donne à mes enfants.

Et puis qu'on profite.

### **4- La grotte des animaux merveilleux**

Ah oui, j'étais dans la forêt avec toute ma famille.

Et je voyais une grotte.

On était rentré dedans et on avait vu une forêt tropicale à l'intérieur avec plein d'animaux.

Et bah après, on était émerveillé avec tout ce qu'il y avait à l'intérieur.

Et bah après, on est resté un moment et puis après, on a décidé d'habiter dans la grotte.

Parce que c'était joli et il y avait plein d'animaux merveilleux.

J'ai juste retenu que j'avais vu un loup

### **5- Sauter de la falaise pour voler**

Je courais, je courais en haut d'une falaise.

Et je me suis posé la question si je retournais en arrière ou si je me lançais dans la falaise.

Et j'ai préféré me jeter de la falaise.

Donc je me suis aperçue que je volais.

Voilà.

C'était extraordinaire.

C'était formidable.

## **6- Le mur d'océan fascinant**

Alors, je suis sur une aire à côté d'une plage.

Des espèces de dunes.

Et je crois qu'il y a mes enfants qui sont là.

Je crois que j'ai un amoureux dans le rêve, alors que à ce moment là j'avais pas d'amoureux.

Et j'ai un camion aménagé, donc un gros camping-car de route.

Et ce camion est jaune avec des fleurs de toutes les couleurs.

Donc il est un peu loin, je le vois un peu loin.

Et c'est cool, ça a l'air d'être des vacances, en tout cas dans le rêve.

Je n'ai pas trop eu de détails avant.

Et à un moment donné, je constate avec émerveillement qu'il y a un immense mur qui n'est pas un mur.

En fait, c'est comme si c'était une tranche d'océan.

Mais pas une petite tranche d'océan, ce qui fait qu'on voit la lumière à travers.

Et du coup, on voit de la lumière.

C'est magnifique.

Je crois que c'est une des choses les plus magnifiques que j'ai vues dans un rêve.

Alors je vois les poissons qui nagent là-dedans.

Et c'est fascinant.

Enfaite, le rêve, c'était fascinant et je restais émerveillée comme ça.

Jusqu'au moment où je me rends compte que c'était un tsunami.

Donc il y a vraiment ce truc-là.

Je réalise que finalement, je suis en danger.

Et là, je récupère mes filles qui sont un peu à côté de moi pour les sauver.

En sachant que de toute manière, j'allais peut-être être emportée.

Mais en tout cas, je me suis dit de les récupérer.

Et au moment où je me suis dit que mon fils était sûrement dans le camion, je me suis réveillée parce que je n'avais pas du tout envie de me dire que je ne pouvais pas récupérer mon fils.

## **Piste numéro 7**

### **1- La mort de mon chien**

Une nuit pas comme les autres.

Je me réveille et là je vois mon chien qui a une visse au niveau du cou.

Il me regarde avec insistance, on se fixe pendant quelques secondes

Et puis , il disparaît.

Il va se poser dans un coin, un coin que je connais bien puisque je reconnais les alentours de la maison.

Le matin je me réveille et puis je me dis non ce n'était qu' un cauchemar, c'est pas possible.

Je descends du lit et la première chose que je fais c'est que je mets mes chaussures, je vais dehors, à l'endroit de mon rêve.

Et je retrouve mon chien, sans vie.

C'était un rêve très troublant , je n'avais que 7 ans.

Mais c'est resté gravé en moi.

Parce que je sais que j'avais un lien très fort avec ce chien là.

Et du coup je sais qu' il y a un côté dernier au revoir. J'aurai presque pu lui dire au revoir.

J'ai grandi, les années sont passées, mais ce truc là il est resté tout le temps.

Et là c'est comme ci j'avais réussi à faire mon deuil, avec du recul un petit peu plus facilement.

Parce que j'ai eu ce moment où on s'est fixé.

En fait on a découvert quelques temps après qu' il avait été empoisonné par des voisins, la veille il aboyait de temps en temps.

Ca arrivait comme beaucoup de chiens et enfaite mon père avait découvert qu' il avait été empoisonné.

Bah enfaite il a trouvé de la mort au rat.

Donc avec du recul je me dis que j'aurai pu très bien, mon petit frère aurait pu tomber dessus et ...

### **2- La ville en chocolat**

Euh bah j'ai rêvé que j'étais dans un magasin et je voulais prendre une boîte de chocolat.

Et je l'ai fait tomber par terre.

