



**MICHAËL LAHMI**

Préface de Katia Bougchiche

# La langue des rêves

**Décryptez vos rêves**

**GRÂCE À UNE  
MÉTHODE INÉDITE**

**LE DUC** ↗

Longtemps considérés comme le produit décousu de l'esprit pendant le sommeil, les rêves se révèlent dans cet ouvrage une source inépuisable d'informations sur ce que vous connaissez parfois le moins bien : vous-même. Avec Michaël Lahmi, décryptez vos rêves et apprenez à écouter vos besoins pour cheminer vers votre épanouissement.

**Dans cet ouvrage, découvrez :**

- **Le fonctionnement de votre psyché :** poussez la porte de votre inconscient, une part de vous qui ne connaît pas les tabous, ni les barrières.
- **Comment faire parler vos rêves :** comme toute nouvelle habitude, se souvenir de vos rêves nécessite de l'entraînement. Inscrivez cette routine dans votre quotidien et retenez toujours plus de détails de vos rêves.
- **Une approche inédite de l'interprétation des rêves :** expert, Michaël Lahmi vous livre ses connaissances sur la logique symbolique des songes en interprétant avec précision les personnages et les lieux qui peuplent vos rêves.
- **Des mises en pratique pour vous accompagner :** suivez les pas-à-pas pour interpréter vos rêves et ceux de vos proches.

**Initiez-vous à la magie des rêves,  
outil profond de votre transformation personnelle.**



© Ismaël Roche Photographie

**MICHAËL LAHMI** est le fondateur du Palais des Fantaisies, organisme de formation à l'interprétation des rêves accessible à tous, permettant ainsi à chacun de réaliser son plein potentiel. Il propose des formations en collaboration avec **KATIA BOUGCHICHE**, auteure de *L'Éveil des sorcières* et de *Femme Souveraine*, psychologue et femme-médecine.

**17 euros**  
Prix TTC France

ISBN : 979-10-285-2615-3



editionsleduc.com  
**LEDUC** 



Rayon :  
Développement personnel

## REJOIGNEZ NOTRE COMMUNAUTÉ DE LECTEURS !

**Inscrivez-vous à notre newsletter** et recevez des informations sur nos parutions, nos événements, nos jeux-concours... et des cadeaux !

Rendez-vous ici : [bit.ly/newsletterleduc](https://bit.ly/newsletterleduc)

Retrouvez-nous sur notre site [www.editionsleduc.com](http://www.editionsleduc.com) et sur les réseaux sociaux.



### Leduc s'engage pour une fabrication écoresponsable !

« Des livres pour mieux vivre », c'est la devise de notre maison.

Et vivre mieux, c'est vivre en impactant positivement le monde qui nous entoure ! C'est pourquoi nous avons fait le choix de l'écoresponsabilité. Un livre écoresponsable, c'est une impression respectueuse de l'environnement, un papier issu de forêts gérées durablement (papier FSC® ou PEFC), un nombre de kilomètres limité avant d'arriver dans vos mains (90 % de nos livres sont imprimés en Europe, et 40 % en France), un format optimisé pour éviter la gâche papier et un tirage ajusté pour minimiser le pilon ! Pour en savoir plus, rendez-vous sur notre site.



Conseil éditorial : Katia Bougchiche

Édition : Céline Haimé

Maquette : Evelyne Nobre

Correction : Marie-Laure Deveau

Design de couverture : Constance Clavel

Illustration de couverture : Adobe Stock

Illustration page 4 : « Le rêve » selon Teddy Ros

© 2022 Leduc Éditions

10, place des Cinq-Martyrs-du-Lycée-Bufferon

75015 Paris – France

ISBN : 979-10-285-2615-3

**MICHAËL LAHMI**

Préface de Katia Bougchiche

# La langue des rêves

Décrypter vos rêves  
grâce à une méthode inédite

# Rêve ouvert



TDI

*Il n'y a rien de plus beau que le temps.  
J'aime m'y regarder, moi qui me suis piégé dedans.*

**Michaël Lahmi**



# SOMMAIRE

Préface.....	9
Introduction .....	13
Mon chemin vers les rêves .....	17
PARTIE 1 – INTRODUCTION À L'INTERPRÉTATION DES RÊVES ....	25
Chapitre 1. Comment interpréter les rêves ? .....	27
Chapitre 2. Se souvenir de ses rêves.....	37
PARTIE 2 – PRINCIPAUX SYMBOLES ET CLÉS POUR DÉCRYPTER LES RÊVES.....	41
Préambule .....	43
Chapitre 1. Les personnages.....	45
Chapitre 2. Les lieux.....	57
Chapitre 3. Les animaux.....	93
Chapitre 4. Les déplacements : où j'en suis sur mon chemin .....	111
Chapitre 5. La datation : de quand date mon blocage ? .....	133
Chapitre 6. Autres clés d'interprétation .....	137
Chapitre 7. Questionner ses rêves .....	145



