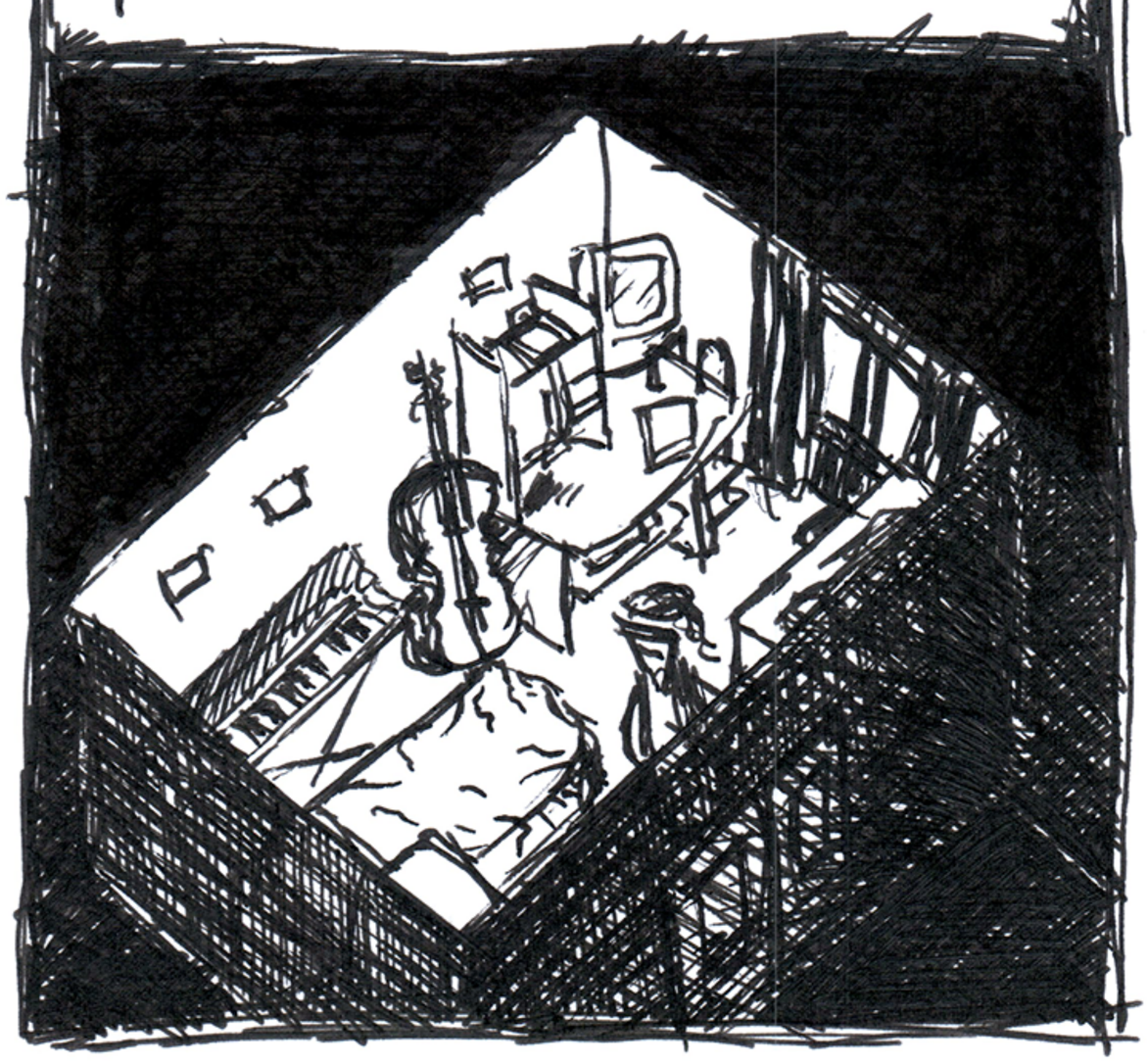
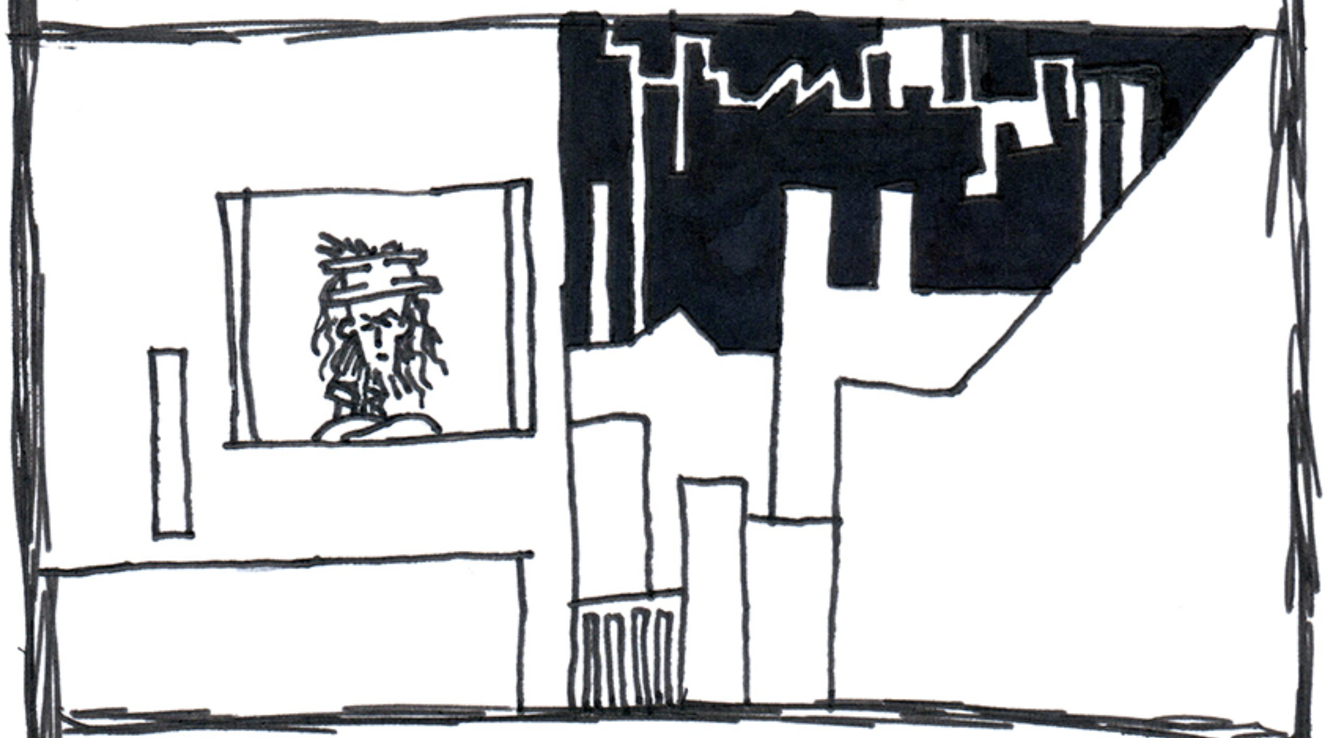
Depuis quelques temps, j'ai du mal à entamer quoi que ce soit -