Et elle s'est mise à grandir et elle m'a poursuivit dans toute la ville, après j'ai réussi à m'en échapper.

Mais après, quand je suis sortie de la maison et bah tout le pays était en chocolat.

Toutes les villes et tout.

Et c'était bien parce que j'ai pu en manger autant que je voulais et même mon lit était en chocolat et même ma maison aussi.

Aussi, même nos plats étaient en chocolats, nos sacs , nos cahiers.

Et quand on est allé à l'école, c'était différent aussi parce que c'était que en sucrerie donc des bonbons, des chocolats et aussi on travaillait sur des chocolats.

De base j'étais avec une amie , sinon à la fin j'étais toute seule.

Des fois j'arrivais pas à finir mais parfois je finissais.

### **3- Ma clio, ma mère et la perruque**

C'était le dimanche, je m'en souvenais, quand j'allais à la messe.

Puisque maintenant je n'y vais plus.

Et puis j'étais à Saint-Nolff , la ville où je suis née.

Et puis au bout d'un certain temps, notre curé était très, très lent , il parlait plus. Je me disais comment ça se fait, il ne continue pas sa messe.

Puis je sors je m'en vais faire mes courses car je ne vais pas rester là, et je suis partie faire mes courses , ah oui.

Quand je suis ressorti de l'église, avec mes courses, impossible de trouver ma voiture.

Bon sang de Bon sang, j'ai dis mais où j'ai mis ma voiture.

Je fais toutes les places, c'est pas grand Saint-Nolff mais quand même, au moins quatre parkings.

Je regardais, il n'y avait presque pas de voiture, enfin la mienne nulle part.

Je me disais qu'est ce que c'est, comment ça se fait?

Pourtant c'est bien une Clio que j'avais, puisque j'en ai eu plusieurs dans ma vie.

La dernière, c'est une Clio.

Puis je regarde j'avais mes clés dans la main, mais les clés d'une Peugeot.

Je me dis comment ça se fait que j'ai la clé d'une Peugeot, comment ça se fait ça.

Puis je n'ai pas trouvé ma voiture.

Je retourne vers l'église et je vois ma maman.

Ma maman qui est décédée, ça fait 23 ans.

Ma maman qui sort de la messe, elle avait une petite fille à la main , elle avait je pense 5/6 ans la petite.

Puis maman, elle avait acheté une perruque.

Il vendait des perruques à la sortie de l'église pour une association quelconque.

Alors j'ai dit comment ça se fait que tu as acheté une perruque.

Elle dit « bah c'est pour mettre à la petite. »

Mais la petite elle me regardait mais maman ne m'a jamais regardé.

Je me suis dit elle ne me reconnaît plus.

Et puis ma maman a dû mettre la perruque sur la tête de la petite, « regarde comme tu es belle » la petite elle a pris la perruque et paf la balancée, « ah non je ne veux pas de ta perruque mamie »

J'ai toujours cherché ma voiture et je ne l'ai jamais trouvée.

Et puis me voilà réveillée, au réveil, tout ça.

Pas de voiture, plus de maman, plus de petite.

Je me suis dit c'est pas vrai, pourquoi rêver à ça.

Ça travaille

#### **4- Les contractions à travers le rêve**

Mon rêve c'était que j'étais enceinte

Donc dans mon rêve je passe très vite de mois en mois, donc j'ai pensé à 3 mois, 5 mois et 9 mois.

Et en fait, vers 9 mois j'annonce à mon copain, dans mon rêve, que je sens que je vais perdre les eaux.

Quelque chose comme ça.

J'étais à l'internat et vers 6h, dans mon rêve je perds les eaux.

Et, à 6h je me réveille, je vais vomir, je me rendors et mon rêve continue.

Comme ça ne s'était jamais arrêté.

Je me rendors, on va à l'hôpital dans mon rêve et après vers 6h45 je commence à avoir des contractions.

Et peut-être 2 minutes plus tard, je ressens de vraies contractions.

Mais des vraies contractions comme ça après j'allais accoucher.

Exactement ça, et du coup bah c'est trop bizarre.

J'ai vraiment rêvé de contraction et de comme ça j'allais accoucher.

Et j'ai vraiment senti les contractions d'une femme enceinte de 9 mois, genre vraiment fort, j'avais mal au ventre, je dormais mal.

C'était trop bizarre quoi.

### **Piste numéro 8**

#### **1- L'animal blanc dans le ciel**

Ça, c'est un rêve vraiment mythique.