PARTIE 3 – ACCÈS À LA PSYCHÉ PAR LES RÊVES .....	159
Chapitre 1. Les grandes lignes de force de la psyché collective .....	161
Chapitre 2. Les phases dans notre relation aux rêves .....	169
Chapitre 3. Le plan de la psyché.....	209
Interpréter un rêve .....	249
Conclusion .....	253
Table des matières.....	257

# PRÉFACE

**L**es rêves nous sont mystérieux et ne cessent de questionner la nature de notre psyché. Depuis la nuit des temps, la science des rêves, détenue tantôt par les prêtres réalisant des rituels d'oniromancie pour interroger les dieux, tantôt par les psychanalystes, a été conservée jalousement par une élite.

Le livre que vous tenez entre les mains va à contre-courant, et Michaël Lahmi, son auteur, démythifie l'interprétation des rêves et l'accès à leur vérité profonde. Dans cet ouvrage issu d'un travail intérieur assidu, il propose une méthode analytique qui guide et aide le lecteur, étape par étape, à s'approprier les différents éléments du rêve afin que tout un chacun puisse devenir familier du langage onirique, des symboles qui le peuplent, des personnages qui le traversent ainsi que de la trame créée entre l'inconscient, l'âme et la psyché.

Pour élaborer cette méthode d'interprétation et d'analyse des rêves accessible et intelligible par tous, Michaël Lahmi a consolidé des années de travail personnel, d'interprétations des rêves de ses patients, de connaissances

relatives aux mythes les plus pérennes de notre humanité, de synthèse des symboles les plus courants de notre psyché, d'exemples de guérisons et de transformations que les rêves initient, impulsent ou facilitent. Cette approche est d'autant plus novatrice qu'elle enseigne également la compréhension et l'interprétation de séries de rêves qui se complètent les uns les autres et permettent de disséquer les profondeurs de notre inconscient ainsi que le travail faramineux se réalisant en permanence dans notre psyché. Cette initiation aux séries de rêves est la découverte la plus surprenante et édifiante de ce livre et nous ouvre un champ d'exploration jamais évoqué jusqu'alors.

En suivant la méthode de l'auteur, nous pénétrons progressivement dans le mystère des rêves, nous développons nos capacités à en relever les éléments signifiants, et sommes émerveillés de voir un message s'agencer et s'élaborer. À force de pratique, la science des rêves nous est dévoilée, et la structure ainsi que la richesse de notre psyché s'offrent à nous. Nous nous sentons (re)connectés et guidés par une dimension du soi invisible aussi précise qu'infaillible.

La science des rêves a ceci de magique qu'elle nous éclaire en tant que lecteur, assouvit notre curiosité, mais ne cesse de nous subjuguier et de questionner cet autre qui écrit les rêves.

Pour approcher le livre de Michaël Lahmi, il est essentiel d'abandonner une interprétation toute faite, habitude acquise avec les dictionnaires des rêves, et de se mettre en quête,

d'apprendre à questionner le rêve et ses différentes parties. Et cette dimension d'enquête est passionnante : au petit matin, nous nous saisissons du contenu onirique déposé sur notre oreiller et nous en extrayons la substantifique moelle.

C'est de cette manière que nous nous mettons en chemin et reprenons la responsabilité de notre vie et de toutes les facettes qui s'y déploient. Sur cette voie d'émancipation, cet ouvrage nous initie aux secrets de la compréhension du rêve et nous aide à devenir des praticiens des rêves, jusqu'à ce que se souvenir de nos rêves et les interpréter nous devienne une gymnastique usuelle.

Nous nous engageons alors dans la voie des mystères, et les rêves détiennent des clés nous donnant l'accès à des sentiers d'exploration et de réalisation du soi. Leur familiarité est incontournable pour tous ceux souhaitant connaître leur potentiel et la vérité cachée derrière les expériences et les choix de la vie quotidienne, mais aussi pour tous ceux désirant s'initier au langage des symboles et aux murmures de l'âme.