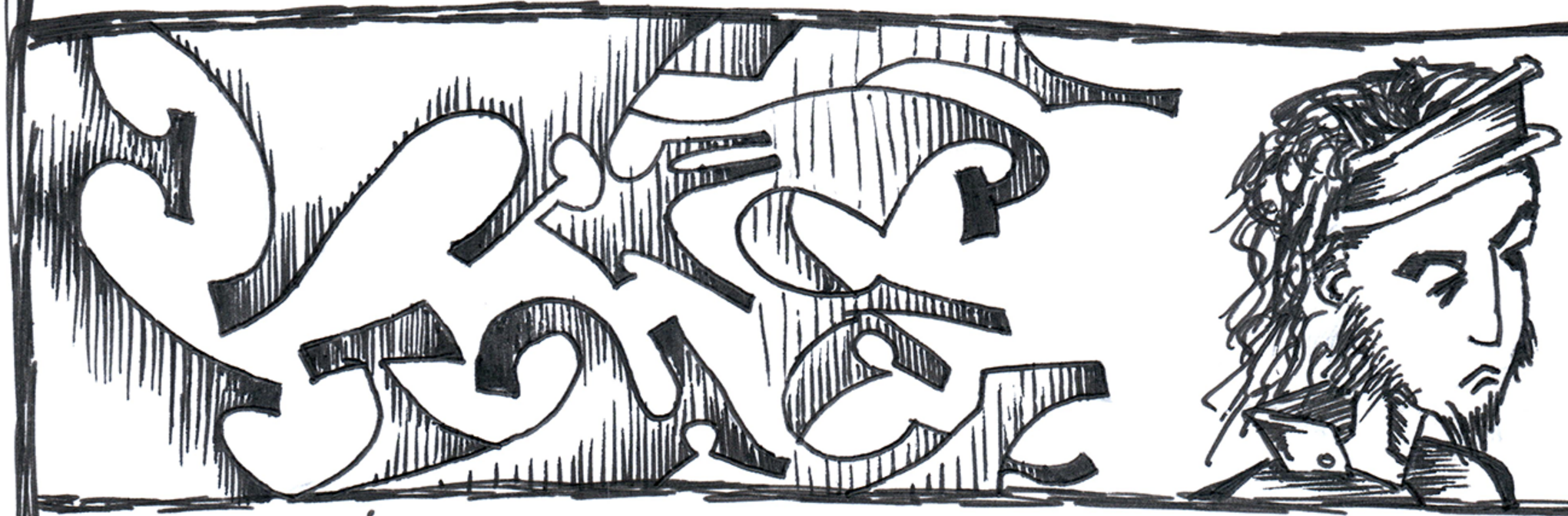


En fait, j'ai la nette impression d'avoir un projet sur le feu -



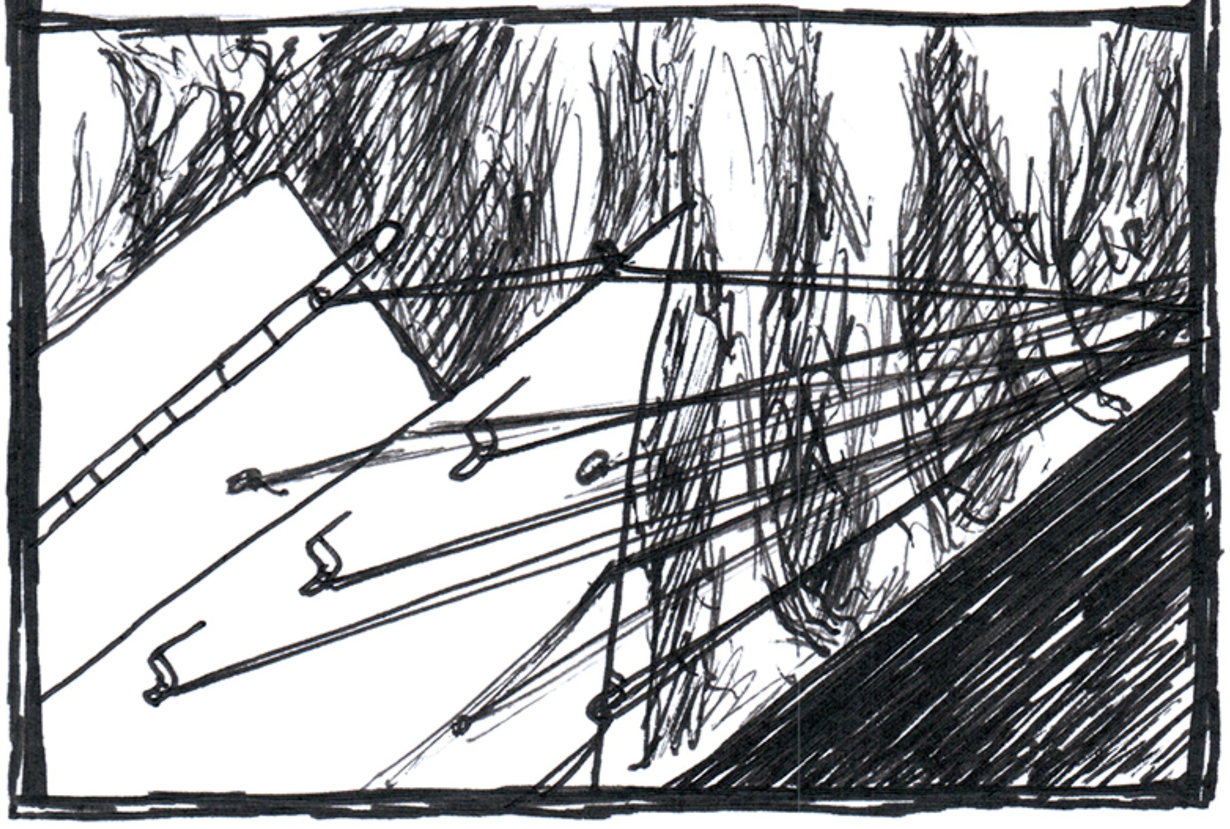
Un projet gigantesque, qui nécessite une implication totale -

Je ne parviens absolument pas à me souvenir de la nature de ce projet ni de la date de sa mise en route -



Mais il s'impose à moi avec une évidence telle que toute autre activité paraîtrait, en comparaison, dérisoire -