Même le plus fort dans ce niveau d'image que j'ai fait.

Il y a un animal dans le ciel, blanc.

Je ne sais pas si c'est un cheval ou un tigre.

Enfin, c'est vraiment un animal très puissant comme ça.

Et qui se détache des nuages et qui descend vers moi.

Je ne me souviens pas du reste.

Mais ça m'a donné une force et une puissance extraordinaires.

Il y a des forces inconscientes là qui parfois nous font signe dans nos rêves.

## **2- Mon poney et la rivière**

Il y a des fois où je rêve que mon poney passe la rivière parce qu'il ne la passe pas.

Mais il la toujours pas passé

La rivière

## **3- Les jumeaux annoncés**

C'était une voisine que je côtoyais énormément , c'était comme ma sœur.

Elle attendait des bébés, enfin un bébé.

A ce moment là on savait pas que c'était des jumeaux

Et on lui avait dit que ce serait une petite fille

Elle avait déjà 6 garçons donc elle était toute heureuse.

Et puis voilà, 3 jours après, ce n'était pas une fille, mais il y avait deux jumeaux.

Bon, ça faisait...Ça fait huit.

Donc la famille s'agrandit

Elle était déçue, bien sûr.

Mais pourquoi, pourquoi j'ai rêvé que c'était une fille ?

J'étais persuadée que c'était une fille.

C'était un événement contraire.

C'était des jumeaux.

Il y a eu plein de choses, j'ai rêvé comme ça.

Très médité aussi.

Les rêves prémédités, on s'attend pas et puis d'un seul coup :

« Oh bah oui, j'ai rêvé de ça. »

Et pourquoi ?

Bizarre.

#### **4- La fée au tambour**

Alors ce rêve , je suis une petite fée de la nature , et je m'en vais dans la forêt

Une belle forêt avec beaucoup d'arbres.

Une petite cascade à côté.

On entend le bruit de l'eau.

Et là, je ne suis pas toute seule.

Je suis accompagnée de trois personnes qui sont à côté de moi.

Et dans cette forêt, nous allons nous asseoir.

Nous allons nous poser.

Nous allons fermer les yeux, respirer, écouter les bruits de la nature, des oiseaux.

Les arbres, les ombres sont des choses qu'on ressent sur notre corps.

Le vent, la fraîcheur, la chaleur.

Et puis j'ai avec moi un tambour.

Et à un moment donné, on va tous se lever.

Et puis je vais me mettre à jouer du tambour.

Et on va danser.

Chacun va danser.

On danse tous dans l'esprit de nos envies.

On laisse notre corps aller au son du tambour.

Et même, moi je commence à faire plein de sons bizarres.

Je ne sais pas d'où ça vient.

Et voilà, chacun se laisse aller comme ça pour libérer son envie.

Et ça dure comme ça tout un petit moment.

On est un peu dans un autre monde.

Et puis à un moment donné, on revient petit à petit au calme.

On se rassoit.

Et à un moment donné, on se repose un petit peu.

Et puis après, on se relève à nouveau.

Et là, on va choisir un arbre autour de nous pour aller le toucher.

Voilà.

Pour sentir qu'on a les pieds, sentir qu'on est bien ancré.

Enfin moi, je regarde l'arbre.

Et là, ouais je ...

J'invite tout le monde à rêver en regardant tout en haut de l'arbre.

À rêver.

Imaginer sa vie future.

Ce qu'on aimerait.

Ses projets, ce que on aimerait qui se réalise

Et du coup, ça devient un rêve géant.

Et tous les rêves de tout le monde se connectent en haut.

Parce qu'on a tous, en tout cas en regardant le haut de l'arbre, on a tous des rêves qui partent là-haut. On sait que nos rêves vont forcément se réaliser parce qu'on les a demandés.

Voilà.

Donc ensuite, on se retrouve autour.

On se rassoit un petit peu pour se poser.

Et puis chacun...

Chacun fait un petit mot.

Sur comment il a vécu ce moment s'il le souhaite

C'est chouette

On finit par un petit chant avec des nouveaux tambours.

Puis on repart tranquillement, sans bruit

Chacun dans sa vie.

On ne sait pas où.

À ces occupations après ce moment de partage et de rêves.

Dans ces chants de la terre.

## **5- La rêve de l'amitié**

C'est le rêve de l'amitié, en fait on était 5 copines.

Et du coup on ne se disputait jamais.