**Katia Bougchiche**



# INTRODUCTION

**Q**u'y a-t-il au-delà de nous ? Voici une drôle de question pour commencer un livre. C'est pourtant de cela dont nous allons parler. Les rêves sont au-delà de nous-mêmes, je ne crois pas qu'ils puissent être contenus dans le petit espace de notre cerveau.

Mais alors où sont-ils ? S'ils ne se réduisent pas à un afflux chimique, ils sont peut-être le fruit de quelque chose de plus grand. Il me semble impossible qu'un message précis et adressé puisse provenir d'un cocktail aléatoire de neurotransmetteurs.

Les rêves nous donnent accès à un monde merveilleux qui ressemble à notre réalité, mais dans une fantaisie riche de sens. Derrière leur étrangeté se cachent des messages construits et précis envoyés sans complaisance pour nous faire grandir et avancer. Ils sont parfois sévères pour nous inciter à réagir et à reprendre le contrôle de notre vie. Ils nous montrent nos écueils, nos fausses routes et nos croyances

illusoire, mais aussi nos zones de lumière, nos talents et le meilleur chemin à emprunter. Décrypter les rêves, c'est apprendre à se comprendre, c'est-à-dire découvrir les croyances et les valeurs structurantes de notre personnalité.

L'interprétation des rêves n'est pas réservée à certains qui auraient un don ou un talent particulier pour le faire. Tout le monde peut décrypter les rêves. Il ne s'agit pas d'une science obscure mais, d'après moi, d'une science exacte. Même si les rêves peuvent paraître abscons, il s'agit d'un autre mode de communication rationnel que nous pouvons comprendre de manière analytique. Il convient de suivre une méthodologie et d'utiliser les bons outils pour appréhender ce langage, où les symboles sont les mots. Il s'agit d'en assimiler les mécanismes et, comme pour toutes les langues, il faut pratiquer.

Vous trouverez dans ce livre tous les outils nécessaires pour comprendre vos rêves, puis dans un second temps, ceux que l'on vous confiera. Nos rêves sont toujours les plus difficiles à appréhender, mais ils sont le meilleur entraînement pour interpréter ceux des autres, qui vous paraîtront plus simples à analyser. D'abord parce que le décryptage de vos rêves vous permet de vous familiariser avec des motifs de base, puis parce que vous serez détaché du message et de la peur qui va avec. Vos premiers succès dans l'interprétation deviendront rapidement une motivation pour progresser.

Ainsi, en comprenant vos rêves, en plus du message qu'ils vous transmettent, vous pourrez devenir des passeurs

de cette science qui, je crois, ne demande qu'à être révélée largement.

L'interprétation des rêves est un formidable outil d'introspection trop négligé de nos jours. J'ai pour ambition de démocratiser le langage des rêves, car il nous permet d'accéder à l'autre côté du miroir, au-delà de nos propres résistances, là où se trouvent nos mécanismes profonds.

Le livre est articulé autour de trois grandes parties. J'évoquerai d'abord le cheminement personnel qui m'a amené à m'intéresser aux rêves, puis je vous donnerai trois méthodes pour vous souvenir de vos rêves. Nous verrons au travers de nombreux décryptages comment interpréter les symboles élémentaires, puis je vous donnerai une méthode analytique pour comprendre chaque nouveau symbole rencontré, sans avoir besoin d'un dictionnaire des rêves. Armés de ces bonnes bases, nous irons à la rencontre des mécanismes de la psyché. Nous verrons comment les rêves sont les révélateurs de notre enfermement dans des schémas qui ne nous appartiennent pas. Nos rêves auront une fonction d'alerte pour briser les spirales dans lesquelles nous sommes enfermés. Enfin, dans la dernière partie, nous étudierons comment les rêves peuvent révéler le plan de notre psyché, c'est-à-dire nos modes de fonctionnement profonds autour des valeurs immuables qui constituent notre personnalité.





# MON CHEMIN VERS LES RÊVES

« Dieu, c'est comme le père Noël, ça n'existe pas. »

J'avais cinq ans quand ma mère a prononcé cette phrase. Nous venions de perdre Thierry, mon frère aîné, dans un accident de voiture.

De l'autre côté du miroir, il n'y avait donc rien, ni père Noël ni Dieu.

J'avais quinze ans quand mon père est décédé d'un cancer après un an de souffrances. Ce fut alors une certitude, si Dieu existait, il était mon ennemi. Je l'imaginai jouissant du malheur des miens, du monde, et du peuple juif dont je suis issu.