Selon des croyances diverses, la vie quotidienne est un masque destiné à camoufler la réalité des rêves.



Peut-être qu'Ernest est plus réel que moi.

Je ne serai donc là que pour le dissimuler.

Pour le protéger ?

Ernest aurait donc des ennemis?

(rue)

Plus que vous ne le pensez...

Ah oui? Vous pouvez m'en dire plus?

Tournez à droite, là!

Ah?!

(galerne)

Ça y est. Vous êtes arrivé.

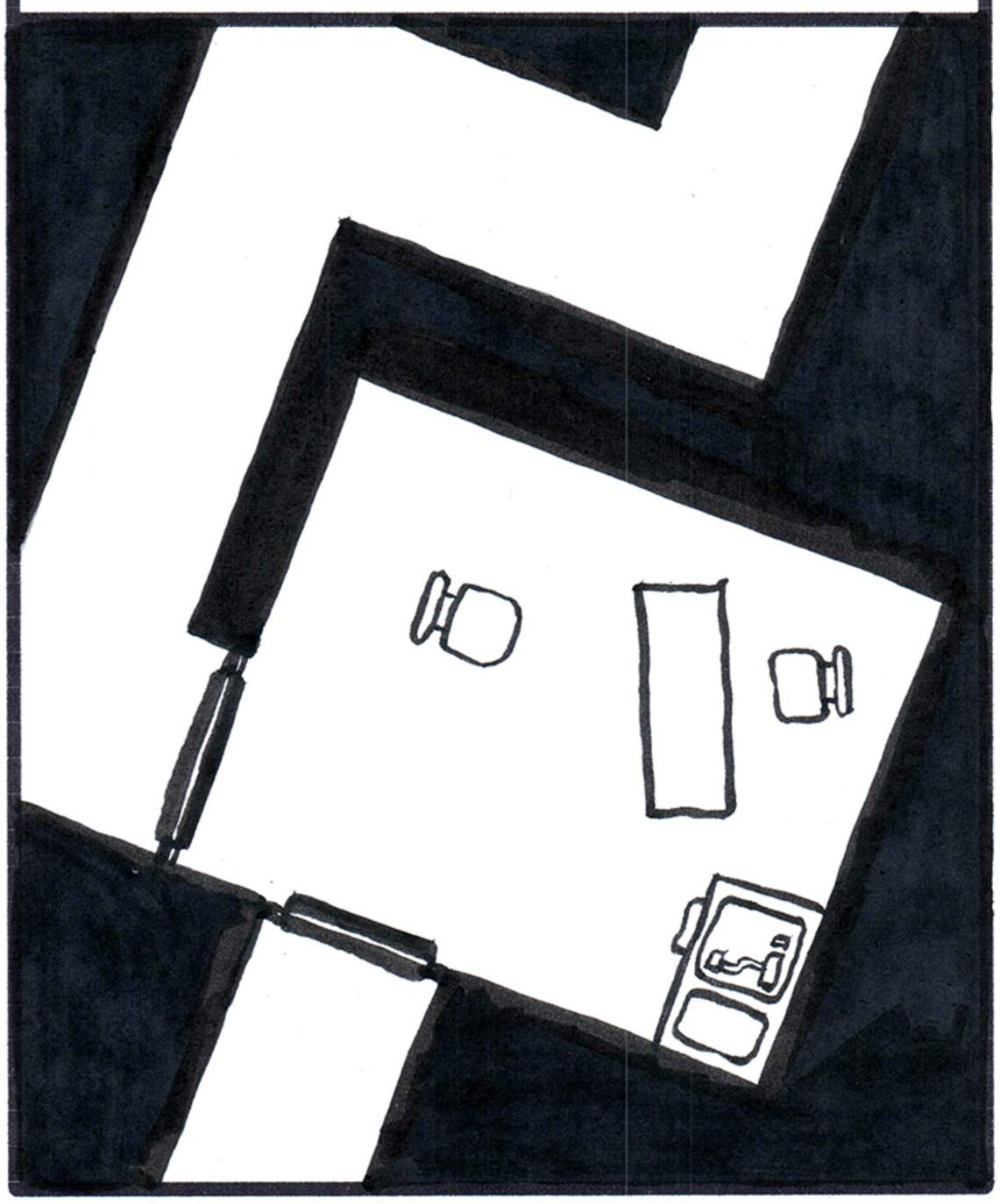
... Qu'est-ce que je fais là?

