



# • Les cauchemars. Ces sombres messagers de la nuit

## Les cauchemars. Ces sombres messagers de la nuit

**Martine Menès**

Toulouse, érès, coll. « Psychanalyse et clinique », 2016

Psychologue clinicienne, formée à la psychanalyse, Martine Menès est membre de l'école de psychanalyse des Forums du champ lacanien. Elle a exercé en placement familial et en CMPP et publié deux ouvrages : *Un trauma bénéfique : la névrose infantile* (Éditions du champ lacanien, 2006) et *L'enfant et le savoir, d'où vient le désir d'apprendre* (Le Seuil, 2012).

La première de couverture de son livre est une pièce de puzzle inspiré d'un tableau d'Odilon Redon, *Le cauchemar, les trois masques ou vision ou origines* réalisé en 1881. Une invitation pour le lecteur à considérer le cauchemar comme un élément à décrypter au cours du travail de la cure analytique.

Pour écrire *Cauchemars*, Martine Menès s'est engagée dans des voies ouvertes par Freud notamment dans *L'interprétation des rêves*, à l'origine de la psychanalyse, mais aussi par Lacan au cours de son séminaire *Les quatre concepts fondamentaux de la psychanalyse*. En s'appuyant sur leurs travaux, elle approfondit les thèses que ni l'un ni l'autre n'ont jamais totalement menées à bout. Elle émaille son texte de rêves et de cauchemars d'analysants et en revisite d'autres, après Freud et Lacan pour certains, ou des cas célèbres d'écrivains et de peintres pour d'autres.

L'auteur insiste sur la nécessité de revenir aux rêves. Elle reprend Freud avec la citation : «... Les rêves sont la voie royale qui mène à l'inconscient » continuée par Lacan : «... Tissu même de l'inconscient », « la voix directe de l'inconscient qui pourtant ne parle pas », selon l'auteur. De l'un à l'autre, M. Menès chemine de son écriture poétique, construit les assises théoriques de sa réflexion et éclaire de ses lumières « ces sombres messagers de la nuit ».



Le cauchemar serait-il un cas limite du rêve ; « un échec du rêve » ? Ou est-il une formation inconsciente à part entière qui revêt la fonction d'élaboration du trauma fondamental ?

Telles sont les questions qui ouvrent la réflexion de M. Menès.

Après un détour sur « la petite histoire des songes » où elle revient sur les aspects intuitifs à valeur d'oracles que revêtaient les songes dans l'Antiquité, l'évolution au XII<sup>e</sup> siècle qui aborde les aspects irrationnels des rêves, elle mentionne Descartes qui souligne la part active prise par le sujet dans l'activité onirique, rendant l'accession au regard analytique sur le rêve encore plus évidente.

Le rêve nécessite un récit avec des oublis, des pertes, des déformations, il passe « du figuratif aux signifiants ». Le rêve transforme un contenu latent en représentations acceptables pour le conscient. Si cette fonction échoue, il devient cauchemar, selon l'auteur. Rêves et cauchemars obéissent aux mêmes lois du signifiant, lois de condensation et de déplacement retrouvées dans le langage poétique, particulièrement affectionné par M. Menès, dans l'emploi de la métaphore pour l'un et de la métonymie pour l'autre. Rêve et cauchemar sont pétris de « mémoire et de vécu actuel ».

Tout en empruntant la même syntaxe, ont-ils la même visée ?

L'auteur revient sur les fonctions du rêve : une première, celle de prolonger le sommeil du rêveur, mais aussi une seconde fonction qui demeure la réalisation du désir. Le rêve apaise le rêveur en y accolant une image, un objet, un signifiant. Le cauchemar viendrait insister sur un réel innommable, dont le réveil soudain protégerait le rêveur.

Dans un second chapitre, elle se penche sur l'enfance onirique du cauchemar. L'origine de tout cauchemar se rapporte au vécu de la petite enfance. Les premiers rêves de cette période de l'enfance sont plus désagréables. L'enfant n'ayant pas, avant trois ans, les moyens de différencier la réalité des images de ses rêves, il ne peut mémoriser ses expériences nocturnes. L'accession au langage permet de réaliser que ses rêves sont l'expression de son désir plus clairement que chez un adulte ; en même temps, les cauchemars sont plus fréquents à cette période.

M. Menès évoque « la formation de traces inconscientes, strates indélébiles formées des premières expériences de jouissance qui vont de la satisfaction la plus apaisante au déplaisir le plus inquiétant ». Il s'agit des expériences du nourrisson aliéné à un Autre dont il dépend entièrement pour sa survie. Le ressenti d'abandon se creuse la première place au cœur du cauchemar où l'Autre apparaît dans une dimension dévorante ou d'indifférence froide. L'auteur reprend le néologisme de Lacan « d'homestication » : l'enfant accède à la réalisation de son désir dans son activité onirique mais il reste un « trop » que Lacan nomme « jouissance » qui relève de la part perdue par le petit d'homme qui accède au langage d'emblée avec un manque. Tant que l'enfant est sous l'emprise de l'excès, il est exposé à l'angoisse.