J'avais quinze ans, je croyais avoir vécu le pire, je ne savais pas qu'il était à venir. La vie s'est refermée sur moi inexorablement jusqu'à mes trente ans. J'étais matérialiste, je ne pensais qu'à la réussite sociale. J'affrontais la vie avec la peur au ventre, pensant que le ciel pouvait tomber sur moi à chaque instant.

J'ai fait des études d'ingénieur en biologie sans aimer la biologie.

J'ai vécu en province sans aimer la province.

J'ai racheté un centre de beauté, sans avoir d'appétence pour l'esthétique.

Sur le plan affectif, j'allais d'échec en désillusion. Je me suis fâché avec mon frère, et associé à une femme pour laquelle je manquais de sentiment.

Un matin, assis dans ma voiture, un sentiment horrible m'étreignit les tripes. Pourtant, cette sensation était plus agréable que ce qui m'attendait de l'autre côté de la portière. Je ne voulais pas sortir. Ma vie me donnait envie de vomir. Il me semblait n'y avoir aucune issue.

À cette époque, je me moquais de tous ceux qui croyaient, encore plus s'ils me parlaient de sciences mystiques ou ésotériques. Tout ceci n'était pour moi que des fadaïses, jusqu'à ce que mon ami Patrick me fasse douter... À dix ans, très malade, et même proche de la mort, il disait être sorti de son corps pour être projeté au plafond. Je l'écoutai avec la plus grande attention. Patrick, j'en étais sûr, ne mentait pas.

Le vide de mon existence se remplissait maintenant de doute et de curiosité. Il existait peut-être quelque chose de l'autre côté du miroir.

Dans ma quête de sens, j'ai assisté à une conférence sur le chamanisme péruvien. On y a parlé de l'ayahuasca, cette drôle de substance vomitive et hallucinogène. C'était

passionnant, même si tout ça me faisait très peur. La grande introspection grâce à une substance et un chaman était très loin des repères de mon éducation. J'ai pourtant tout de suite su que je devais y aller. J'espérais que cette thérapie de choc m'aiderait à répondre à mes deux interrogations : pourquoi ma vie est-elle un échec ? Y a-t-il quelque chose de l'autre côté du miroir ? De toute façon, cela me semblait la seule issue à mon mal-être, car j'étais incapable de trouver une solution rationnelle à ma souffrance.

Ce que j'ai vécu et ressenti lors de cette cérémonie chamanique a changé ma vie.

Je venais de recevoir une initiation aux symboles et à leurs sens. Il semblait qu'il devait y avoir quelqu'un, quelque part, qui me transmettait des messages de manière symbolique. Une piste de plus à explorer.

J'avais trouvé ce que j'étais venu chercher, et tellement plus encore. Mais comment faire cohabiter ces deux réalités dans la vie quotidienne, entouré de personnes peu enclines à entendre le récit de ces quelques jours. Comment allier ma pensée cartésienne et cette expérience au-delà du rationnel ?

Je ne savais pas qu'il me faudrait des années pour adapter ma vie à ce que je venais de vivre. Cette expérience remettait en question mes croyances profondes, mon éducation, et m'offrait une lecture différente de la vie.

Puis, j'ai retrouvé la vie que je détestais. Les chantiers étaient immenses et m'écrasaient. Il fallait tout changer, mais par quoi commencer ?

Et, un jour, quelqu'un m'a parlé de Lysiane.

J'étais perdu, et elle m'a dit par où commencer. Je ressentais les énergies, ces vibrations que l'on ne voit pas, c'était ça le début. Elle m'a dit : « Tu dois faire comme moi, aider ceux qui te le demandent. » Elle recevait des patients depuis plus de soixante ans. Elle les soignait par son magnétisme, ses conseils avisés et sa connaissance des règles invisibles.

J'avais déjà utilisé mon ressenti énergétique pour aider quelques personnes de mon entourage en revenant de mon voyage initiatique, mais de là à ouvrir un cabinet, cela me semblait un peu prématuré. Étonné, je lui ai demandé : « Mais comment savoir si je pourrai aider ceux qui viendront ? » Elle me répondit : « Tu n'as pas compris, les bonnes personnes te seront envoyées. » Je repartis avec cette phrase mystérieuse.

La première patiente à venir s'asseoir en face de moi était menue, environ quarante ans. Elle était paralysée de la moitié du visage. Elle était née avec un kyste qui ne cessait de pousser. Un centimètre à la naissance, il pouvait atteindre plusieurs dizaines de centimètres et peser presque un kilogramme, cachant la moitié de son visage. Elle était opérée régulièrement. Le kyste disparaissait momentanément pour repousser inévitablement. Il était parfois si gros qu'elle était obligée de le tenir.