Beaucoup de personnes disent avoir eu des « amis imaginaires » lorsqu'ils étaient enfants.

Pour ma part, petit, j'avais des ennemis imaginaires.

Des concurrents, pour le moins.

Mon principal rival était un petit blondinet hautain.



Régulièrement, avec une foule de gens éparpillés de par le monde, nous nous réunissions sous l'égide du maître pour comptabiliser les points que nous gagnions au grand jeu du Morusque.

L'une des principales règles que comportait ce jeu consistait à proférer des mots particuliers à certains moments précis.

Ces mots étaient répartis hiérarchiquement, les plus prisés étaient « soleil », « revolver », « sermen » ou encore, le mot-clef par excellence : « Moruscade ».

Revolver !

?

Jean-Pierre n'a pas manqué, un jour, de me le faire remarquer.

Revolver !

Oui, tu parles toujours de ça mais tu sais ce que c'est qu'un revolver ?

Oui, c'est une sorte de conférence dans une entreprise.

Hmmm, pas exactement.

Savez-vous ce qu'est un rêve lucide ?

Oui ? Non ?

Étant donné que je ne peux pas entendre votre réponse, je vais, quoi qu'il en soit, vous l'expliquer.

Un rêve lucide est un rêve où l'on parvient à ne pas se réveiller tout en sachant que l'on est en train de rêver.

Il est alors aisé de contrôler son rêve.

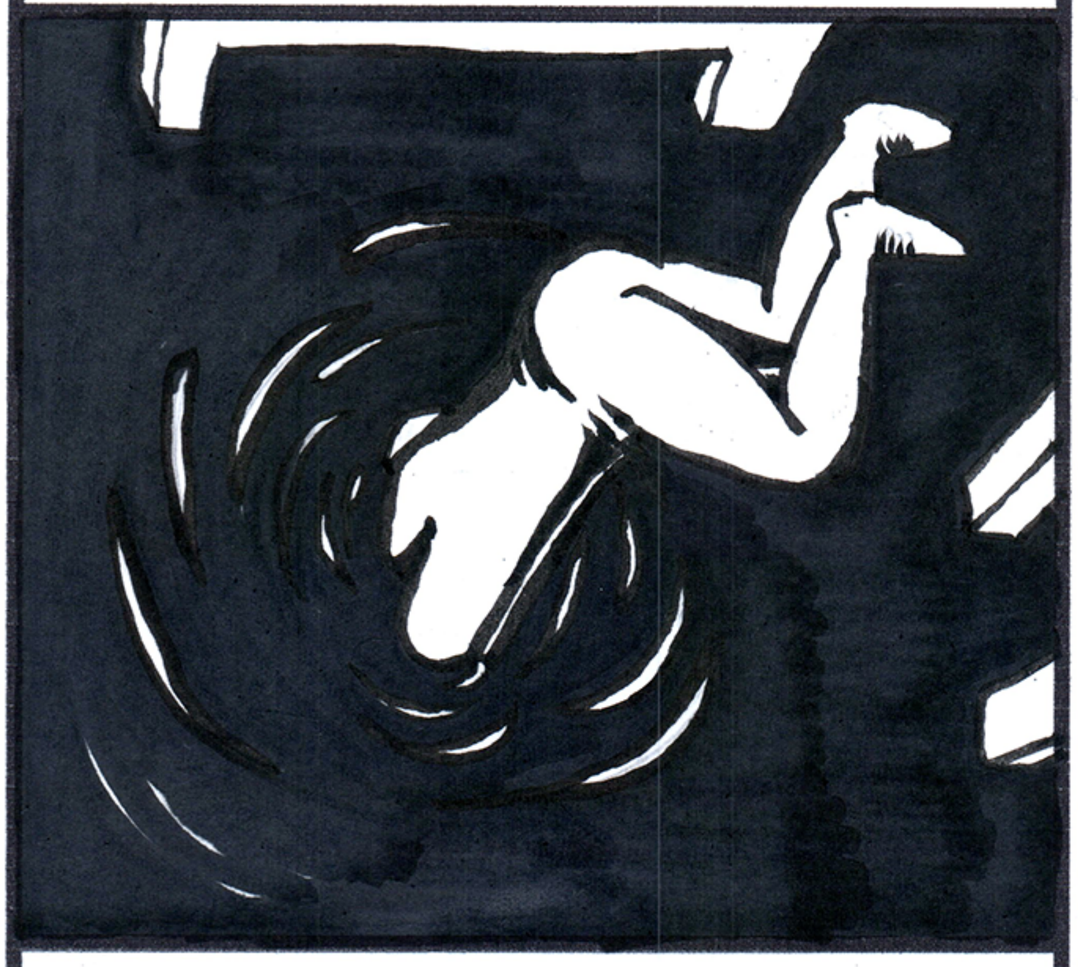
On peut y faire des choses que l'on n'a normalement pas le droit de faire.