En même temps que le jeune enfant expérimente sa dépendance à L'Autre primordial, il devra reconnaître que l'existence de cet Autre parental est soumise à des restrictions. Cette épreuve d'avoir à connaître les restrictions liées à la finitude (les limites de son existence, son manque à être) et à l'incomplétude (chacun est sexué et donc incomplet, son manque à avoir), Freud l'appelle le « trauma infantile ». M. Menès complète ses propos avec l'idée qu'une phobie vient se former le jour (cf. le cas du petit Hans), et un cauchemar la nuit afin que l'enfant puisse faire de ce trauma un manque structurant.

Pour Lacan, l'expérience répétitive du cauchemar traumatique vient trouver le Réel.

Martine Menès consacre son troisième chapitre « Le cauchemar, traitement du réel » à déplier le rapprochement entre le cauchemar et le Réel : « Le cauchemar échoue à écarter le Réel dont le rêve protège », il reste en lien avec la douleur du jeune enfant, ressentie avec la rencontre inconsciente de sa finitude, de « l'effet-mère ». Il est le témoin de l'infantile et surgit à l'âge adulte à des moments cruciaux.

Plusieurs questions se posent à l'auteur à ce moment de sa réflexion : quelles différences entre le rêve d'angoisse (décrit par Freud) et le cauchemar ? Pourquoi le cauchemar se répète-t-il ? Se répète-t-il à l'identique ou devient-il une tentative de cerner les restrictions imposées par le Réel de l'existence ?

L'auteur répond en enrichissant son propos de plusieurs témoignages, notamment celui d'Aaron Appelfield « le garçon qui voulait dormir » : évadé à 8 ans des camps nazis, il traverse une Europe chaotique, luttant pour sa survie, et sera accueilli en Israël. Ses rêves sont hantés par ces moments d'exil, mais en répétant ses scènes cauchemardesques dans la cure analytique, viendra un temps où des moments heureux partagés avec sa famille apparaissent ramenant des relations plus apaisées.

Menès reprend l'hypothèse de Freud : « la compulsion de répétition contient une tentative réitérée d'élaboration des événements » afin d'alléger ce Réel qui fait effraction. « Les cauchemars répétitifs sont l'écho d'un combat épuisant contre une mémoire actuelle qui ne réussit pas à passer au souvenir ». Il semble cependant qu'il existe une constance du rêve d'angoisse infantile au cauchemar le plus violent : « Alors que dans le rêve, le désir du sujet est mis en scène, dans le cauchemar, c'est le désir d'un autre qui s'impose... une rencontre avec le double de soi-même, actif la nuit ». Freud dans « Au-delà du principe de plaisir » apportera quelques distinctions : « le rêve d'angoisse inspiré d'expériences infantiles (abandon, dévoration, castration) reste un effort pour contenir le choc et retourner à la satisfaction, celle-ci, même déguisée, peut se manifester dans le plaisir mais aussi être accompagnée de culpabilité, de honte, de remords ou d'angoisse ».

Si le trauma est universel (Freud) en lien avec les réminiscences infantiles, expériences refoulées, rencontres avec le Réel, il est aussi singulier car le refoulé fait retour dans une « mauvaise rencontre » propre à chacun. Le



cauchemar illustre parfaitement ce propos. L'auteur conclut la dernière partie de son ouvrage sur l'idée que le Réel, l'impensable, l'irreprésentable « au cœur du cauchemar est là pour toujours, seule la position du sujet par rapport au réel peut changer » par l'expérience de l'analyse.

Dans sa conclusion, Martine Menès insiste sur le point d'achoppement entre le cauchemar et le Réel, « époque préhistorique de l'existence de l'homme ». En cela, il est incrusté dans l'infantile du rêveur, lieu du refoulement originare. Ce lieu, point obscur de l'analyse du rêve, Freud le nommait « l'ombilic ».

Pour l'auteur, le cauchemar invite à regarder de près ce point non représentable de notre finitude et de notre incomplétude : « ce noyau qui garde sa part d'obscurité, solde d'un ressenti, d'un vécu archaïque oublié mais inscrit... trace d'une perte réelle, indicible... » Lacan le nomme « l'inconscient réel, comme une part de savoir inaccessible à la réminiscence comme aux souvenirs et qui ne cesse pas de ne pas s'écrire ». M. Menès souligne enfin que c'est par le sentiment d'inquiétante étrangeté que Freud a le mieux approché le bouleversement suscité par sa rencontre avec ce point limite de l'inconscient. Selon elle : « Tous les rêves et cauchemars d'un sujet mènent à ce trou... »

L'écriture de M. Menès rend accessible à tout lecteur sa réflexion et son cheminement dans l'éclaircissement de ce travail inachevé sur la formation inconsciente du cauchemar. Son ouvrage est riche de références à Freud et à Lacan, utilisées pour étayer ou compléter son propos. Elle ne manque pas de pointer leurs divergences comme leurs convergences. Les extraits de poèmes et le style poétique des récits de rêves et cauchemars viennent alléger un propos assez dense et complet tant dans son essai de théorisation que dans la rigueur de l'écriture qui sous-tend celle des recherches qui ont dû précéder cet ouvrage. Elle nous emmène en toute clarté dans un voyage au centre de l'intime de nos nuits.

*Marie-Blanche Gillet*  
*Psychologue clinicienne*