Sauf qu' il y a quelqu'un qui nous a dit dans l'oreille à nous 5.

Il nous a dit en chuchotant qu'il y avait mot qui existait.

Et le mot c'était le mot dispute

## **Piste numéro 9**

### **1- Seul avec les papillons**

Enfaite c'était un jour où je loupais mon train et là il y a une fille qui vient me chercher, elle me met dans la forêt enchantée.

Quand elle ma mise, je rentre dans la forêt et il y avait pleins de papillons autour de moi.

Pleins de papillons qui viennent à coté de moi, et je commence à m'envoler.

Je regardais si il y avait quelqu'un qui restait ou pas mais il n'y avait que moi dans la rue.

Moi et les papillons.

### **2- La sensation du saut en parachute**

Alors là, je suis perché en haut d'une falaise.

Me paysage est très beau, mais d'un coup je suis prit d'un sentiment de peur.

Je tombe dans le vide et je tombe au fond.

Je ne sais pas comment cela se termine.

Des années plus tard j'ai la chance de faire mon saut en parachute.

Et je retrouve exactement la même sensation au moment où je saute de l'avion .

Mais cette fois ci ça se transforme en moment de liberté.

Où je n'ai plus peur, je savoure chaque secondes , chaque minutes.

Et quand je l'ai vécu, quand je suis tombé de l'avion , j'ai directement eu la même sensation.

Bah j'ai plus peur, c'est trop cool.

C'était au dessus du golf de Morbihan, donc tu avais tout l'océan, j'avais l'impression d'être un oiseau à ce moment la.

Celui la il est troublant aussi car tu te poses la question: est ce que c'est un truc que ma tête à fabriqué avant pensant savoir ce que c'est ou est ce que comme tu dis c'est des ancêtres avant qui ont vécu ce genre de choses.

Car moi je crois assez au liens du sang, des choses par exemple pour la musique, j'ai jamais pris un seul cour de guitare, un seul cour de chant.

Et ma grand mère, à 102 ans, avant de partir elle ma dit il faut savoir que on vient des nomades.

Elle ne me l'avait jamais dit de sa vie

Je me suis dis , mais c'est fou , ça vient peut être de là finalement.

### **3- Meilleurs amies pour la vie**

Un jour j'ai rêvé que il y avait ma maman et que on était à la danse.

Pour que ma petite soeur fasse de la danse.

Et il y avait aussi une femme, elle discutait avec ma maman.

Et après je me faisais une amie et enfaite c'était ma seule amie pour la vie.

Et du coup, après, bah on devenait meilleure amie pour la vie.

Leslie.

Les meilleures amies pour la vie

### **4- La lune à travers les époques**

Pas de télé, pas d'internet quand j'étais petite.

Et le soir quand j'allais me coucher, je m'inventais une histoire.

Je m'endormais au cours de l'histoire et le lendemain je reprenais l'histoire là où j'étais.

Ainsi de suite, et ça pouvait durer très très longtemps.

Et ce que j'aimais bien aussi le soir, on avait pas de volets, c'était regarder le ciel, de regarder la lune et d'inventer des choses autour des nuages et de la lune.

Voila une anecdote.

Depuis cette époque là, tous les soirs avant d'aller me coucher, je sors sur le pas de ma porte et je regarde le ciel.

Je vois les étoiles, la lune, cachés parfois, des fois c'est la pleine lune.

Tous les soirs je vais voir la lune.

Ce qui me fait plaisir est de savoir que la lune, pour mes enfants qui sont un peu loins , mes proches qui sont loins, et bien il voient cette même lune.

C'est une façon de communiquer avec eux.

Et j'avais pas réalisé le rapprochement entre la lune que je voyais quand j'étais petite et le fait d'aller voir la lune maintenant tous les soirs.

Je pense que il y a un lien qui s'est fait entre les deux époques.

C'est tout.

### **5- L'aigle royal dans le puit**

J'étais un aigle royale et j'étais sur les halles.

Et après il y a un autre aigle royal qui est venue me mordre.

Et après je suis tombé dans un puit.

Une fois je croyais que j'étais tombé de mon lit superposé mais enfaite j'étais tombé des halles.

### **6- Le monstre dans le couloir**

Moi dans mon rêve j'étais dans un couloir.

C'était un cauchemar.

Il y avait moi et mon père.

C'était comme-ci mon père c'était un monstre, il me poursuivait dans le couloir et dès qu' il ma attrapé je me suis réveillé.