On peut aussi faire des choses qu'on n'est normalement pas capable de faire.

Lorsqu'un tel rêve intervient pour la première fois, l'idée qui vient immédiatement en tête de la majorité des gens est, paraît-il, de saisir l'occasion pour essayer de voler dans les airs.

Ce n'est pas pour rien si l'on dit que le vol est le plus grand rêve de l'homme.

Paradoxalement, mon baptême du rêve lucide fut l'illustration du contraire.



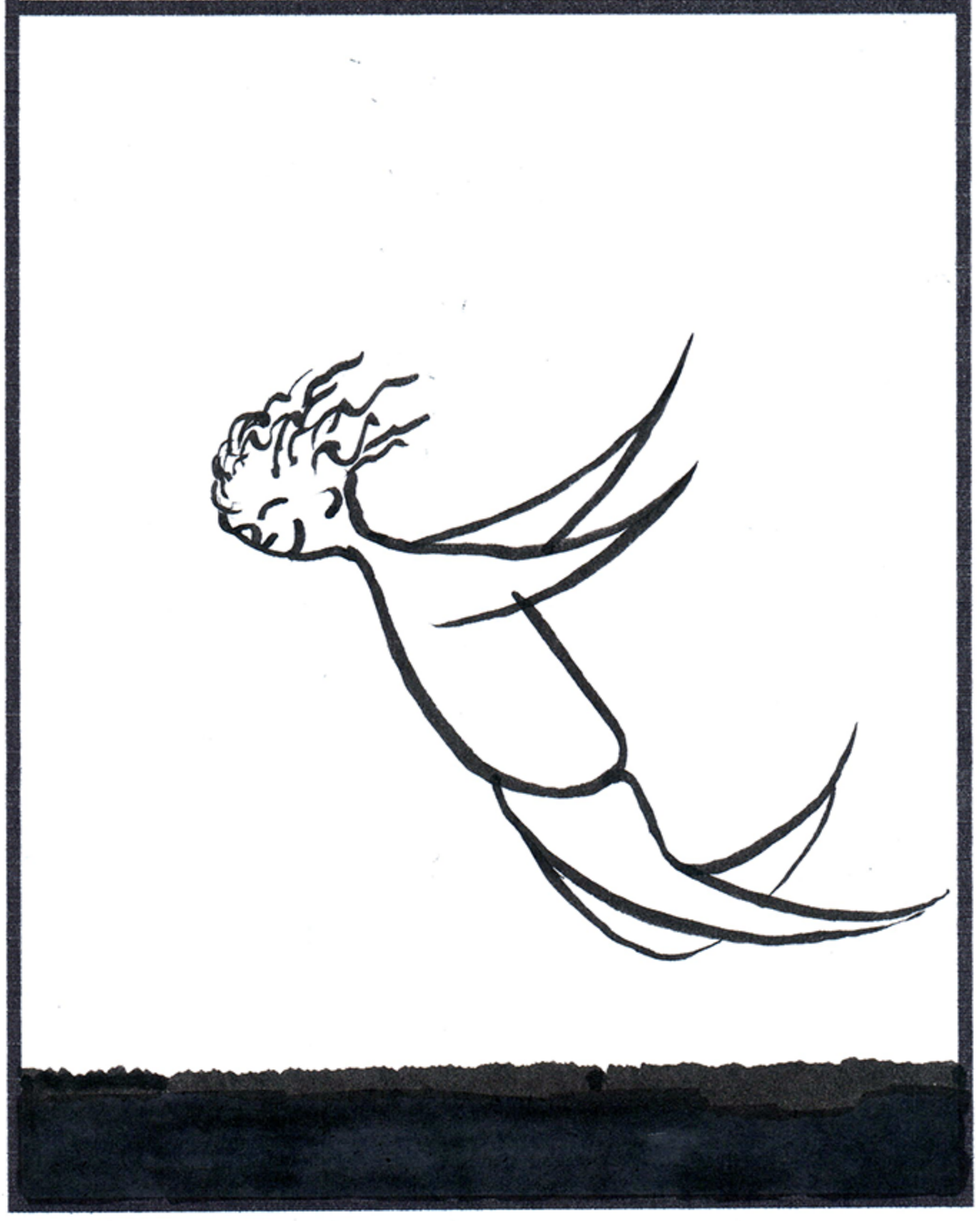
J'avais à l'époque huit ans, et je me demandais ce qui se passerait si l'on pouvait plonger dans le sol comme dans l'eau.

