

La subtilité des coïncidences

« J'ai récemment pensé à une amie d'enfance que je ne voyais que pendant les vacances d'été. Nous ne nous étions plus donnés de nouvelles depuis des années jusqu'à ce que son image me revienne à l'esprit. Le jour-même, comme par enchantement, je la croisais dans une rue proche de chez moi. »

Lara 62 ans



JEAN-CHRISTOPHE BÉTRISEY
Psychanalyste

Des prophéties antiques jusqu'à la philosophie, de la psychologie des profondeurs aux recherches sur la physique quantique moderne, les êtres humains se sont toujours intéressés au phénomène énigmatique des coïncidences. Elles surgissent souvent lors d'un moment significatif de la vie — phase de rupture ou d'introspection — et nous ne pouvons nous empêcher de vouloir leur donner un sens, comme si elles venaient apporter une réponse à une question. Nous devons alors les identifier et les analyser pour comprendre qu'il ne s'agit pas de d'une simple simultanéité de plusieurs événements, comme nous pourrions le croire. Mais de bien autre chose.

Le concept de synchronicité

Comme vous l'écrivez, l'image de votre amie vous est venue à l'esprit et le jour-même vous la rencontrez. Vous l'envisagez à ce stade comme un événement imprédictible, acausal. Une pure coïncidence. Écartons l'idée d'une occurrence courante, car c'est bien vous qui lui attribuez une signification qui vous est chère.

ET VOUS, COMMENT ALLEZ-VOUS ?

Posez toutes vos questions. Vous ne vous comprenez pas ou alors ce sont les autres qui vous paraissent compliqués. Demandez à notre expert de vous aider à déchiffrer ce qui se passe à www.generations-plus.ch/psycho ou écrivez-nous.

Si vous n'aviez pas pensé à elle ce jour-là, la rencontre vous aurait paru tout à fait banale. La coïncidence ne paraît incroyable que parce que vous attribuez du sens aux deux événements.

Votre témoignage illustre l'existence de la relation entre des faits imaginés et vécus que la psychologie nomme « phénomène de synchronicité ». En amont de ce qu'elle révèle de votre inconscient, la dimension de la synchronicité dévoilée par la psychologie analytique renvoie à l'inconscient collectif, à la chaîne de souvenirs formant la mémoire de l'espèce, constituée d'archétypes. Ces symboles primitifs universels sont

projetés dans nos pensées à travers ces coïncidences auxquelles nous sommes plus ou moins attentifs en fonction de ce que nous vivons.

« Nous ne pouvons nous empêcher de leur donner un sens »

Mais attention !

S'il est encouragé d'observer et de questionner ces événements, il serait dangereux de vous laisser aller à une forme de croyance infondée qui dirigerait votre vie.

Prenez du recul afin de saisir les éléments en jeu et donnez de la signification à cette synchronicité. Pourquoi avez-vous pensé à elle ? Pourquoi ce matin-là ? Quelle émotion vous a porté jusqu'à elle ? Vous pourrez ainsi trouver des réponses au fond de vous-même, difficilement accessibles à la conscience.

L'Unus mundus

Ne perdez pas votre temps à chercher la cause de la coïncidence, interprétez plutôt les signes qui s'offrent à vous. Vous avez pensé à votre amie, elle est apparue, vous y donnez un sens qui vous est propre. Cette liaison entre votre inconscient et un élément extérieur vient former ce que l'on appelle l'Unus mundus, le Un, la fusion entre l'esprit et la matière. Plus vous serez attentive aux phénomènes de synchronicité, plus vous aurez le sentiment qu'ils se multiplient. Autant d'outils précieux pour mieux vous connaître si vous creusez un peu !