Au décès de son père, sa mère a commencé à la battre. Toute la famille est retournée vivre en Algérie, où elle a vécu enfermée et battue pendant plus de quinze ans. Elle savait qu'elle pouvait se faire enlever son kyste définitivement, mais l'opération était risquée, il fallait inciser très près du nerf. Quand elle est revenue en France au décès de sa mère, sa première décision fut de tenter cette opération.

Elle m'a regardé dans les yeux à la fin de son récit pour me demander : « Pourquoi je vis tout cela ? Ai-je fait quelque chose pour mériter ce châtiment ? »

J'étais liquéfié. Moi qui parle d'habitude un peu trop fort, j'aurais tout donné pour être invisible.

Ce premier cas restera gravé dans ma mémoire pour le reste de ma vie. Les autres patients m'ont paru simples ensuite. Je n'avais pas fait le deuil de mon père : j'ai rencontré une série de patients en deuil. Les mots que je leur adressais étaient autant pour eux que pour moi. En même temps qu'eux, j'acceptais la mort. Après quelques mois, je pouvais parler de mon père sans débordements émotionnels. Mes patients m'avaient guéri.

Dans ma vie personnelle, j'ai décidé de m'attaquer à un autre chantier, celui de me séparer de ma compagne. La vie m'a alors envoyé une série de personnes récemment séparées ou en cours de rupture.

Après avoir discuté et tenté de résoudre par les mots les problématiques de mes patients, je passai au volet énergétique. Mes mains virevoltaient au contact de leurs énergies.

Les nœuds de leur existence étaient présents dans leur aura autant que dans leur esprit. Je trouvais dans les vibrations fines qui les entouraient certaines explications inconnues de leur conscience que je leur transmettais. Je les aidais à déconstruire pour reconstruire.

En parallèle, j'apprenais à décrypter mes rêves chaque nuit ; je ne savais pas que je construisais un outil que je vous transmets aujourd'hui.

Je savais depuis mon voyage initiatique que l'autre côté du miroir demandait à communiquer avec nous. Mais avions-nous un langage commun ?

J'en avais identifié trois que je pouvais utiliser : l'intuition, l'énergie et les rêves.

Peu à peu, je me souvenais de quelques bribes de rêves, puis de rêves en entier, bientôt de tous les rêves de mes nuits. Les messages devenaient de plus en plus compréhensibles. Le récit symbolique semblait suivre les règles classiques. Je rêvais la nuit, je décryptais le jour. Le récit de la nuit venait compléter celui du réel pour m'expliquer qui j'étais et où j'en étais. Sans ouvrir un livre sur les rêves, je comprenais de mieux en mieux leur langage. Ils devenaient les compagnons de mon quotidien pour m'éclairer dans mon évolution. Je comprenais que les rêves nous transmettent d'autres visions de nous-mêmes, nous révèlent des parties à explorer, répondent à nos questions, nous préviennent des défis à venir.

Mes rêves étaient toujours les plus difficiles à décrypter, comme pour m'enseigner les bases avant d'appréhender ceux des autres. Ainsi, j'interprétais mes rêves, ceux de mes amis et ceux de mes patients.

Cela faisait plusieurs années que je pratiquais. Ce mois de septembre 2012, une armée de nouveaux patients venaient me consulter. Il fallait reprendre depuis le début avec chacun, répétant des concepts que je connaissais par cœur, mais disais sans cœur. À celui qui ne comprenait pas assez vite, je réexpliquais excédé. Il fallait que j'arrête, alors j'ai fermé mon cabinet.

Aujourd'hui, ma vie me semble très apaisée par rapport à cette période de forte remise en question. Je suis marié et heureux. La vie continue de proposer son lot de défis, parfois d'adversité, mais je m'ancre dans mon chemin un peu plus chaque jour.

Je n'ai jamais arrêté de décrypter les rêves, les miens et ceux de mes amis qu'ils m'envoient chaque matin, comme un rituel.

Mon amie Katia, que je connais depuis plus de vingt ans, me poussait depuis longtemps à ne pas garder pour moi ce que j'avais compris des rêves et de leurs mystères.

C'est grâce à elle que j'ai écrit tous ces mots et toutes ces phrases que je vous livre aujourd'hui.







## **PARTIE 1**

# INTRODUCTION À L'INTERPRÉTATION DES RÊVES