Je voulais savoir ce qu'il y avait en dessous.

Mais, c'est les vacances en ce moment, qu'est-ce que je fais à l'école ?

Ah ! Je sais, c'est un rêve !

J'en ai vite profité pour sauter en avant vers le bitume.



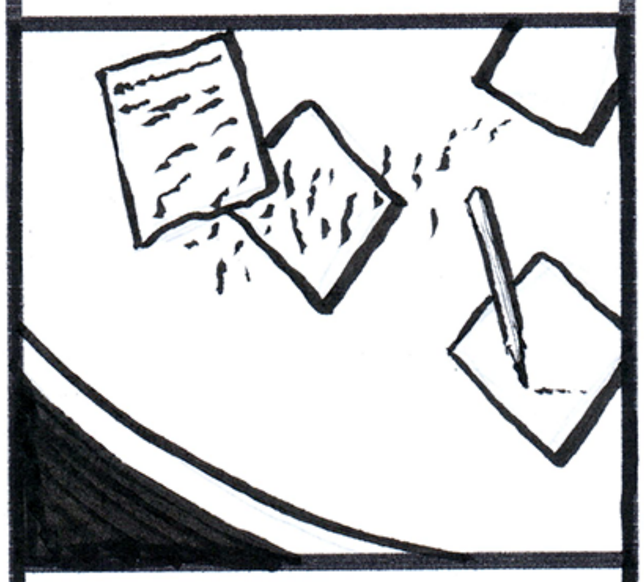
Mais je n'ai réussi qu'à me casser la gueule.

Je n'ai plus retenté l'expérience.

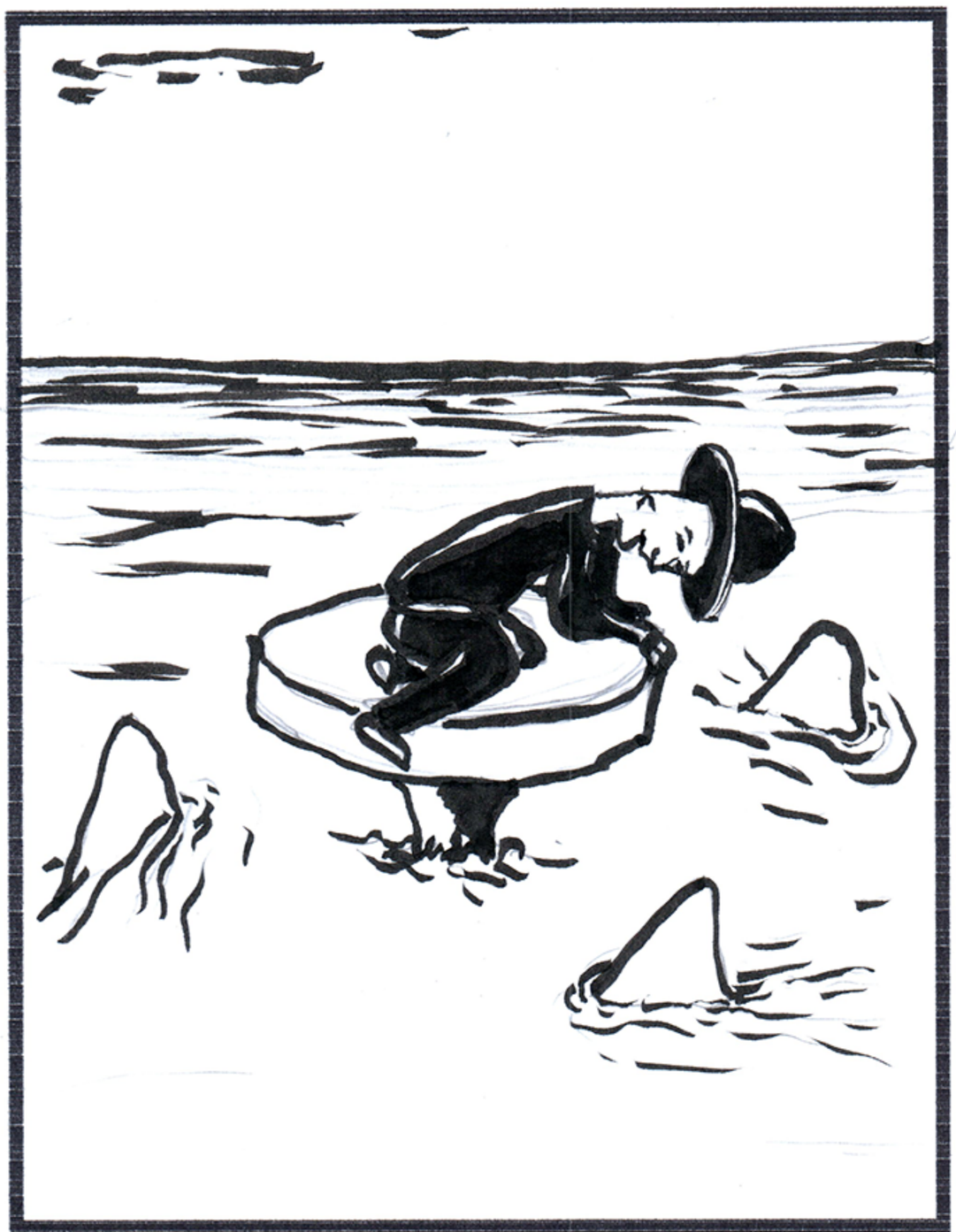
Plus de dix ans après ces événements, j'apprends que ce type de songe porte un nom et est reconnu.

Plus l'on accorde de l'importance à ses rêves et plus l'on a de chances qu'ils deviennent lucides.

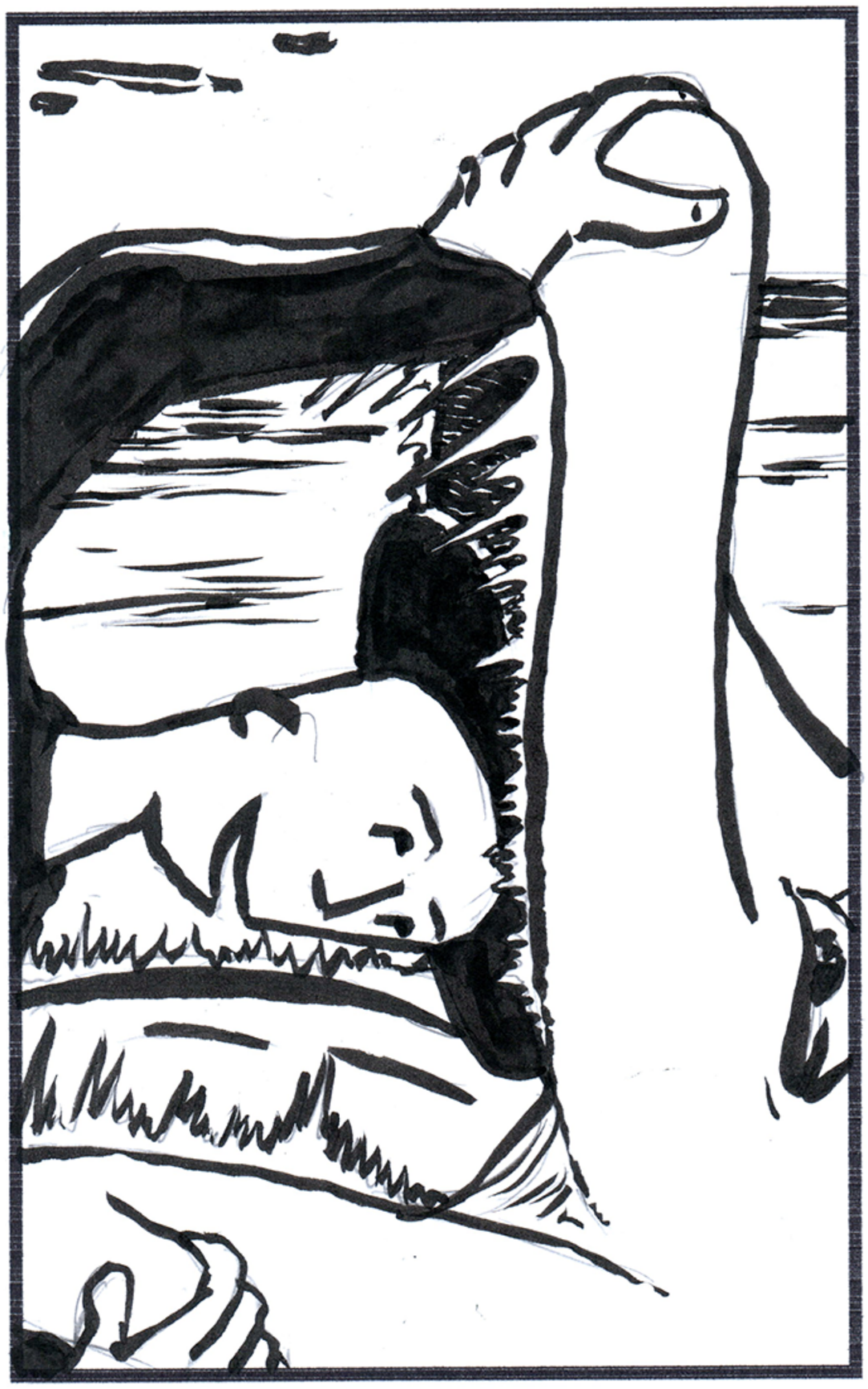
Les rêves sont des événements vécus comme les autres il faut s'en souvenir.



Il est très bon de préparer un noctal pour noter tous ces souvenirs, voire travailler avec par la suite.



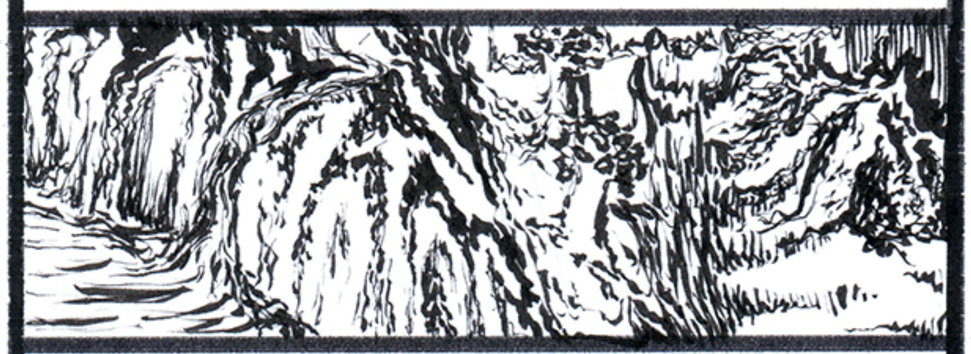
Après un rêve intrigant, vous pouvez même rester debout et en profiter repenser à ce que vous auriez fait s'il avait été lucide.



Si vous vous réveillez après avoir rêvé qu'une loutre mangeuse d'homme vous arrachait les doigts et que vous continuez à dormir comme si rien ne s'était passé, vous entretenez la césure qui se place entre veille et sommeil et vous ne risquez pas de vous souvenir de grand chose.

En plus une loutre mangeuse d'homme c'est super dangereux !

On peut bien sûr se préparer à la lucidité des rêves au moment de dormir grâce à des exercices d'autosuggestion qui s'apparentent à l'hypnose.



Mais on peut aussi s'y préparer par son comportement au quotidien.

Voici par exemple un petit rituel de vérification à effectuer aussi souvent que possible : regardez votre main quelques secondes.

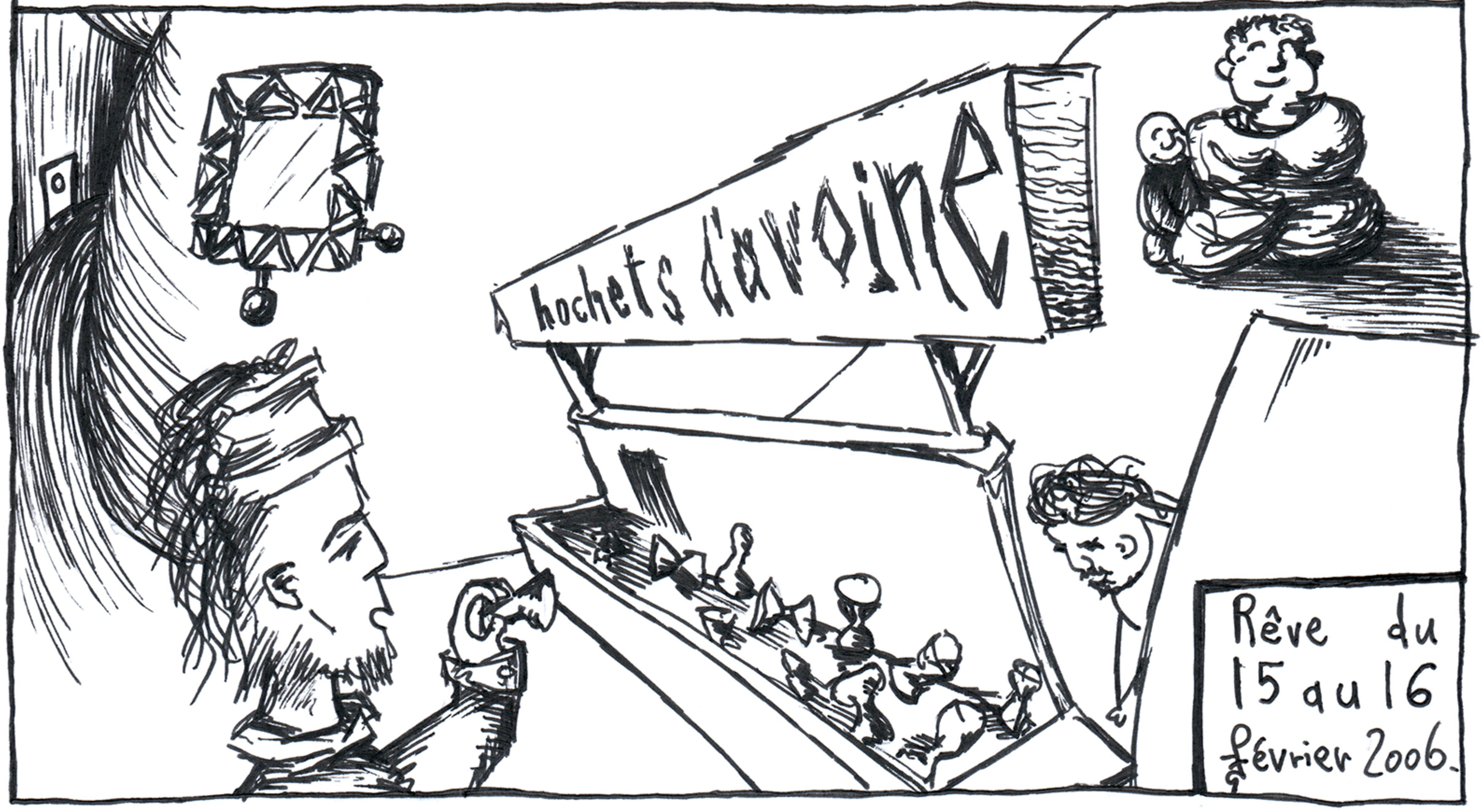
Imaginez quelque chose qui pourrait lui arriver dans l'immédiat.

Si vous voyez ceci, il est probable que vous soyez éveillé.

Par contre si vous voyez cela, c'est que vous êtes en plein dans un rêve !

Mais allez consulter un dermatologue quand même, juste au cas où…

Je suis avec Floran Hoarau - Nous visitons une exposition africaine -



Mais qu'est-ce que tout ceci a à voir avec l'Afrique ?

L'expressionnhisme a eu un impact fort, en Afrique-

Ah bon?

Oh!

C'est lui ! Attrapons-le!

Zut !! Comment ferme-t-on cette porte?

Vite, viens m'aider à fermer la porte!

Mais... Tu sais bien que j'ai la phobie des cadenas!

Surtout ne criez pas! Ça pourrait les attirer ici.

C'est l'amidon!

C'est ça qui nous donne ces têtes.